



## BBC 132: NOEN SIDER VED ATFERDSANALYSE, DEL II: HVOR MYE ATFERDSANALYSE MÅ VI KUNNE FOR Å BLI GODE?

Da er det den andre BBC-en i serien om hvor nyttig alt som er gjort innenfor atferdsanalyse, har vært. Alle felt, enten det er religion, politikk, vitenskap eller hva som helst, har sin lære og sine begreper som det gir makt, status, og noen ganger kompetanse, å kunne. Uansett felt er spørsmålet alltid hvor mye man må kunne for å ha «rett» til å mene noe, eller for å være et «verdig» medlem. Et minstemål av kunnskap bør det være – ellers vet vi jo ikke hva vi er med i. Det er vel bare lukkede, obskure miljøer som vil ha med hjernevaskede personer som ikke vet hva de er med på, og bare kunnskapsløse personer som vil være med i noe som de ikke har greie på. Det fins bevegelser som har mer av slike problemer enn vi har, men de kan finnes overalt, og heller ikke vi har vært helt uten det. Tidligere var det *noen* atferdsanalytikere som nærmest opptrådte som sekteriske forkynnere, som utførte atferdsanalytisk behandling i seanser som minnet om religiøs helbredelse, og som dermed gikk sektledere en høy gang. Det er det heldigvis slutt på, tror jeg. Jeg har også vært borti noen atferdsanalytiske proselytter, altså nyomvendte, som knapt har visst hva de var «omvendt» til, og som har vist mer iver enn kunnskaper. For eksempel noen som har fått hjelp av en atferdsanalytiker, men uten å ha forstått så mye, har trodd at atferdsanalyse er vidunderkur for alt. Det *kan* nok ennå skje, for det vil alltid være noen som har lett for å bli sterke i troen, samme hva det gjelder. Spørsmålet er hvor mye kunnskaper vi må ha for å bli gode og reflekterte atferdsanalytikere.



Det er lov å drikke øl, og å like det, uten å ha greie på det. Norman og jeg har greie på det, særlig på Holden-øl som vi drikker på Park Inn i Woodsetton.

Atferdsanalyse er en nærmere 100 år gammel forskningstradisjon der atferd har blitt studert fra utallige vinkler. Det har blitt brukt et utall prosedyrer, som det selvfølgelig har blitt laget et like stort utall begreper for, som jeg var inne på i forrige BBC. For noen år siden ble

det gjort en kjempejobb med å oversette atferdsanalytiske begreper fra engelsk til spansk. De ga seg ikke før de hadde fått med 1228 begreper! Den siste utgaven av A. C. Cataniias *Learning* som jeg har, har en liste til slutt som definerer snaut 400 begreper. I 2016 skrev jeg en artikkel i *Norsk tidsskrift for atferdsanalyse* (NTA) der jeg har en del forslag til hva atferdsanalytiske begreper kan hete på norsk. Det var ikke meningen å lage en komplett liste, men å prøve å dra i gang en offisiell og systematisk norsk oversetting (som neppe har kommet i gang). Den omfatter derfor «bare» ca. 100 begreper, men jeg synes faktisk at mye av nomenklaturen kom med! Jeg er derfor temmelig sikker på at det ikke trengs hundrevis av begreper for å ha gode kunnskaper om atferdsanalyse, eller for å *anvende* atferdsanalyse. I 2007 skrev jeg artikkelen «Hvordan kan vi snakke om atferdsanalyse til andre enn atferdsanalytikere?», også den i NTA. Der foreslår jeg hvordan 24 atferdsanalytiske begreper kan benevnes og beskrives på vanlig norsk. Også det var en del. At det mangler over 1000, eller flere hundre, begreper, nekter jeg i alle fall på. Kanskje mangler det bare noen få?



Odalen og Storsjøen sett fra Veslehaugen ved Årkjølen en fin septemberdag.

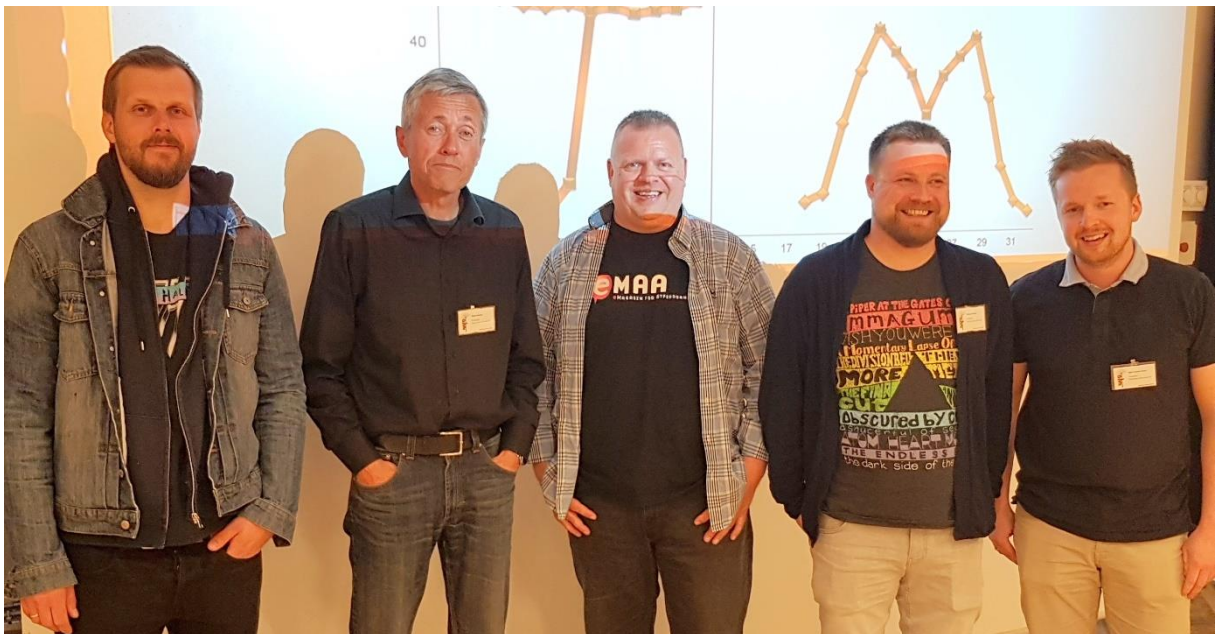
Begreper og metoder overlapper. Alle metoder er begreper, men langt fra alle begreper er metoder. At det er flere begreper enn metoder, skyldes at metoder ofte bygger på flere prinsipper, som har sine egne begreper. Dermed må vi kunne flere begreper for å forstå hver metode. En viktig grunn til at antall nødvendige begreper likevel er begrenset, er størrelsen på vår atferdsanalytiske «verktøykasse». Den inneholder ikke så skrekkelig mange verktøy, eller metoder. I 2008 skrev jeg en artikkel, fremdeles i NTA, som het «Hvordan kan vi beskrive atferdsanalytiske metoder for andre enn atferdsanalytikere?». Der tar jeg stort sett opp ekstinksjon, differensiell forsterkning, det vil si «DR»-metoder, og metoder for å dempe motivasjon for utfordrende atferd, særlig non-kontingent forsterkning, tilvenning/habituering, fading og atferdsmomentum. Jeg drøfter også atferdsavtaler, og forskjellige måter å blokkere og hindre atferd på, og straff (i lovlige og humane former). I tillegg er jeg litt innom opplæring, og ACT. Jeg mener faktisk at tar opp de fleste noenlunde avgrensede metoder for atferdsanalytisk miljøbehandling. I så fall betyr det altså at vi har ca. ti hovedmetoder. I artikkelen tok jeg også opp den viktigste og mest overordnede «metoden» av alle: funksjonelle analyser, som jeg liker å kalle «leting etter årsaker». Uansett er det ikke så mange metoder. Selv om det altså er flere begreper enn metoder, klarer vi oss med et begrenset antall begreper for å beskrive, forstå og bruke, metodene. Når antallet begreper kan være så beskjedent, og neppe

trenger å bli så mye større, skyldes det at begrepene er generiske, og dermed svært fleksible, og rommer mye. Når begrepene er så generiske, er selvfølgelig også metodene det. At antallet nødvendige begreper er beskjedent, skyldes også at begrepene, og prinsippene som benevner dem, og metodene som bygger på dem, kan ha stor påvirkningskraft. Ett begrep, og én prosedyre, kan være nok, men metoder kan selvfølgelig kombineres når det er nødvendig.

På NAFO-seminaret i fjor hadde jeg et innlegg på et symposium om atferdsanalysens framtid. Der var jeg «frekk» nok til å nedtone behovet for teoretiske kunnskaper, i alle fall for å kunne store deler av den hærskaren av begreper som finnes. Jeg mente at vi kommer langt med følgende:

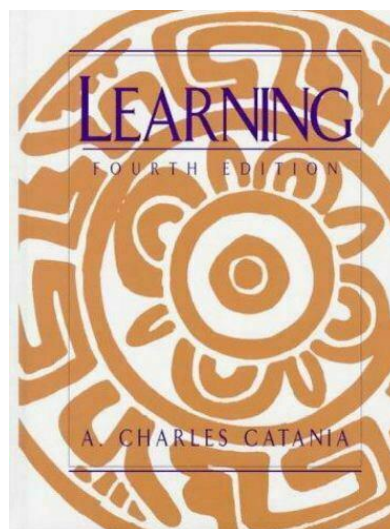
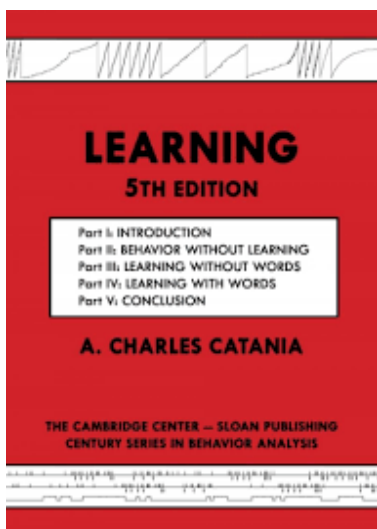
- Motivasjon: Hva som gjør en mulig forsterker forsterkende og ikke, hva som kan gjøre unnslippelse og unngåelse forsterkende, og hva som utløser og «roer ned» atferd
- Forsterkning, positiv og negativ, inkludert betinget positiv og negativ forsterkning
- Operantbegrepet, for å forstå når behandling kan gå ut på å etablere og/eller forsterke alternativ atferd
- Forholdet mellom det verbale og konsekvenser, som i atferdsavtaler
- Matchingteori, særlig for å forstå hvor realistisk det er at personen vil endre atferd, for eksempel i DRA-tiltak
- Tilbakekomst (resurgence), for å forstå, og vurdere faren for, tilbakefall
- Ekstinksjon, og intermitterende forsterkning
- Straff, i forbindelse med DRO, atferdsavtaler og skadeavverging (og selvsagt på normale og lovlige måter)
- Bivirkninger av forsterkning, ekstinksjon og straff
- Grunnleggende om derivering, som innenfor stimulusekvivalens og RFT, og hvordan man generelt tenker om det verbale, og dets rolle, innenfor ACT

I tillegg er det viktig å kunne noen begreper som ikke er spesifikt atferdsanalytiske, men som likevel inngår i atferdsanalytiske metoder, for eksempel atferdsavtaler, der man blant annet snakker om sparing og bonus. Også når noen slike begreper inkluderes, bør de fleste kunne henge med.



En av Norges beste «forenkler», i midten. Nok en gang har han ledet sitt faste symposium, om å gjøre ting enkelt på NAFO-seminaret. Fra venstre Marius Bakken, meg, Ottersen, Marius Hansen og Bjørn André Torve.

I tillegg til at våre metoder ikke krever mange begreper, og kan være så «kraftfulle», er det enda en grunn til at vi ikke trenger å være så skriftlærde for å bli gode praktikere og formidlere. Den er kanskje den «ultimate testen». Nærmere bestemt tenker jeg på alle de dyktige atferdsanalytikerne som rett og slett ikke kan ramse opp, og definere, så mange flere atferdsanalytiske begreper enn de praktiske kjernebegrepene. Hvis langt flere begreper hadde vært nødvendige, hadde de vel ikke vært så dyktige? Jeg mener at det viser at god anvendelse krever intelligens, fantasi og kreativitet til å utforme og kombinere metoder, like mye som rene fagkunnskaper. Anvendt atferdsanalyse er basert på vitenskap, men anvendelse preges også sterkt av hver utøvers bakgrunn, og kan dermed variere mye. Det er nokså forskjellig fra for eksempel medisin, der behandling er mer fastlagt og forutsigbar, og mindre avhengig av utøveren. Jeg understreker likevel at de begrepene som vi må kunne, må vi kunne *godt*. Vi må kunne (1) gi en generell beskrivelse av dem, (2) gi eksempler på situasjoner som de beskriver, og (3) og beskrive hvordan de kan brukes for å oppnå atferdsendring. De to første hjelper lite hvis den tredje ikke er på plass, og den tredje blir vanskelig hvis de to første ikke er innarbeidet.



De siste utgavene av A. Charles Catantias klassiker Learning. Kjempegreier, men vi trenger nok ikke å kunne alt i den på rams for å bli gode praktikere.

At vi klarer oss med en liten del av begrepsfloraen, betyr at en del begreper er nokså overflødige, i alle fall for de som ikke har fått stipend for å utforske noe sært som innvilgerne tror er nyttige. Det minner meg om en samtale som jeg hadde med en kollega i en annen habiliteringstjeneste. Hun fortalte om et litt sært begrep som hun trodde at hun måtte kunne, og som hun gikk hardt inn for å sette seg inn i. Hun leste artikler som var basert på dyrestudier og greier, uten å få helt tak på det. Jeg spurte hva i all verden hun gjorde det for, og sa at jeg ikke hadde tenkt på begrepet på 20 år, av gode grunner. Hun pustet lettet ut, og det virket som hun der og da bestemte seg for å legge det på hyllen. Av hensyn til anonymitet kan jeg dessverre ikke si hvilket begrep det var. Noen begreper er så overflødige at det nesten blir komisk. En av de store på vårt felt, Jack Michael (1926–2020), fortalte en gang at han hadde brukt begrepet «surrogate etablerende operasjoner» på en forelesning. Studentene ba om eksempler, men det klarte han ikke å komme med, og han sluttet å bruke begrepet. Der har dere i alle fall ett begrep som dere kan klare dere uten! Ellers tror jeg at jeg kan trøste dem som strever med å lære begreper, at det neppe er særlig mange flere begreper å «finne opp». De som vi har, bør dekke det meste. Noe stort «paradigmeskifte» kommer neppe før verden går under.

På NAFO-seminaret er det som regel, for ikke å si hvert år, et symposium der man prøver gå i dybden på forskjellige begreper. Jeg vet lite om hvilke begreper som har vært oppe, og håper at færrest mulig av dem har vært av det upraktiske og esoteriske slaget. I den

forbindelse har jeg personlig ikke så stor sans for positiv atferdsstøtte (positive behavioral support), eller PAS. Det er ikke fordi metodene er dårlige, men fordi PAS-folk langt på vei skjuler metodenes åpenbart atferdsanalytiske opphav. Men de er smarte, ikke minst ved at de har plukket de viktigste begrepene og metodene. Språkbruken er dermed enklere enn den som noen atferdsanalytikere kan vikle seg inn i, og det gjør nok også markedsføringen enklere, og mottakelsen bedre. Personlig, igjen, må jeg «innrømme» at jeg i yngre dager gikk inn for å forstå mest mulig fra grunnen av, og å «lære flest mulig begreper». Jeg kom langt, men interessen har avtatt, og jeg har blitt mer og mer opptatt av det praktiske. Jeg håper at jeg lever opp til en regel som jeg ofte nevner, nemlig at dess mer man forstår, dess enklere kan man gjøre ting. Ikke bare kan miljøbehandling beskrives enkelt. Jeg mener at det også gjelder for ACT, og har lenge vært opptatt av hva ACT «koker ned til», og hvordan ACT kan beskrives enklere. Jeg mener at den verbale delen av ACT dreier seg om noen generelle prinsipper som man knapt trenger RFT (relational frame theory, eller relasjonell rammeteori) for å forstå, som jeg tok opp i BBC 121.



Den som forstår hva disse to karene, Brian Iwata og Gregory P. Hanley, skriver, forstår nok mye av den anvendte litteraturen. De skriver svært klart og forståelig.

Hvis vi klarer oss med så «lite» teori, hva trenger vi da, og hva må vi gjøre da? En mulighet er å gjøre opplæringen av atferdsanalytikere relativt praktisk. Vi må kunne nødvendige begreper for å forstå hva vi holder på med, det vil si analysere atferd, komme fram til riktigst mulige og ikke unødig kompliserte metoder, og å forstå hva som skjer utover i behandlingen. Men mye av opplæringen bør være konkret metodeopplæring. Hvordan beskrives og utføres DRA og DRO, atferdsavtaler, non-kontingent forsterkning og det som vi kan by på? Hvordan kan behandling utformes som mest mulig naturlig påvirkning, slik at den tas best mulig imot? Våre begreper benevner fenomener som alle kan observere. Dermed kan vi beskrive årsaker til atferd, og behandling, med vanlig dagligtale. Hvordan kan vi da beskrive det vi gjør, slik at folk som ikke kan våre begreper, forstår og aksepterer det? Når er behandling berettiget, hvor nyttig er den, og for hvem, og når bør vi la være? Hvordan opplever mottakere og utførere behandlingen? Ser vi på hvordan folk har det, «lyser» årsaker til atferd, og hvordan de reagerer på behandlingen, noen ganger imot oss. Da er det kanskje naturlig å trekke inn private hendelser, eller tanker og følelser, mer? Hvordan administreres og evalueres behandling?

Høgskoler og andre læresteder gjør sikkert en god jobb med alt dette. Uansett slår jeg et slag for praktisk opplæring, og for at det teoretiske aldri må overskygge det praktiske når målet ikke er å bli filosofer, men praktikere. Selv har jeg et avslappet forhold til atferdsanalytiske begreper når jeg underviser. Jeg beskriver gjerne først hva som observeres eller som har blitt observert, og hva som kan gjøres eller hva som har blitt gjort. Når jeg da begynner å bruke begrepene smått om senn, har folk allerede fått litt kjøtt på beinet, tror jeg, uten at jeg skal påstå å ha laget en vidunderoppskrift. Et avslappet forhold til begrepsbruk vil jeg nok uansett ha. At ikke alle som vi snakker til eller med, er helfrelste atferdsanalytikere, taler for en moderat språkbruk etter min mening. Men også ivrige atferdsanalytikere som vil være mer katolske enn paven, prøver jeg ofte å dempe litt.

Vi skal bevare vår egenart, men ikke så mye at det hindrer kontakt og kommunikasjon med andre. Ikke minst er det viktig å oppføre seg skikkelig, med mindre man ønsker å bli «sektleder». De som lykkes i det lange løp, er tross alt folk som oppfattes som noenlunde normale. Det skader heller ikke med «reklame», som å presentere det vi gjør, i forskjellige fora. Det som ingen hører om, forblir ukjent.

Når det gjelder lokallaget, er jeg så lei av å skrive om det berømmelige dagsseminaret om negativt forsterket utfordrende atferd, at jeg holder på å spy. Men nå er det bestemt: Det blir dagsseminar, trolig på Sander samfunnshus, mellom Skarnes og Kongsvinger, 19. november! Følg med, og kjenn deres besøkestid. Ikke la denne sjansen gå fra dere. Tenk å få fag på høyt nivå «live», og en nydelig baguette med mer inkludert i den lave seminaravgiften. Mer for pengene er det vanskelig å få. Vi ses.

16. september 2021

Børge Holden



Det har blitt september på idylliske Grytsetra, og løvet gulner.