

Borges Blue corner

NAFO Glåmdal Nes

BBC 124, JULENUMMER: ATFERDSANALYTISK BRUKERVENNLIGHET, EN GAVE

Atferdsanalyse er fantastisk. Det består av prinsipper for hvordan atferd påvirkes. Prinsippene, og metodene som de er grunnlag for, kan brukes til både å forstå, og endre, atferd. Det godt dokumentert at metodene kan gi effektiv behandling og opplæring. De er også lette å forstå, og kan være lette å bruke, også på gode og gjennomtenkte måter. Atferdsanalyse springer ut fra et lite miljø som på verdensbasis utgjør maksimalt en prosent av alle som sysler med atferd i en eller annen form, og kan skape store endringer ved hjelp av enkle midler. Det gjør den enda mer fantastisk. Faktisk er den så fantastisk at det er merkelig at den ikke anvendes mye mer, at det ikke er lengre køer av folk som vil lære om den, og at ikke flere tilbyr utdanning i den. En grunn til at atferdsanalyse ikke dominerer så mye som den burde ha gjort, er at det er mye på markedet som folk lærer om, og driver med, som konkurrerer med atferdsanalyse. Det kan vi gjøre lite med. Det vi kan gjøre, er å utforme atferdsanalyse, og presentere det vi gjør, på måter som øker sannsynligheten for at det anvendes. Atferdsanalyse er en gave, men ikke alle gaver åpnes eller tas i bruk, og noen byttes. Vi må få folk til å åpne, og bruke, atferdsanalyse.



Hos nissene på Breiby, litt nord for Sand i Nord-Odal, står julestemningen alltid høyt i taket.

Atferdsanalyse har bare vært passe populært. Inntil for få år siden begrunnet mange sin skepsis til, eller motstand mot, atferdsanalyse med at atferdsanalyse var uetisk. Det ble brukt for sterke virkemidler, ofte tvang, som overkjørte pasienten. Mange mente nok at eksempler på tvilsom etikk, betydde at atferdsanalyse *måtte* være slik, det vil si at tvilsom etikk var en *essensiell* egenskap ved atferdsanalyse. Det var delvis forståelig, men ikke riktig, for helt siden starten for ca. 60 år siden, har det vært mye etisk god atferdsanalytisk behandling. Særlig i USA har atferdsanalytikere alltid vært langt framme med å lage etiske retningslinjer, som også har blitt fulgt. Også i Norge har det alltid blitt gjort mye bra, men det har også vært eksempler på praksis som har gitt kritikere berettiget vann på møllen. Før i tiden skulle behandling gjerne være *effektiv*, og gjerne virke *fort*. *Hvordan* det skjedde, kunne bety mindre. Selv ble jeg

psykolog midt på 1980–tallet, og husker særlig tiden etter HVPU-reformen tidlig på 1990–tallet. Da hadde vi hendene fulle av utfordrende atferd rundt om i kommunene, og kvantitet kunne telle mer enn kvalitet. For litt over 20 år siden møtte jeg to vernepleiestudenter som var i praksis. Begge var ivrige atferdsanalytikere, og inspirert av en eldre atferdsanalytiker som er opphavsmann til såkalt motstandstrening, som de ville benytte. De ville få en svaktfungerende tjenestemottaker til å slutte å stjele, men det han «stjal», var knapt av verdi, og behandlingen var svært inngripende. Da jeg påpekte at det hele var meningsløst, spurte de meg om hva de da skulle finne på i praksisperioden, som om det var mitt eller mottakerens problem.

Etisk kritikk av atferdsanalyse er langt svakere i dag. Det skyldes nok at mange etiske problemer har blitt grundig diskutert i mange år, og til dels blitt lovregulert. Pasienten er bedre representert, og atferdsanalytikere kan mer om både etikk og behandling. Det er stort sett slutt på å skyte spurv med kanoner, og å iverksette inngripende «løsninger» før man er enige om at atferden er et problem. Men det mangler ikke på ting som kan forbedres, som kan øke bruk av atferdsanalyse.



Julestemning i Valdres.

Jeg vil begynne med noen observasjoner som jeg gjort i løpet av 35–40 år som tilskuer og deltaker på feltet. I løpet av den tiden har jeg sett noe behandling som har vært unødig komplisert. Beskrivelsene har vært tekniske og lite tilgjengelige. Det kan ha virket som man vil vise hva man kan, framstå som vitenskapelige, eller «imponere» på andre måter. Metodebruken har vært omfattende. For pasienten har det vært mye å forholde seg til, og tilværelsen kan ha blitt endret mer enn nødvendig. For tjenesteyterne kan det ha vært unødvendig byrdefullt å utføre behandlingen, særlig når den har vært langvarig, jfr. min leveregel om at en pasient med utfordrende atferd kan bli en «venn for livet». Komplisert behandling rettes gjerne også mot flere former for atferd. Det betyr mer registrering, og mer bearbeiding av data. I tillegg til at

behandlingen kan ha vært komplisert, kan noen behandlere ha vært lite bevisste på hvordan de har håndtert sin makt, og vært arrogante. Behandlingen kan ha vært lite tiltalende, særlig på grunn av overtydelige og kunstige metoder. Når alt dette kan ha blitt tatt lett på fra tid til annen, har noen kanskje tenkt at når folk får se hvor godt behandlingen virker, vil de bli begeistret, nær sagt uansett hvilket middel målet har helliget. Dette er vitenskap, og ikke føleri, må vite, men noen ganger har det altså endt i motsatt grøft.

Det er lettere å se slike ting hos andre enn hos seg selv, og hva jeg har gjort av det selv, og hva jeg har sett at andre har gjort, få så være. Men i alle fall siden bølgene etter HVPU-reformen la seg utover 1990–tallet, har jeg nok vært temmelig bevisst på slike ting. Ellers har de nevnte problemene selvfølgelig etiske sider. Poenget med å ta dem opp her er imidlertid at de også dreier seg om noe annet som er svært viktig for at atferdsanalyse skal tas mer i bruk, nemlig brukervennlighet, som etter min mening går ut på to ting: At behandlingen er enklest mulig å utføre og å motta, og at den tar seg best mulig ut.



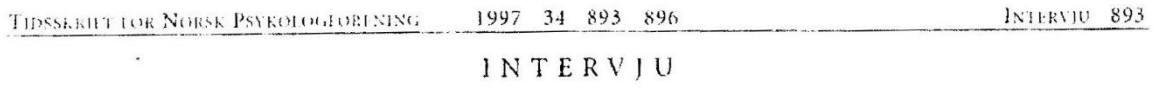
En skikkelig «cold break», eller rask nedkjøling etter koking, er viktig for at ølet skal bli rent og klart. Her er det noen få minutter, eller ca. 15 grader, til gjæren skal has i. Til høyre, etter et par måneders lagring, er juleølet i sitt rette element.

La oss begynne med «enklest mulig». «Ockhams barberkniv» betyr at vi skal forklare ting så enkelt som vi kan: Av to forklaringer som sier like mye (eller lite), skal vi velge den enkleste. Barberkniven kan tas et steg videre, til behandling: Av to behandlinger som kan oppnå like mye (eller lite), bør vi velge den enkleste under ellers like forhold, det vil si så lenge etiske eller andre forhold ikke favoriserer den mer kompliserte. Noen imponeres av det kompliserte, og tror at det viser dyp forståelse, også når kompleksiteten er hul og påtatt. Men det er nok mer motsatt: Den som kan forklare, og oppnå, like mye med enkle midler, har ofte forstått mer enn den som går mer tungvint til verks. I tillegg er det vel best å være usnobbete?

Atferdsanalyse kan altså være, og gjøres, enkelt. I den forbindelse er jeg takknemlig for den totalt manglende sammenhengen mellom hvor alvorlig atferd er, og hvor vanskelig det er å behandle den atferdsanalytisk. En lang karriere har lært meg at enkel behandling kan løse store problemer (og at små problemer kan være vanskelige å løse, selv med komplisert behandling). At behandling er enkel, betyr ikke minst at den krever mindre ressurser på alle måter. Man «får mer for pengene». Det betyr også at pasienten må tilpasse seg mindre, og kan beholde flere av sine vaner og uvaner, slik vi alle ønsker. Det øker også sjansen for at de som skal utføre behandlingen, ofte tjenesteytere, orker det, særlig over tid. Enkel behandling kan

selvfølgelig beskrives enklere, og dermed være lettere å forstå. Men også behandling som må være mer komplisert, kan ofte beskrives enklere enn den noen ganger beskrives. Det går an å skrive «Svarer ja» i stedet for «emitterer en konfirmatorisk respons», for å ta et sjeldent eksempel. Selv har jeg som prinsipp at en beskrivelse av behandling av utfordrende atferd skal få plass på et A4-ark, skriftstørrelse 12, og vanlig marg. Behandling skal selvfølgelig ikke være for enkel til å virke, men ellers ser jeg bare én mulig fare med enkel behandling: At den blir så enkel at den glemmes, eller at de som skal utføre den, blir så late at de ikke kommer seg opp av stolen når de skal.

I 1997 intervjuet jeg Philip N. Hineline, ingen hvem som helst, i Chicago. Jeg spurte ham om hva vi atferdsanalytikere kan gjøre for å komme videre. Han svarte blant annet at «Vi er dårligere til å håndtere *systemer,* særlig de som involverer flere personer. Det hender en del ganger at det er satt i gang effektiv behandling, og at alt virker stabilt og ser ut til å fungere. Så kommer det inn nye personer som skal lære å utføre den, og enten vedlikeholde den eller prøve å utføre den i nye situasjoner. Da ser vi ofte at den går i oppløsning, eller at det nye systemet ikke fungerer slik det gamle gjorde. Derfor trenger vi å se på betingelsene som gjelder i det utøvende leddet, der to eller flere personer samhandler. Jeg vet at det er noe som atferdsanalytikere har begynt å se på.» Det er liten tvil om Hineline sikter til situasjoner der det hjelper at behandling er enkel. Han fortsatte med at «Noe som gjenstår, er å få til en bedre innføring av atferdsprinsipper, og av den tenkemåten som de innebærer. Det omfatter også å få aksept for våre begreper hos publikum generelt». Det går nok mye ut på å snakke og skrive enkelt, og på måter som folk føler seg hjemme med.


TIDSSKRIFT FOR NORSK PSYKOLOGFORENING 1997 34 893 896 INTERVJU 893

INTERVJU

The «simplicity» of radical behaviorism is really a myth

-AN INTERVIEW WITH PHILIP N. HINELINE

Børge Holden

Headingen på mitt Hineline-intervju. Pdf av intervjuet sendes på forespørsel!

En norsk atferdsanalytiker som har skjønt at behandling, og hvordan vi snakker om den, bør være enkel, er vår kjære Kai-Ove Ottersen. I ca. ti år har han ledet et symposium på Nafo-seminaret på Storefjell som hvert år har inneholdt en antologi av enkle og effektive tiltak. I starten het seminaret «Det enkleste er det beste». Senere har tittelen skiftet, men den har alltid betydd det samme. Selv i år, da seminarprogrammet var en del begrenset, fikk symposiet plass. At det alltid har trukket folk, og at det var med i år, viser at mange ser poenget. Også tiden som vi lever i, kan favorisere det enkle: Tiltak som går ut på å fjerne motivasjonen for atferden, ofte ved ganske enkelt å ta bort mangler og ubehag, er «in», og ofte i tråd med for eksempel kapittel 9 i khol. Slike *passive* tiltak, som jeg kaller dem fordi de ikke krever noe av pasienten, men i stedet forenkler livet for han eller hun, er ofte enkle. Det samme kan gjelde mer aktive tiltak som går ut på positiv forsterkning, for eksempel enkle atferdsavtaler der pasienten bare skal «kutte ut» ei enkel «ugjerd». Det er altså ikke slik at enkle tiltak trenger å være «for enkle», i betydningen vulgære eller unødig inngripende. Noen av de mest effektive, og minst kontroversielle, tiltakene jeg selv har stått bak, har vært fjerning av etablerende operasjoner, ofte ved hjelp av non-kontingent forsterkning.



Mer julestemning i Valdres, og et godt bilde av hvordan dagslyset er når solen er på det laveste.

I intervjuet med Hineline var han videre inne på at «En egenskap ved bruk av atferdsprinsipper, eller et tiltak, er hvor pålitelig de produserer et bestemt resultat. Det bør vi beholde som den tydeligste egenskapen ved vår tilnærming. Men hvor lett den er å ta i bruk, eller hvor tiltrekkende den er, er like viktig. Det må vi vie mer oppmerksomhet. Grunnen er at både i utdanning og andre steder velger man ikke bare ut fra hvor effektiv en metode er, men vel så mye ut fra hvordan den ser ut, og om den er lett å bruke». Noe av sitatet handler om enkelhet, men mye av sitatet bringer oss over på den andre viktige siden ved brukervennlighet: Hvordan behandlingen tar seg ut, det vil si estetikk. Alle vet hvor viktig design er når vi kjøper noe. Også behandling må være noenlunde naturlig og elegant for at andre enn atferdsanalytiske særinger skal like den. Akkurat som vi bør velge den enkleste forklaringen og behandlingen, bør vi velge den behandlingen som er penest, morsomt eller mest tiltrekkende på andre måter. Helst bør den arte seg som mest mulig naturlig påvirkning.

Selv har jeg stått bak et tiltak mot selvskading om natten som har gått ut på non-kontingent forsterkning. Pasienten, som har dyp utviklingshemning, liker åpenbart ikke å ligge alene, og tiltaket er rett og slett å avlegge ham regelmessige korte besøk, uavhengig av hans atferd. Det er vanskelig å se noen forskjell mellom tiltaket, og hvordan man passer på en annen som har lagt seg, for eksempel et lite barn, eller en som er syk. Enklere å beskrive og å utføre, og mer naturlig og mindre kontroversielt, er det vanskelig å gjøre det. Selv om behandlingen er tvers gjennom atferdsanalytisk, vil selv den mest innbitte motstander av atferdsanalyse få problemer med å sette fingeren på særlig mye.

Enkelhet, og estetikk, er faktisk så viktig at vi også kan sette det opp mot effekt, og gjøre kompromisser. Heller et enkelt og pent tiltak som tas godt imot, utføres lojalt så lenge som tiltaket trengs, og som virker *godt nok*, enn et komplisert og ulekkert tiltak som det er vanskelig å utføre, vanskelig å *få* noen til å utføre, og som er brysomt for pasienten, samme hvor mye det skal føre til «nullforekomst». Det siste er langt fra alltid nødvendig, men når det *er* det, kan enkelhet og estetikk måtte vike. Da hjelper det å ha utført mange enkle og estetiske tiltak, og å ha en fet «konto» å tære på. Har vi ikke det, kan vi få et dårlig omdømme. Få ting er vanskeligere å bli kvitt.

The Behavior Analyst 2005, 28, 15–28 No. 1 (Spring)

The Aesthetics of Behavioral Arrangements

Philip N. Hineline
Temple University

With their origins in scientific validation, behavior-analytic applications have understandably been developed with an engineering rather than a crafting orientation. Nevertheless, traditions of craftsmanship can be instructive for devising aesthetically pleasing arrangements—arrangements that people will try, and having tried, will choose to continue living with. Pye (1968) provides suggestions for this, particularly through his distinctions between workmanship of risk versus workmanship of certainty, and the mating of functional precision with effective or otherwise pleasing variability. Close examination of woodworking tools as well as antique machines offers instructive analogues that show, for instance, that misplaced precision can be dysfunctional when precision is not essential to a design. Variability should be allowed or even encouraged. Thus, in the design of behavioral contingencies as well as of practical or purely aesthetic objects, "precise versus variable" is not necessarily a distinction between good and bad. More generally, behavior analysts would do well to look beyond their technical experience for ways to improve the aesthetics of contingency design while continuing to understand the resulting innovations in relation to behavior-analytic principles.
Key words: aesthetics, acceptability of behavioral techniques, precision, variability, workmanship

En artikkel der Hineline diskuterer spørsmålet om estetikk inngående.

Oftest er det lett å oppnå nødvendig enkelhet og estetikk, og vi kan alltid gjøre *noe*, også i alvorlige tilfeller der tiltak må være inngripende. Det er en av de mange store gavene med atferdsanalyse. Gi den til andre, og ta imot den selv.

Ellers blir det visst noen små digitale Nafo-seminarer utover vinteren og våren, mens det satses på å få til et godt gammeldags seminar på Storefjell til høsten. Vi får håpe det beste.

God jul, og takk for det spesielle atferdsåret som har gått.

10. desember 2020 Børge Holden



Bildet er selvfølgelig tatt på Grytsetra i Nord-Odal…