

BBC 128: ER DET FORSKJELL MELLOM POSITIV OG NEGATIV FORSTERKNING?

Alle innføringer i atferdsanalyse, i bøker, forelesninger og hvor som helst, går gjennom begrepet 'forsterkning', ofte som det første begrepet. Det er like vanlig å fortsette med at det er to hovedtyper forsterkning, positiv og negativ. *Positiv* betyr at forsterkning skjer ved at noe blir tilført. Det som tilføres, kalles *positiv* forsterker. *Negativ* betyr at forsterkning skjer ved at noe blir fjernet. Det som fjernes, kalles *negativ* forsterker, eller aversiv stimulus (som jeg ofte kaller «ubehag»). Det avgjørende er altså retningen på stimulusendringen: tilføring eller fjerning, som ikke trenger å være absolutt. Tilføring kan være alt fra å få eller oppnå noe man overhodet ikke har hatt, til en liten økning i noe man allerede har, eller for eksempel et løfte om det. Fjerning kan være alt fra å slippe å komme i kontakt med et ubehag, til utsettelse eller reduksjon av et ubehag man allerede er i kontakt med, eller for eksempel et løfte om det.



Utsikten fra Veslehaugen, like ved Årkjølen, mot Odalen og Storsjøen, er like vakker hele året, ikke minst om våren.

I tillegg til de to typene forsterkning, er det to typer *negativ* forsterkning. Den grunnleggende formen, unnslippelse, går ut på at ubehaget er til stede, og *opphører* eller *minker* som følge av atferd. Det krever ikke å ha lært at det er ubehagelig, og heller ikke atferden

trenger å være lært. På «motivasjonsspråket» dreier alt dette seg om ubetingede, eller ulærte, etablerende operasjoner. Siden personen «står i» et ubehag, kan det være relativt konkrete og synlige grunner til unnslippelsen, og til at den er forsterkende. Den mer avanserte formen, unngåelse, går ut på at ubehag ikke er til stede, men kan komme. Vi reagerer imidlertid i tide, og *forhindrer* eller *utsetter* ubehaget. Det er «safere» enn unnslippelse – det er bedre å unngå «garnet» enn å satse på å unnslippe det. Unngåelse krever læring. Vi må ha erfaring med ubehaget, eller lignende ubehag, og ha lært å oppfatte betingede, eller lærte, aversive stimuli som varsler at et ubehag kan dukke opp. I motivasjonstermer dreier alt dette seg om betingede, eller lærte, etablerende operasjoner. Vi kan også ha lært å følge advarsler, eller å utlede mulige ubehag verbalt. Også unngåelses*atferd* må læres. Hvis vi ikke unngår, straffes vi. Siden unngåelse dreier seg om ubehag som ikke er manifeste, kan det være vanskeligere å oppdage unngåelse, og hva som unngås. Skillet mellom unnslippelse og unngåelse har sin parallell i skillet mellom henholdsvis ubetingede, eller ulærte, forsterkere, og betingede, eller lærte, forsterkere. Det finnes altså også to typer positiv forsterkning.

The Behavior Analyst 2006, 29, 121–123 No. 1 (Spring)

On the Distinction Between Positive and Negative Reinforcement

Brian A. Iwata
University of Florida

Brian Iwata er alltid verdt å lese, og å lytte til. Han er nok en av de største skarpingene vi har hatt, og svært flittig.

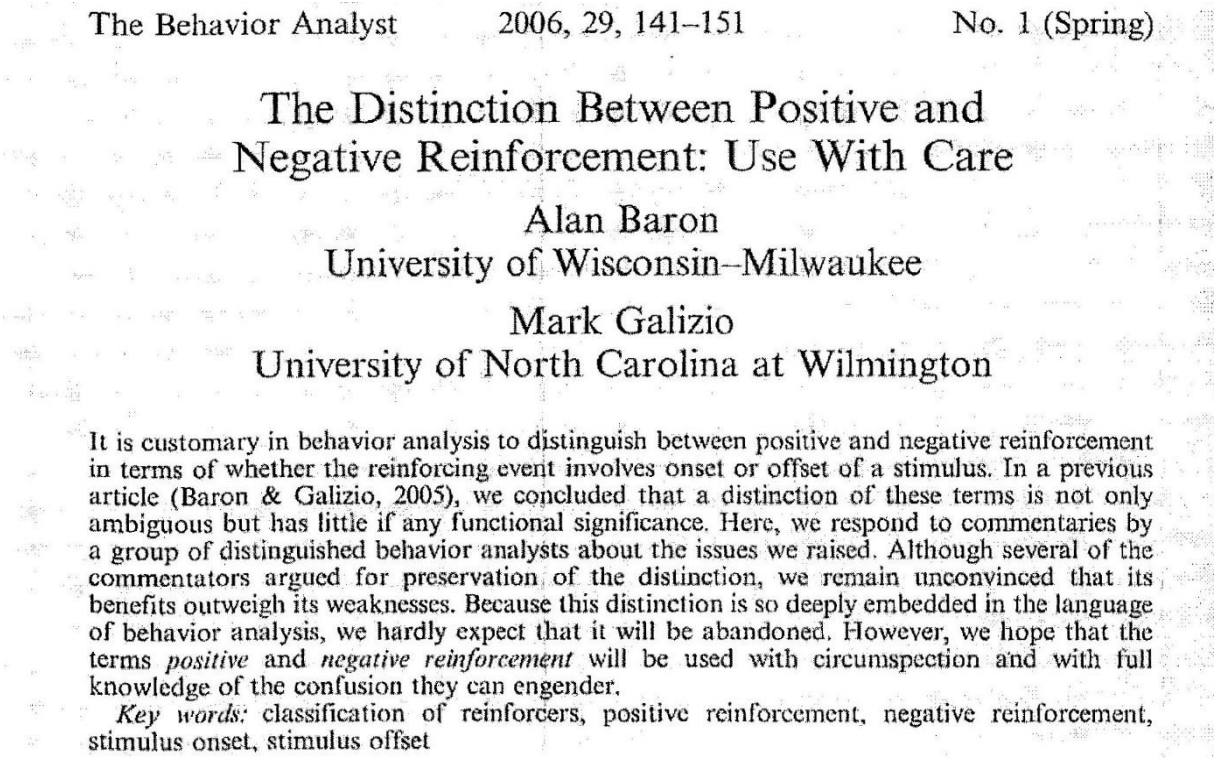
Så langt har vi snakket om relativt observerbar forsterkning, det vil si at andre sørger for positive forsterkere, unngåelse eller unnslippelse, eller at vi «ordner opp selv» i situasjoner der forsterkning er temmelig konkret. Men forsterkning kan som kjent også være direkte og automatisk, det vil si en direkte følge av handlingen, og gå ut på endringer i privat stimulering. Slik negativ forsterkning er aktuell for selvskading, tvangshandlinger og annen angst, tristhet, tics, rus, smerter og mye annet. For å vurdere om det er positiv eller negativ forsterkning, trenger vi personens subjektive rapport, eller å tolke personens kroppsspråk. Går personen fra å virke misfornøyd til å virke fornøyd, er positiv forsterkning er rimelig tolkning, og vice versa. (Hvor fornøyd personen er på sikt av å ruse seg, eller av å unngå noe, er en annen sak.)

Innenfor aksept- og forpliktelsesterapi, eller ACT, snakkes det lite om positiv forsterkning. Der dreier det seg om unngåelse, attpåtil privat. Et sentralt begrep er *unngåelse av opplevelse*, som også brukes om savn og lengsler, eller deprivasjon. Deprivasjon oppfattes altså som aversivt, eller ubehagelig.

Det finnes neppe noen god kartlegging, men i dagliglivet spiller positiv og negativ forsterkning omtrent like store roller, tror jeg. Det er godt å få ros, lønn og mye annet, men også slippe noe som plager oss, som å få fred for mas, eller å holde sult og sykdom unna. Det er liten tvil om at forsterkning korrelerer med lystfølelse, og å slippe noe kan føles like godt som å oppnå noe. Tenk på en beskjed som «Du har ikke en dødelig sykdom likevel». At også negativ forsterkning føles godt, har nok sammenheng med at våre forfedres stort sett kjempet for å overleve. Det har vært like viktig å unngå og å unnslippe farer, som å oppnå goder. Evolusjonen har satt spor.

Også i forståelse av problematferd regnes begge typene forsterkning som omtrent like viktige. Mye problematferd er rettet inn mot å oppnå noe, og ca. like mye er rettet inn mot å slippe noe, ifølge studier. I *behandling* er nok positiv forsterkning viktigere. Det er vanligst, og

kjekkest, å prøve å få mer ønsket atferd ved å tilføre forsterkere. Ikke minst atferdsavtaler er oftest vinklet slik. Men ubehag kan være vanskelige å komme utenom, og det er viktig å komme unna dem ved hjelp av akseptabel atferd. DRA-tiltak går ofte ut på å forsterke ønsker om å slippe noe. Den som skal bli bedre i selvhevdelse og aggresjonsmestring, må lære å «ytre» seg ut av ekle situasjoner. De som har lært hjelpeløshet, må lære et vidt spekter av ferdigheter for å komme bort fra ubehag, etter hva «hjelpeløsheten går ut på. Opplæring i ferdigheter kan også gjøre situasjoner mindre ubehagelige, og få dem til å oppleves som nyttige og behagelige. Det er også vanskelig å lære forsiktighet, og noe så enkelt som å bli renslig for urin og avføring, uten at ubehag er involvert. Ren tilstedeværelse i situasjoner kan føre til *tilvenning*, eller habituering, slik at de ikke lenger er ubehagelige. Også helsemessig endring dreier seg mye om å venne seg til ubehag som endringen skaper, som når man begynner å trene.



The Behavior Analyst 2006, 29, 141–151 No. 1 (Spring)

The Distinction Between Positive and Negative Reinforcement: Use With Care

Alan Baron
University of Wisconsin–Milwaukee
Mark Galizio
University of North Carolina at Wilmington

It is customary in behavior analysis to distinguish between positive and negative reinforcement in terms of whether the reinforcing event involves onset or offset of a stimulus. In a previous article (Baron & Galizio, 2005), we concluded that a distinction of these terms is not only ambiguous but has little if any functional significance. Here, we respond to commentaries by a group of distinguished behavior analysts about the issues we raised. Although several of the commentators argued for preservation of the distinction, we remain unconvinced that its benefits outweigh its weaknesses. Because this distinction is so deeply embedded in the language of behavior analysis, we hardly expect that it will be abandoned. However, we hope that the terms *positive* and *negative reinforcement* will be used with circumspection and with full knowledge of the confusion they can engender.

Key words: classification of reinforcers, positive reinforcement, negative reinforcement, stimulus onset, stimulus offset

En god diskusjonsartikkel der mange kommer til orde etter hovedartikkelen, og der Jack Marr skrev det som jeg viser til.

Min videre diskusjon vil dreie seg om positiv og negativ forsterkning i relativt konkrete situasjoner, ikke minst problematferd. Der oppfatter nok de fleste skillet som både meningsfylt og nyttig. Det samme gjelder i forskning. For eksempel i *Journal of Applied Behavior Analysis*, viser bruken av begrepet negativ forsterkning ingen tegn til å avta, ifølge en opptelling som Brian Iwata gjorde for noen år siden. Likevel er skillet omdiskutert. Det er ikke *alltid* lett å si hva som er hva, og det er ingen sikre regler for det. For eksempel tvilte Jack Michael, allerede i 1975, på om det alltid går an å skille tilføring fra fjerning. Iwata prøve å rydde opp, og forsvarte skillet, i en artikkel i 1987. Siden har diskusjonen «blusset opp» med jevne mellomrom. Noen mener alltid at det er uforsvarlig å snakke om mer enn *forsterkning*, og at positiv og negativ forsterkning må slås sammen, som blant annet Jack Marr har gjort. På en måte har man altså gjort det innenfor ACT, selv om det har skjedd uavhengig av diskusjonen innenfor «tradisjonell» atferdsanalyse.

Det kan ikke legges skjul på at det er tvilstilfeller. Oppnår vi behag, eller unnslipper/unngår vi sult, ved å spise? Oppnår vi varme, eller unnslipper/unngår vi kulde, ved

å kle på oss? Går vi til noe bedre, eller unnslipper/unngår vi problemer, når vi går ut av et parforhold? Oppnår vi spenning og underholdning, eller unnslipper/unngår vi kjedsomhet, ved å se en film? Får vi kose oss alene, eller unnslipper/unngår vi ubehagelig nærvær, når noen går, og så videre? Det kan være vanskelig å avgjøre om motivasjonen er deprivasjon eller ubehag, og følgelig om forsterkningen er positiv eller negativ. Ikke alle endringer som innebærer forsterkning, har en klar begynnelse og slutt, og ofte er det glidende overgang fra effekter kan være positiv forsterkning, til effekter som kan være unngåelse og særlig unnslippelse. De fleste situasjoner *kan* forstås som begge deler. Iwata mener imidlertid at det *bør* gå an å beskrive forholdene før og etter en forsterkende endring, og om endringen er tilføring eller fjerning. Tilføres noe, er det positiv forsterkning. Får vi på oss klær, er det positiv forsterkning, selv om vi nesten frøs i hjel. Fjernes noe, er det negativ. Forlater noen oss, og vi deretter koser oss fælt, er det negativ forsterkning, okke som. Men det er unntak for alt, og mange atferdsanalytikere liker å se inn i hvert hull og hver sprekk. Å få en hodepinetablett, og bli kvitt hodepine, vil mange anse som negativ forsterkning, men tabletten ble jo tilført! Likevel er det kanskje litt søkt å si at en «god følelse i hodet» er en viktigere positiv forsterker enn hodepine er en negativ, og at den som tok tabletten, var deprivert for en «god følelse i hodet»?

JOURNAL OF APPLIED BEHAVIOR ANALYSIS 2013, **46,** 699–703 NUMBER 3 (FALL 2013)

POSITIVE REINFORCEMENT AS TREATMENT FOR PROBLEM BEHAVIOR MAINTAINED BY NEGATIVE REINFORCEMENT

STEVEN W. PAYNE AND CLAUDIA L. DOZIER

UNIVERSITY OF KANSAS

Functional analyses (Iwata, Dorsey, Slifer, Bauman, & Richman, 1982/1994) have been useful in determining function-based treatments for problem behavior. Recently, however, researchers have evaluated the use of arbitrary reinforcers (e.g., positive reinforcers) to decrease problem behavior maintained by negative reinforcement, particularly in the absence of extinction. We provide a brief review of recent research on this topic and discuss implications regarding mechanisms, practice, and future research directions.

Key words: negative reinforcement, positive reinforcement, problem behavior

Enda en av artiklene som er verd å lese for de som vil sette seg inn i temaet.

En praktisk løsning kan være å se på hva som dominerer, og om det ser *mest* ut som personen mangler noe, eller utsettes for eller kan bli utsatt for noe, og om personen oppnår, eller unnslipper/unngår, noe med atferden. Jack Marr skriver at for ham er det en positiv forsterker å høre Beethoven, at han kan bli deprivert for det, men at det er vanskelig å se på fravær av det som et ubehag. Altså er det positiv forsterkning, i tråd med Iwatas syn. I kliniske situasjoner er det ofte nokså klart at en av delene dominerer. Hvis en person truer for å få noe, og slutter å true når han eller hun får det, er det naturlig å si at det er positiv forsterkning. Hvis en person reagerer sterkt på å måtte gjøre noe, og blir rolig når det avbrytes, er det like naturlig å forstå det som negativ forsterkning. At det andre ganger ikke er et entydig skille, og ikke bare det ene eller det andre, kan rett og slett skyldes at skillet *er* uklart, eller at det *er* begge deler. Selv har jeg ingen problemer med at det ene ikke utelukker det andre.

Skillet mellom positiv og negativ forsterkning kan også ha noe å si for behandling. Det kan særlig være viktig for å bestemme hvordan ekstinksjon bør skje. Hvis unnslippelse fra en oppgave er forsterker, kan ekstinksjon måtte gå ut på ikke å unnslippe. Men hvis tilgang til en aktivitet etterpå er en forsterker, kan det være unødvendig å ekstingvere unnslippelse. Da kan det være viktigere å ta bort aktiviteten etterpå. Flere studier har også vist at ekstinksjon av

unnslippelse kan være unødvendig, og at det kan holde å forsterke utførelse, slik man gjør i atferdsavtaler, jfr. at positiv forsterkning kan være hyggeligere for alle parter. Hvis både negativ og positiv forsterkning er ute og går, er det uansett flere muligheter. Situasjonen kan også bli mer komplisert. En situasjon som alle kjenner, er at personen protesterer mot en oppgave, men også søker en eller annen form for oppmerksomhet fra den som skal ha personen til å gjøre oppgaven. Da må vi som regel ekstingvere både unnslippelse, og søkingen etter oppmerksomhet. Hvis vi ikke gjør det siste, kan situasjonen dra ut, og vi kan miste oversikten over hva vi driver med.

Selv tror jeg at det et stykke på vei er et spørsmål om grad av ubehag, eller av negativ forsterkning. Er en oppgave, eller en hvilken som helst situasjon, ubehagelig nok, kan positiv forsterkning bli for tynt. Likevel kan det være nyttig å «sukre pillen», og å dempe ubehaget og tendensen til unnslippelse, ved å forsterke at personen for eksempel fullfører oppgaven. Den kombinasjonen har jeg brukt mange ganger. En pasient begynte å nekte å bli med på bilturer. Ekstinksjon av unnslippelse var nødvendig, men han fikk også «godis» etter å ha blitt tvunget med på biltur. Vi brukte også fading: I begynnelsen var bilturene svært korte, men økte gradvis. I det hele tatt er det mange måter å dempe behovet for ekstinksjon på.

JOURNAL OF APPLIED BEHAVIOR ANALYSIS 2015, **48,** 563–574 NUMBER 3 (FALL)

A COMPARISON OF POSITIVE AND NEGATIVE REINFORCEMENT FOR COMPLIANCE TO TREAT PROBLEM BEHAVIOR MAINTAINED BY ESCAPE

SARAH K. SLOCUM AND TIMOTHY R. VOLLMER

UNIVERSITY OF FLORIDA

Previous research has shown that problem behavior maintained by escape can be treated using positive reinforcement. In the current study, we directly compared functional (escape) and nonfunctional (edible) reinforcers in the treatment of escape-maintained problem behavior for 5 subjects. In the first treatment, compliance produced a break from instructions. In the second treatment, compliance produced a small edible item. Neither treatment included escape extinction. Results suggested that the delivery of a positive reinforcer for compliance was effective for treating escape-maintained problem behavior for all 5 subjects, and the delivery of escape for compliance was ineffective for 3 of the 5 subjects. Implications and future directions related to the use of positive reinforcers in the treatment of escape behavior are discussed.

Key words: autism, compliance, differential reinforcement, escape behavior

Den siste artikkelen på mitt «negativ forsterkningspensum».

Knapt noe begrep er vanntett, og uten uklarheter og uenigheter om bruken av det. Det er ikke alltid klart om diskriminering, eller motivasjonelle forhold, er ute og går, eller om noe er unnslippelse eller unngåelse: Når unngår vi en farlig person i tide, og når unnslipper vi vedkommende? Er en forsterker ubetinget eller betinget, og så videre. Heller ikke i disse eksemplene trenger usikkerhet å være et stort problem. Så lenge vi *som regel* kan skille positiv og negativ forsterkning, og skillet er nyttig når vi leter etter årsaker til atferd, og i behandling, er det ingen grunn til å oppheve det, slik jeg ser det. Teoretikere kan ikke bestemme for mye.

I tillegg til analytiske og praktiske grunner for å bevare skillet, har noen vært inne på at skillet er «strategisk» viktig. Det er lettere å selge behandling som inneholder positiv forsterkning. Det positive er bra og behagelig, liksom. For eksempel er det ofte lett å få folk, både pasient og personalet, med på atferdsavtaler, som nesten alltid er positiv forsterkning. Gjennom årene husker jeg mange sitasjoner der det var skepsis til atferdsanalyse, men at det hjalp å poengtere at det skulle brukes positiv forsterkning. Hvis skillet mellom positiv og negativ forsterkning utviskes, kan vi ikke snakke om positiv forsterkning, og da bortfaller slike

muligheter. De som virkelig har utnyttet ordet positiv, er positiv atferdsstøtte–miljøet, bokstavelig talt. Der er ordet «positiv», og vekten på metoder som bygger på positiv forsterkning, avgjørende, ikke minst i markedsføring, som de har lyktes godt med. Vi som er litt lei av den litt sleipe strategien, skulle kanskje ønske at skillet oppheves, men det er ikke god nok grunn. «Positiv» hjelper heller ikke alltid. Noen er imot det meste av eksplisitt påvirkning, og amerikanske domstoler slo for lenge siden fast at det ikke er lov å forsterke atferd når forsterkning bygger på at personen fratas grunnleggende goder. Slik ble det også i Norge, jfr. det som står i kapittel ni om begrensninger i å belønne atferd.

Når det gjelder lokallaget, er det vel bare å gjenta at seminaret om utfordrende negativt forsterket utfordrende atferd som skulle ha vært for et år siden, blir fredag 1. oktober, eller fredag 19. november hvis 1. oktober blir for tidlig. Begynn å tenk på datoene, særlig den første!

15. april 2021 Børge Holden



Fin vårstemning på Grytsetra.