



BBC 50: KONTROLL MÅ VI HA, MEN OGSÅ PREDIKSJON OG ERFARING ER BRA

Dette er faktisk den femtiende BBC-en. Dermed er det tid for et tilbakeblikk. Min ”karriere” som spaltist begynte på nyåret i 2010, på et julebord for Glåmdal og Nes lokallag av Nafø. Styret for det da sju år gamle lokallaget spurte om jeg kunne tenke meg å ha en fast spalte på lokallagets hjemmesider. Jeg skulle stå fritt, og kunne nærmest ta opp hva som helst, selv om det selvfølgelig lå i kortene at det skulle ha forbindelse med atferdsanalyse. Faktisk kan jeg ikke huske en eneste retningslinje utover et generelt ønske om at spalten skulle bli til glede og nytte for lokallagets medlemmer. BBC 1 så dagens lys i februar samme år. Jeg var altså ikke så sen med å takke ja og med å komme i gang. Forleden samlet jeg de 49 første BBC-ene i en fil. Det var tydelig at det har skjedd en utvikling, i alle fall endringer, og mest i begynnelsen. De aller første var uillustrerte, og relativt korte, men kom med bare to-tre ukers mellomrom. Etter noen få BBC-er kom mer eller mindre relevante bilder på plass. Den sjuende BBC-en var på seks sider, og fra da av har BBC-ene kommet månedlig, om enn med sommerpause i juli, og omtrent uten unntak vært på seks sider nokså jevnt fordelt mellom tekst og bilder. Den nevnte samlefilen, der bildene er tatt bort, er for øvrig på 170 sider, eller 111000 ord. Det betyr ca. tre hele sider tekst per BBC. Innholdet har utvilsomt endret seg, og det tok litt tid før spalten fant sin nåværende form også slik sett. I begynnelsen kunne innholdet være mer uhøytidelig eller polemisk, på grunn av begivenheter som det var naturlig å ta opp. Etter hvert har innholdet blitt mer faglig. En god del BBC-er kunne faktisk ha blitt til artikler med litt bearbeiding. Det betyr også at arbeidstid per BBC i dag er høyere enn i begynnelsen. I dag kan jeg skrive en enkel BBC, der jeg ser tegningen tidlig, på fire timer, inkludert bilder. De mest arbeidskrevende BBC-ene ligger det nok ti timer bak, for eksempel en hel søndag. Teksten skal holde en viss kvalitet, og generelt synes jeg mange undervurderer hvor mye det må arbeides for at en tekst skal bli god.

Jeg har av og til lurt på om det er verdt å bruke dyrebar fritid på dette. Til tider har jeg hatt følelsen av å skrive internt, og knapt nok det. Men etter hvert har det dukket opp tilbakemeldinger fra lesere fra de utroligste steder, for det aller meste svært positive. Som jeg nevnte i en tidligere BBC, har antall nedlastinger ligget på ca. 1000 per måned. Jeg synes det er overraskende mange. BBC har til og med satt i gang en og annen debatt i det norske atferdsanalytiske miljøet. Det har for øvrig vært mangelvare, i alle fall når jeg tenker på noenlunde grundige debatter og ikke bare onelinere à la det man finner på ”sosiale medier” (som om ikke alle medier er sosiale), som jeg for øvrig finner liten mening i å delta i.

Det får være nok jubileumsprat.

I forrige BBC skrev jeg om funksjonell kontekstualisme, som ikke er så vanskelig som det kan høres ut og som. Ikke minst har det mange elementer som atferdsanalytikere vil kjenne seg igjen i, som jeg nevnte på slutten. En fordel med funksjonell kontekstualistisk tenkning, og med atferdsanalytiske prinsipper og metoder, er altså vekten på enkle ”grep” som kan ha store virkninger og ofte *ringvirkninger*. Det må selvfølgelig ikke føre til en overdrevet iver og en for sterk tro på at det bare er å gyve på med hva som helst av generelt effektive prinsipper og metoder. Hvis det kan være lett å oppnå mye ved hjelp av dem, er det også viktig å la være å bruke dem i sammenhenger der de gjør liten nytte eller direkte skade. Det som er effektivt, har selvfølgelig et like stort ”skadepotensial”. Et mislykket tiltak kan være så mangt, enten det dreier seg om behandling av problematferd eller om opplæring. I ”beste fall”

virker det rett og slett ikke, og ingen skade har skjedd utover noen brutte forventninger og litt spilt møye. Litt verre er det hvis tiltaket i tillegg har vært ressurskrevende og slitsomt. Enda verre er det hvis tiltaket, særlig behandling av problematferd, har virket mot sin hensikt, det vil si at mottakeren av tiltaket, eller klienten, fungerer dårligere enn i utgangspunktet. Aller verst er det hvis det attpåtil har oppstått konflikter, som kan skje på flere plan: Mottakeren av tiltaket, eller de som representerer vedkommende, kan ha blitt grinete på dem som har utført tiltaket. Det kan også oppstå konflikter blant de som har hatt en større eller mindre rolle i å utarbeide og utføre behandlingen. Alt dette er det selvfølgelig viktig å unngå. Hvis vi ser på atferdsanalysens historie, har nok noen slike situasjoner bidratt til et dårlig omdømme og til et behov for å rydde opp i egne rekker og for å tenke over hva vi driver med. Heldigvis er de aller fleste barnesykdommene for lengst ryddet av veien, med mindre og mindre unntak som det går lenger og lenger tid mellom.

I forrige BBC skrev jeg om at målet innenfor funksjonell kontekstualisme og atferdsanalyse er prediksjon og kontroll, eller å forutse og påvirke. Hovedvekten er på det siste, det vil si på å bruke våre prinsipper og metoder for å endre atferd. Å forutsi bare for å forutsi kan ha begrenset nytteverdi, som jeg var inne på. Men for å kunne påvirke må vi kunne forutsi virkninger av våre forsøk på påvirkning, både på atferden til den som vi prøver å endre atferd hos, det vil si "klienten", og på systemet rundt klienten. Som regel er det mange involverte, og det er ingen selvfølge at alle reagerer like positivt på et tiltak og drar i samme retning. Dermed blir prediksjon selvfølgelig et viktig redskap både for å oppnå et best mulig tiltak og for å unngå problemer med utførelse av tiltaket. Prediksjon høres fint ut, men i prinsippet driver vi med det hele tiden i hverdagen, som når vi spør oss selv og andre om hva som vil skje hvis vi gjør ditt eller datt, hva som vil skje hvis det og det skjer og så videre. På alle slike spørsmål har vi selvfølgelig mer eller mindre sikre svar. Dess sikrere svar, dess mer sannsynlig er det å bestemme seg for en handling eller å la være, alt etter om utfallet vurderes henholdsvis som positivt eller negativt. Heller ikke det trenger vi å være store filosofer eller vitenskapsfolk for å forstå, men i bunn og grunn er det altså hva prediksjon går ut på.



Her er det en viss prediksjon og lite kontroll. Her står selveste Vidar Theisen for prediksjonen.

Prediksjon ligger også tett opptil begrepet "klinisk erfaring". Begrepet høres sjelden blant atferdsanalytikere, også i dag. Noen har ikke engang likt begrepet "klinisk". "Klinisk" har med behandling å gjøre, og atferdsanalytikere drev da ikke med sykdommer.

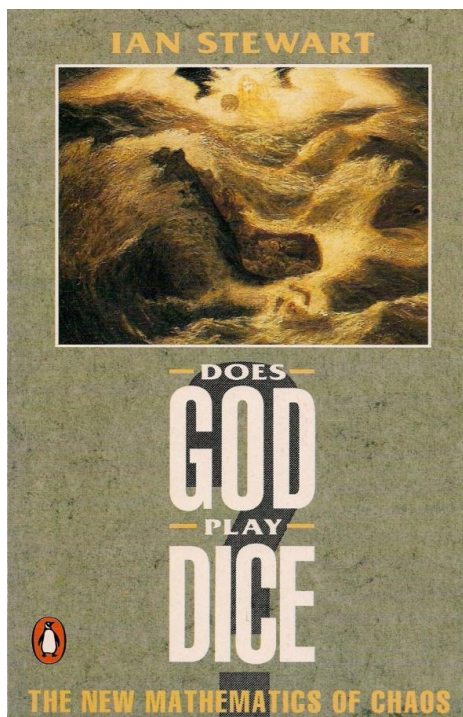
Atferdsforstyrrelser skyldtes ”feil forsterkning”, noe de neppe alltid skyldes, og det har da ingenting med sykdom å gjøre! Noen ganger virker det også som noen atferdsanalytikere tror at vi har så effektive metoder at vår ”vitenskapelighet” alltid trumfer klinisk erfaring. Men begrepet klinisk erfaring har en ærverdig klang innenfor mer tradisjonell psykologi. Jeg vil at begrepet skal komme til en viss heder og verdighet også blant oss. Jeg har til og med respekt for begrepet ”fingerspitzgefühl”, som jeg har opplevd at noen atferdsanalytikere har raljert med. Min respekt for både klinisk erfaring og fingerspissfølelse kan blant annet begrunnes med det atferdsanalytiske skillet mellom atferd som er verbalt påvirket og atferd som er formet av konkrete betingelser: Nybegynnere har stort sett bare det verbale å støtte seg på, som når vi fomler med en ny oppskrift. Den som har holdt på en stund, handler mer og mer ut fra hva som har lyktes og ikke, altså ut fra det vi kan kalle erfaring og fingerspissfølelse, og finner sine måter å gjøre det på. Det bidrar til variasjon og rikdom, og nyskaping. Å bli en god kliniker, eller praktiker, er et resultat av kjennskap til det som er vitenskapelig dokumentert som effektivt, så langt det finnes, og praktisk erfaring med å anvende det. I korthet er det faktisk definisjonen av evidensbasert praksis. Dokumentasjon av effekt av behandling er aldri fullstendig. Vi har med individer å gjøre, og behandling må utføres i praksis. Alt dette gir et nødvendig rom for erfaring. Personlig ”hands on” erfaring er dessuten viktig uansett hva vi holder på med, klinisk eller ikke, og det vil være absurd å si at det er irrelevant i forbindelse med behandling og opplæring.



Her er det både null kontroll og null prediksjon, selv om noen ønsketenkende sjeler mener at det går an å satse på bestemte lottotal. Men det eneste som kan predikeres, er at 50 % av innsatsen går ut igjen som gevinster. Det medfører altså at det i gjennomsnitt medfører 50 % tap å spille Lotto. Statsbedriften Norsk Tipping kaller det å gi folk drømmer. Nettopp.

Atferdsanalytikere varierer selvfølgelig med hensyn til kjennskap til effektive metoder, og erfaring med å bruke dem. Men stort sett er vi gode til å predikere effekter av det vi gjør, og store problemer på grunn av dårlige prediksjoner oppstår nokså sjelden etter min mening. Det skulle kanskje bare mangle, for det vi gjør er vel sjelden mer innviklet enn at vi bør ha oversikt, eller i det minste oppdage problemer i tide. Etter hvert er det vel temmelig innarbeidet å gjøre de fornødne funksjonelle analyser slik at vi unngår tabber å la å ”straffe” en som vil være i fred med å måtte være alene, ”straffe” en som ikke vil gjøre noe med ikke å få gjøre det, eller å skjønne på en som vil gjøre alt for å oppnå det som måtte finnes av

oppmerksomhet, og kanskje særlig den intense oppmerksomheten som skjenn nødvendigvis må innebære. Heldigvis er det også stort sett slutt på å ha så lav terskel for å sette i gang tiltak, både når det gjaldt behandling av problematferd og opplæring, at man kunne lure på om klienten hadde særlig nytte av det som ble gjort. Det hendte nok at tiltakene mest var til for at de som utarbeidet og utførte dem skulle ha noe å gjøre, og vise hvor ”flinke” de var. Jeg husker to studenter i praksis. Begge var ihuga atferdsanalytikere, og ville iverksette et svært inngripende og ressurskrevende tiltak mot en filleting. De så at klienten og omgivelsene ikke trengte det, men begrunnet det med egen læring! Etter hvert er vel man også temmelig oppmerksom på problemet ”motkontroll”, som Skinner skrev om allerede i 1953 i *Science and human behavior*, hvis jeg husker riktig. Et eksempel som jeg husker godt, var det ikke en atferdsanalytiker som sto bak. Nærmere bestemt skjedde det på en psykiatrisk avdeling, der atferdsanalyse sto heller svakt og der overlegen hadde all makt i denne (sove)sal. Overlegen bestemte at en pasient som stadig gikk på toalettet og tisset, bare skulle få sterkt begrenset adgang til toalettet. Pasientens svar var å tisse i søppelbøttene minst like ofte som han hadde tisset før. Det hører med til historien at det skjedde for en del år siden. Men det hender jo også at noen av oss går i baret, om enn forhåpentligvis på mindre pinlige måter. Selv ser jeg særlig to typer problemer.



Boken *Does god play dice* fra 1989, der matematikeren Ian Stewart, på bildet til høyre, langt på vei konkluderer med at Gud spiller med terning. Boken anbefales for personer som undervurderer tings kompleksitet.

Det første er at man rett og slett ikke har tenkt godt nok over om tiltaket som man setter i gang, virkelig vil utgjøre en vesentlig påvirkning i ønsket retning, det vil si om klienten vil reagere tilstrekkelig positivt på det som innføres. Det er lett å tenke seg følgende eksempler: en atferdsavtale er uinteressant fordi forsterkerne er for svake. Personen deltar på eksponering, men er ikke ”med”, og bedriver i stedet unngåelse i form av dissosiasjon eller lignende, og eksponeringen har liten eller ingen effekt. Personen aksepterer å være i en situasjon som personen har nektet å være i, men viser liten deltakelse. Da kan man ha oppnådd noe, men neppe så mye som det kunne se ut som da personen sluttet å unngå eller unnsnippe selve situasjonen. Nok et eksempel er at hjelp til å utføre handlingen selvstendig er

umulig å trappe ned så mye at personen kan utføre handlingen vesentlig mer selvstendig. Sagt på en annen måte: Personen er ikke interessert nok, eller klarer ikke å lære handlingen. I 1970 kom King Crimson med LP-en *Lizard*. Der er det en sang som heter *Indoor games*, der det skjer mye rart. Et vers, skrevet av den spenstige poeten Peter Sinfield, er slik: ”Each afternoon you train baboons [altså bavianer!] to sing”. Jeg har brukt verset som et generelt bilde på at vi ikke må ta oss vann over hodet.



Denne bavianen er nok en gluping som kan lære mye, men neppe å synge.



Poeten Peter Sinfield (1943–), som skrev mange tekster for King Crimson, fotografert med ca. 40 års mellomrom. Jeg vet faktisk ikke om den siste utgaven er lett å predikere fra den første.

Det andre er at det settes i gang tiltak som det ikke er nok oppslutning om blant de som representerer klienten og særlig blant de som skal utføre det. Noen kan være direkte imot tiltaket, og er uenige i mål og metoder, eller gidder ikke ekstraarbeidet som tiltaket medfører.

I en klientsak som jeg har hatt lenge og trolig vil ha lenge ennå, var det motstand fra noen i personalgruppen som sto for ”alternative” syn. Problemet ble en stund delvis kamuflert av at de var svært blide mot meg og tidde om sin motstand overfor meg, men det kom for en dag da andre i miljøet så seg leie på hva de drev med, og tok det opp. Mer aktverdige grunner til motstand kan være mangelfull opplæring og at det derfor er vanskelig å utføre tiltakene, eller at tiltakene ganske enkelt er for lite brukervennlige.

Vi må huske på at det i all behandling og opplæring vil være en viss usikkerhet. Prøving og feiling må reduseres, men er vanskelig å komme helt bort fra. Atferdsanalyse gir eksempler på å gjøre ting så enkelt som det overhodet er mulig å gjøre dem. Det betyr ikke at det trenger å være enkelt i absolutt forstand – alt som har med atferd å gjøre, kan bli komplisert. Hvis vi kan skilte med at vi kan oppnå ”store ting” på til dels enkle måter, må vi finne oss i å ta hensyn til at det også gjelder den andre veien: Mindre feilberegninger kan gi relativt store utslag. I vitenskap hender det at tabber og forglemmelser slår heldig ut, som ved serendipitet, som betyr å finne noe annet enn det man leter etter. Slik er det sjelden i opplæring og behandling. Det gjelder å holde tungen bent i munnen. Da er god prediksjon viktig.

Da får dere ha en fin senvinter og vår, og forberede dere på de neste 50 BBC-ene, hvis deres og min helse holder.

20. mars 2014

Børge Holden



Her får leserene finne ut hva prediksjon og kontroll kan gå ut på. Jeg ante ikke at reklamefolk i min hjemby kunne finne på noe så vovet for ca. 30 år siden, men det var neppe bevisst...