



BBC 133: NOEN SIDER VED ATFERDSANALYSE, DEL III: HVOR «GODE» RADIKALE BEHAVIORISTER MÅ VI VÆRE?

Da er det den tredje BBC-en i serien om hvor nyttig alt som er gjort innenfor atferdsanalyse, har vært. Turen har kommet til filosofi, altså til tenkning om hva vi grunnleggende sett holder på med. Akkurat som vi kan spørre om hvor mye atferdsanalyse vi må kunne for å bli gode atferdsanalytikere, kan vi spørre om hvor mye atferdsanalytisk filosofi vi må kunne for å kalle oss gode atferdsanalytikere i mer filosofisk forstand. Jeg skal nevne en del som jeg mener er viktig.

Atferdsanalyse er en naturvitenskapelig orientert psykologi. Vitenskapsfilosofi har alltid vært viktig for naturvitenskap. Da Platon, Aristoteles, Arkimedes og de andre grekere holdt på for over 2000 år siden, var filosofi og naturvitenskap langt på vei to sider av samme sak, og helt opp mot våre dager hadde filosofi stor innvirkning naturvitenskap. Innenfor filosofi og naturvitenskap har man helt fra begynnelsen, vært opptatt av de store spørsmålene. Hva skal studeres, og hvordan? Skal viten oppnås ved å studere religiøse skrifter, og hva religiøse ledere har sagt, eller skal vi «gå ut i naturen», og finne ut selv? Hva vil det si at noe er årsak til noe? Slike spørsmål dannet grunnlaget for den naturvitenskapelige metoden par excellence, nemlig eksperimentet. Hva skjer hvis noe bestemt skjer, og hva skjer hvis vi gjør noe bestemt? Det er hva som faktisk *viser seg*, og ikke dogmer, som teller.



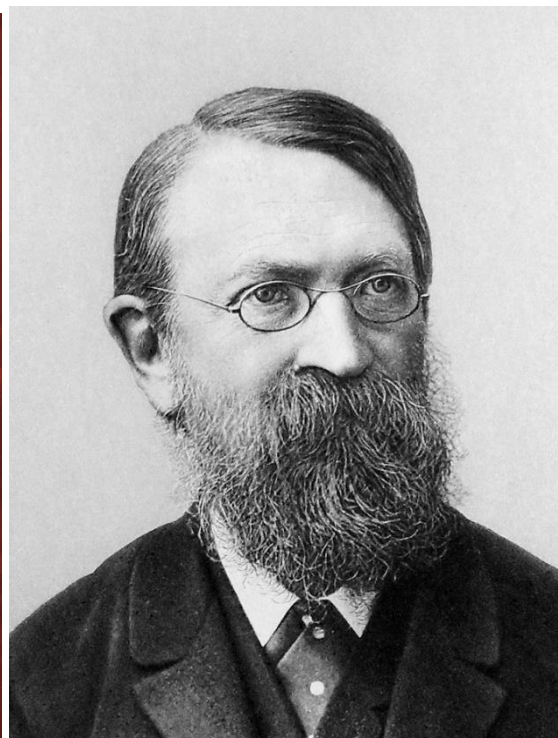
Årkjølen i tindrende oktobersol. Om en måned eller to er det herlig å gå på ski her, uten å tenke på maksinpreparerte spor.

Slike spørsmål har alltid vært viktige innenfor atferdsanalyse. John B. Watson (1878–1958) regnes ikke som atferdsanalytiker, og atferdsanalysens grunnlegger, B. F. Skinner (1904–1990), distanserte seg fra ham. Watsons «behavioristiske manifest», artikkelen «Psychology as the behaviorist views it» fra 1913, var likevel viktig for framveksten av naturvitenskapelig

psykologi, og dermed for atferdsanalyse. Vår store filosof har imidlertid vært Skinner, som helt fra 1920-tallet, og før han ble 30 år, var opptatt av vitenskapsfilosofi.

Siden har svært mange atferdsanalytikere markert seg som betydelige vitenskapelige tenkere, og i våre dager kan vi nevne Philip N. Hineline, M. Jackson Marr, José Burgos, Jay Moore og *mange* andre. Også mange på det *anvendte* feltet har kommet med filosofiske synspunkter. Donald Baer og Steven Hayes er bare to eksempler. Faktisk er det vanskelig å være atferdsanalytiker på et visst nivå, uten å bry seg om temaet. I tillegg til vår naturvitenskapelige orientering, skyldes interessen vårt forhold til annen psykologi. Psykologiske skoleretninger «krangler» ikke bare om praksis, men også om grunnleggende synspunkter. Vi har angrepet, og blitt angrepet, og har måttet prøve å være bevisste på våre ståsteder. Det er til og med egne tidsskrifter som mer eller mindre er viet atferdsanalytisk filosofi. *Behavioral Science* (som dessverre skiftet navn fra mer informative *The Behavior Analyst*) og *Behavior and Philosophy* er de viktigste, men også for eksempel *European Journal Analysis*, og *Journal of Applied Behavior Analysis*, publiserer mye slikt. Den som skal sette seg inn i atferdsanalytisk filosofi, har en svær jobb, og atferdsanalytisk tenkning bør ikke undervurderes. Selv har jeg brukt *mye* tid på det, uten å være «utlært».

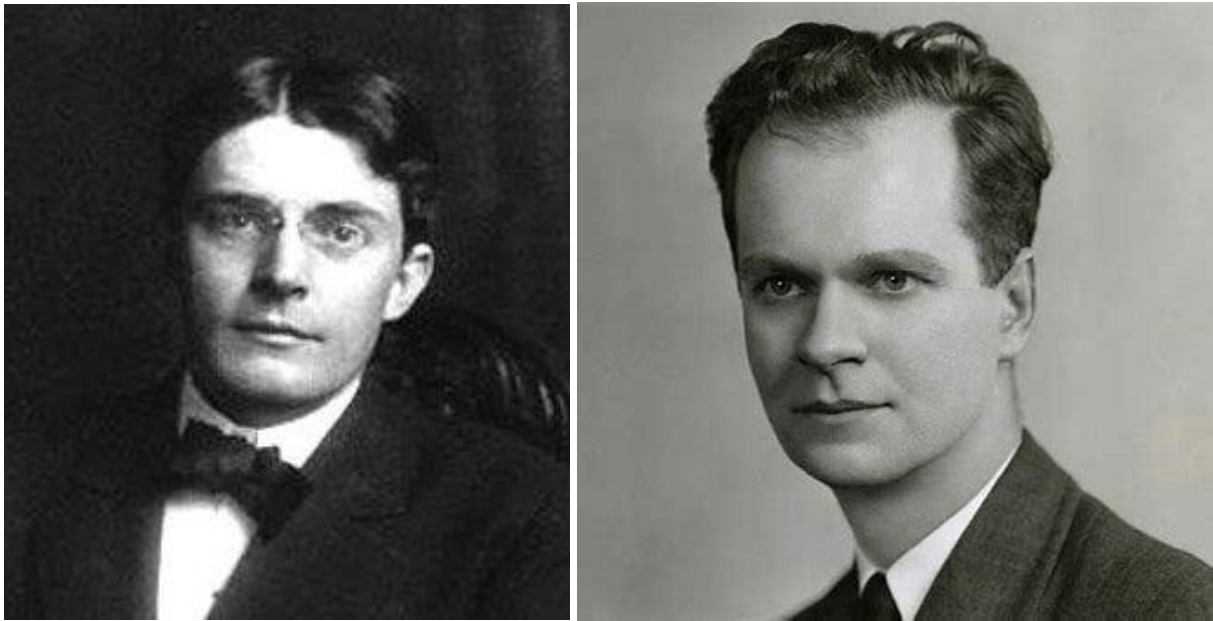
Skinner var særlig påvirket av Francis Bacon (1561–1626), og Ernst Mach (1838–1916), som primært var fysiker. Bacon beskrev induksjon, det vil si forsiktige generaliseringer fra observasjoner. Det krever frigjøring fra fordommer og dogmer som stenger for å se ting slik de er. Vitenskap må utfordre autoriteter, og studere naturen mer enn bøker. Når tradisjonelle oppfatninger er kritisk gjennomgått, og misvisende beskrivelser og forklaringer er forkastet, kan induksjon starte. Grunnlaget for generelle beskrivende lover må være observasjoner, og anvendelse av lover på nye tilfeller må alltid kontrolleres av erfaring. En slik strategi vil stimulere til utforskning og eksperimenter, og gi anvendelig kunnskap. For å kunne påvirke noe, må vi forstå årsaker til hendelser, og å kunne skape effekter er et godt kriterium for å ha forstått årsaker, mente Bacon.



Francis Bacon (1561–1626), og Ernst Mach (1838–1916)

Også Mach forfektet å rydde opp i ideer, og å kvitte seg med spekulasjon. Vitenskap skal gi økonomiske beskrivelser av fakta: Essensen i vitenskap er enkelhet i framstilling og

forståelse, jfr. Ockham og barberkniven (som jeg stadig har nevnt). Siden teorier og hypoteser kan ta oppmerksomhet bort fra fakta, forfektet Mach en rent deskriptiv forståelse av årsaker og effekter som *korrelerte endringer* i to klasser av fenomener, altså funksjonelle relasjoner mellom to variabler. Vitenskapelige lover og begreper er beskrivelser av slike relasjoner som opptrer igjen og igjen. *Gjentakelse* er med andre ord nødvendig for å oppdage lovmessigheter, og grunnlag for vitenskapelige begreper. Mach var også opptatt av at avstand i tid og rom mellom årsak og virkning ikke må få oss til å dikte opp noe som «fyller» gapet. Vi må holde oss til det vi kan observere.



En ung John B. Watson, og en ung Burrhus F. Skinner.

Atferdsanalytiske begreper har blitt til, og fungerer, slik Bacon og Mach beskriver, og som Skinner utdyper i *Behavior of Organisms* fra 1938. Et godt eksempel er forsterkning, for eksempel når vi ser hva som opprettholder atferd, og når forsøk på forsterkning virker, over tid. Det er likevel en liten forskjell mellom begreper innenfor atferdsanalyse og for eksempel fysikk. Atferdsanalytiske begreper er like generelle, men atferdsanalytiske lovmessigheter er mindre generelle og absolutte. Atferd er så komplekst, og påvirkes av så mye, at muligheten for prediksjon og kontroll er mindre. «Lovmessigheter» blir derfor mer individuelle og situasjonsbestemte, som når vi ser klart hva som «skruer atferd av og på», som Baer, Wolf og Risley uttrykte det i 1968, både i funksjonelle analyser og i behandling. Men helt som i (annen) naturvitenskap blir det ikke.

Mach og Skinner tenkte nokså spesifikt om å forklare. Vi må vise at noe fører til noe, altså noe funksjonelt. Skjer A, skjer B. Det krever å kunne observere årsaker og virkninger, eller uavhengige og avhengige variabler. I den delen av «verden» som vi kan observere i fellesskap, er det i prinsippet mulig, og ofte lett. I den private delen av verden, som i praksis er innenfor våre huder, er det annerledes. Men også det som skjer der, kan observeres, om enn bare av oss selv, og er like reelt og viktig som det som skjer i den ytre verden. «Min tannpine er like fysisk som min skrivemaskin», som Skinner skrev. I prinsippet er det også funksjonelle relasjoner mellom såkalte private hendelser, i praksis tanker og følelser, og mellom private hendelser og mer konkrete, ytre handlinger, og vice versa. Noe vi tenker og føler, får oss til å tenke og føle noe annet. Noe som vi tenker og føler, får oss til å gjøre noe konkret, og vice versa. Å studere funksjonelle relasjoner der private hendelser inngår, kan imidlertid være vanskelig, og private hendelser kan neppe være så klare og primære årsaker som mer konkrete hendelser kan være. Om dét skrev Skinner (1953) at «Vi kan ikke redegjøre for atferden til noe

system når vi bare befinner oss innenfor det; til slutt må vi se på forhold som påvirker individet utenfra» (s. 35, min oversettelse). Private hendelser er altså atferd som selv må forklares, men kan likevel ha en viss årsakstatus som «ledd i en kjede», selv om den må bygge mer på tolkning. Atferdsanalysens mål er å forstå private hendelsers rolle i forklaring av atferd, jfr. blant annet hva som skjer innenfor ACT (aksept- og forpliktelsesterapi). Målet om å forstå private hendelser, og deres rolle, er for øvrig bakgrunnen for begrepet radikal behaviorisme, som er en betegnelse for atferdsanalysens filosofiske orientering. For 70–80 siden var det altså radikalt å bry seg med slikt i behavioristkretser!

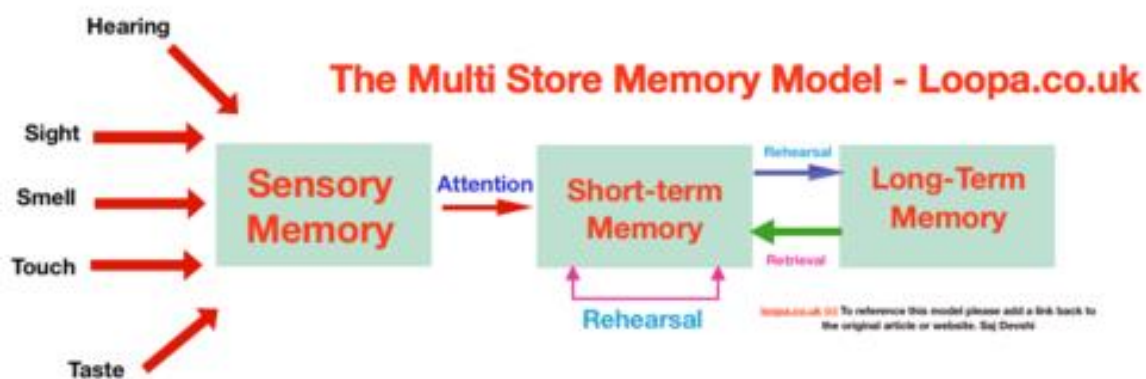
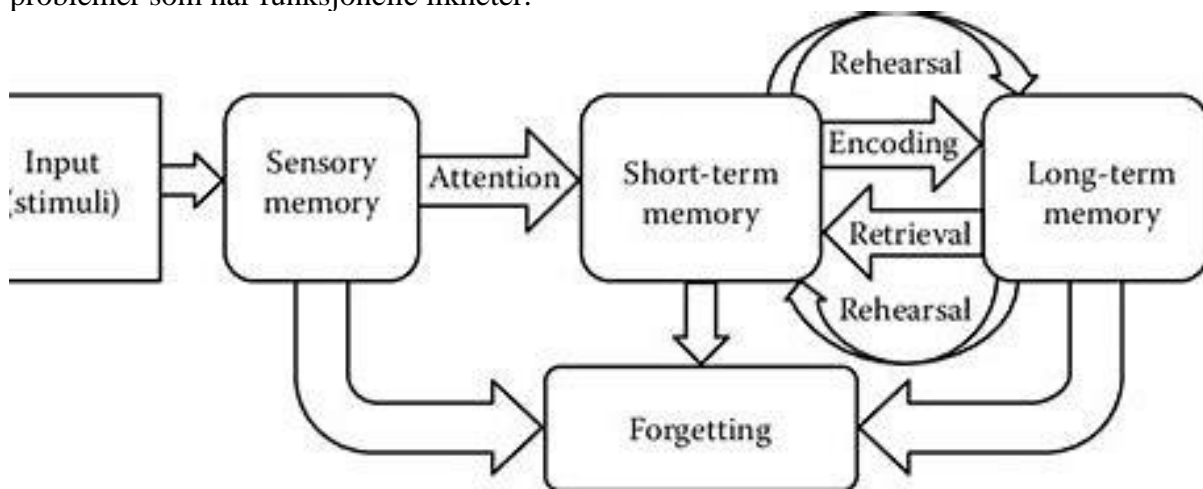


Tannpine er like fysisk som en skrivemaskin. Skinner hadde helt rett!

En måte å forstå atferdsanalyse på, er å kjenne noen forskjeller mellom atferdsanalyse og annen psykologi. Også i *tradisjonell* psykologi tenkes det à la Bacon, Mach og Skinner, men også annerledes. Et eksempel er å «forklare» atferd med *disposisjoner*. «Hun ruser seg fordi hun er misbruker», eller «Han slår fordi han er voldelig». Når det ikke sies hva «misbruker» og «voldelig» går ut på, eller skyldes, sier slike «forklaringer» kun at personen ruser seg eller slår. Det er ingen forklaring, og ligner på mentalistiske, sirkulære forklaringer der atferd «forklares» med indre prosesser og strukturer som bare tolkes ut fra den atferden som skal forklares. Mens Mach advarte mot å dikte opp prosesser og strukturer som kunne fylle gap mellom årsak og virkning, har psykologien drevet mye med å fylle *tidsgapet*, altså *mediasjonisme*. For eksempel kan noe «lagres i minnet», uten annet grunnlag for å si det enn at noe som er lært, gjøres senere. En annen forklaringsmåte er funn på gruppenivå. En studie med mange deltakere, kan vise at en høy andel av personer med angst, har vært utsatt for traumer. Da kan noen gå ut fra at det gjelder alle, selv om det er stor variasjon i gruppen, og noen ikke har opplevd traumer. Atferdsanalyse driver altså ikke med slik, men akkurat når det gjelder gruppestudier, har vi til en viss grad måttet bite i det sure eplet. Heldigvis gjelder det stort sett bare studier av effekten av behandlingsmetoder, og knapt for å forstå grunnleggende prosesser. En annen ting er at tradisjonell psykologisk behandling har blitt til mye å ved å prøve seg fram klinisk, og å se på generelle sammenhenger mellom problemer og hva som kan være bra å gjøre, det vil si en *strukturellistisk* tilnærming. Det har neppe gitt de mest effektive metodene, men kan ha etiske fordeler, fordi man underveis har sett hvordan behandlingen mottas. Atferdsanalyse sto på barere bakke slik sett, og var kontroversielt, før atferdsanalytikere ble mer bevisste, og ting roet seg, som jeg var inne på i BBC 124.

Når det gjelder sirkulære forklaringer, må vi forresten feie *litt* foran egen dør. Noen kan si at «Hun viste lik atferd *fordi* hun generaliserte», eller at «Han viste annen atferd *fordi* han diskriminerte». Det er mer atferdsanalytisk å si at lik atferd *kalles* generalisering, og at annen atferd *kalles* diskriminering. Generalisering og diskriminering er *atferd*, ikke forklaringer.

De senere årene har særlig ACT-miljøet blitt opptatt av at atferdsanalysens posisjon også kan oppsummeres som funksjonell kontekstualisme: Handlinger har en historie, og en kontekst. Smerte, angst og hva som helst, kan være grunn til for eksempel unngåelse, men bare en av uendelige grunner. To kan ha det like vondt, men reagere høyst forskjellig. Et viktig synspunkt er at handlinger bare er «riktige» eller «sanne» når de oppfyller personlige mål. Personens verdier er derfor viktige. Noen er villigere enn andre til å endre atferd. Det finnes heller ingen «sann» måte å studere atferd, eller psykologi, på. Atferdsanalyse har derfor valgt et praktisk sannhetskriterium: å forstå og påvirke atferd. Til det anses det som nyttig å ha generelle prinsipper, eller begreper, for hvordan atferd kan påvirkes. Prinsippene må ha presisjon, slik at vi vet når vi snakker om hva. Rigide oppfatninger om å *måtte* unngå noe, heter kognitiv fusjon og bredde. Begreper må også ha bredde, det vil si omfatte mye, eller være generiske (se BBC 130). For eksempel forsterkning, unngåelse og psykologisk fleksibilitet kan være hva som helst som prinsipielt fungerer likt. En løsning som har hjulpet en person med et atferdsproblem, har presisjon, men mangler bredde. Derfor fungerer det neppe å overføre løsningen til et lignende problem hos andre personer, særlig hvis problemet har andre funksjoner. Bredde er derfor viktig for å forstå problemer, og for å overføre prinsipper til andre problemer som har funksjonelle likheter.



To mediasjonistiske modeller, i dette tilfellet for hvordan vi husker, av en type som det finnes utallige av i psykologien. Psykologi, ikke minst kognitiv, går mye ut på å modellere hypotetiske strukturer og prosesser som «ligger mellom» hendelser og atferdsendringer som de fører til, eller som medierer hendelsers effekter.

Atferdsanalyse har ikke gjort det lett for seg. Selv om atferdsanalysens mest grunnleggende «teser» er ganske enkle, har det blitt filosofert mye og komplisert, ikke minst om private hendelsers rolle. I tillegg til en grundig forskningsstrategi, bidro også all

filosoferingen til at det tok tid før man begynte å håndtere kompleks atferd. Det ble lenge mye dyr og autisme – unnskyld koblingen. For eksempel da kognitiv atferdsterapi så dagens lys rundt 1970, diskuterte man private hendelsers rolle, uten å driste seg til å gjøre så mye med dem, eller med atferden som de kunne være i kontakt med. Den kanskje overdrevne naturvitenskapelige strategien var sen, og kanskje litt innsnevrende. Grundighet, og å stille store krav til seg selv, er bra, men det ble kanskje for mye av det gode?

En atferdsanalytisk høgskolelærer skrøt av at hans studenter ble radikale behaviorister, og at de snakket presist i så måte. Noen ytterst få ble det, men mange gadd ikke å motsi ham. Det er heller ikke lett å være konsekvent radikal behaviorist, og vi må «jobbe» for ikke å gli tilbake i tradisjonell tenkning. Klarer vi å holde tungen bent i munnen når det gjelder hvordan vi forklarer atferd, er mye gjort. Vi trenger ikke å gå så dybden filosofisk sett. For de fleste av oss er det tross alt viktigst å bli gode praktikere.

Vi må ikke slutte å tenke, eller å filosofere, og det har også vært filosofert om mye annet enn «den rette lære» i behavioristisk forstand. Ikke minst etikk, hvem behandling er til for, og hvordan vi skal presentere det vi gjør, har vært gjengangere. Kanskje enda mer av vår filosofi må dreie seg om vår plass i samfunnet, vår egenart, brukervennlighet, forholdet til andre fagretninger, og forholdet til pasienter? At Wolfs artikkel om sosial validitet, som ble skrevet allerede i 1978, ennå siteres så ofte, er kanskje et tegn på at slike spørsmål er like viktige som hva som er den «ortodokse radikalbehavioristiske lære»? Når det gjelder private hendelser, kan vi kanskje bli litt dristigere, og trekke dem inn mer, både i leting etter årsaker til problematferd, behandling, og i evaluering i behandling. Kanskje vi rett og slett skal tørre å ta mer konsekvensen av det som er hovedgrunnlaget for radikal behaviorisme?

Skinner's mormor var veldig opptatt av hvor kort livet var. Hvis noen sa at de gledet seg til noe, svarte hun ofte «... tell me *never* to wish away part of my life». Jeg tar likevel sjansen på å si at mange av oss har to ting å se fram til: NAFO-seminaret 28–31. oktober, på Storefjell, og det *virkelige* høydepunktet, lokallagets dagsseminar om negativt forsterket utfordrende atferd 19. november, på Sander samfunnshus i Sør-Odal. Måtte flest mulig av oss ses begge steder!

14. oktober 2021

Børge Holden



Det har blitt høstlig på Grytsetra, som har gått til ro. Nå tar naturen og de underjordiske over, men vent til sommeren...