

# Hvordan kan vi snakke om atferdsanalyse til andre enn atferdsanalytikere?\*

Børge Holden

Sykehuset Buskerud HF – Regionalt senter for utviklingshemmede

«Fremmedord skal man være forsiktig med. Hold dem til fremmedord de er helt adekvat med.»

Leif Sonell, 1967

## Resymé

Atferdsanalyse er en avvikende retning innenfor psykologien: Metoder har ikke blitt til i direkte møter med klienter, langt på vei i motsetning til hva som har vært tilfelle innenfor annen psykologi. Tvert om har metodene en langt mer eksperimentell basis og springer langt mer ut fra grunnleggende prinsipper for atferd. Dette gjør at atferdsanalyse i utgangspunktet er mer utsatt når det gjelder etikk og estetikk. Klinisk utprøving er derfor nødvendig for at metoder skal kunne utformes på en måte som oppfyller samfunnets og klientenes ønsker og behov. Nært knyttet til estetikk er *språk*. Hvordan ordlegger vi oss, og hvilke begreper bruker vi? Hvordan virker det atferdsanalytiske språket på folk som befinner seg mer eller mindre utenfor atferdsanalysen? Hvordan kan vi snakke og få fram det atferdsanalytiske budskapet uten å vekke unødvendig skepsis, motstand og fiendtlighet? Artikkelen drøfter disse spørsmålene, og har en rekke forslag til løsninger.

Stikkord: Atferdsanalyse; Språk; Aksept; Begreper; Prinsipper

## Innledning

Atferdsanalytiske metoder for opplæring og behandling av alvorlige ferdighetsmangler og atferdsforstyrrelser er godt kjent. Etter hvert har atferdsanalysen også begynt å gjøre seg gjeldende når det gjelder psykoterapi. Den kanskje mest spennende, lovende og ekspansive psykoterapi som vi har i dag, ACT, er faktisk atferdsanalytisk. Det er ingen tvil om at det spirer og gror innenfor atferdsanalysen. Cochrane-oversikten er organet som holder rede på hvor godt dokumentert ulike

---

\*Artikkelen er basert på en forelesning holdt på NAFO-seminaret på Storefjell 3.-6. mai 2007

metoder er. Der er atferdsanalyse svært godt representert når det gjelder dokumenterte, eller evidensbaserte, metoder (Eikeseth & Svartdal, 2003). Det er hevet over tvil om at atferdsanalysen har vært en stor suksess når det gjelder å utvikle effektive metoder for behandling og opplæring. At atferdsanalyse er langt bedre representert enn antall forskere skulle tilsi, er også hevet over tvil. Vi må ta i betraktning at antall atferdsanalytiske forskere er lavt, og at vi er en minoritet innenfor psykologien. Effektive metoder gir imidlertid ikke automatisk anerkjennelse. Det er flere grunner til dette. I en ganske fersk artikkel oppsummerer jeg noen grunner til manglende aksept for atferdsanalyse (Holden, 2007d):

Skinner (bl.a. 1974) klaget på at atferdsanalyse vekker motstand fordi den bryter med mentalistiske forklaringer som vi finner innenfor folkepsykologi og tradisjonell psykologi: Vi plasserer ikke primære årsaker til atferd inne i personen. Vi forklarer heller ikke atferd ved å vise til en kategori, for eksempel en diagnose eller en personlighetstype, som personen tilhører. Til sjuende og sist må det ha skjedd noe konkret, miljømessig for at bestemte atferder skal finne sted. Atferdsanalyse har aldri avvist tenkning og følelser. Men når tanker og følelser ikke anses som selvstendige, *primære* årsaker til atferd, oppfattes det lett som at for eksempel følelser overhodet ikke betyr noe. Noen atferdsanalytikere reagerte kanskje på et terapeutspråk som la svært stor vekt på følelser, og tilsvarende liten vekt på hva folk faktisk gjorde og på effektive metoder. Noen la seg dermed til en litt «tøff» tone, ikke minst ved å snakke lite om hva personer *følte* (se Holburn, 1997). Selvsagt ga dette et inntrykk av kulde og liten innlevelse som delvis var berettiget. I tillegg ga det næring til forestillinger om atferdsanalyse som en behaviorisme som ikke befattet seg med tenkning og følelser overhodet.

Atferdsanalyse har bygget opp kunnskapen fra grunnen, og analyserte mindre komplekse former for atferd først. Ikke minst sto dyreeksperimenter sterkt. At det aller meste av forskningen lenge har skjedd på mennesker, er neppe oppfattet av alle. Tvert om er atferdsanalyse fortsatt forbundet med enklere former for atferd. Atferdsanalysens syn på kompleks atferd oppfattes lett som primitive ekstrapoleringer fra dyrs til menneskers atferd. Chomskys (1959) overdrevne og misforståtte angrep på Skinners (1957) *Verbal behavior* bidro sterkt til denne seiglivet oppfatningen. Mange har trodd at atferdsanalytikere er interessert i rotter og duer *i seg selv*, selv om dyrestudier bare var et tidlig steg på veien til å bygge opp kunnskap om mer kompleks atferd. En annen følge av å begynne med det enkleste først, er at atferdsanalyse i stor grad har arbeidet med klientgrupper som helt eller langt på vei mangler språk, som personer med vesentlig utviklingshemning. Også dette har bidratt til vårt primitive image.

Nok en grunn til oppfatningene om atferdsanalyse er ifølge Sidman (1989) at atferdsanalyse er forbundet med tvang og makt. At dette er misforstått, og at sterke krefter innenfor atferdsanalyse har tatt til orde for og ikke minst etablert alternativer til tvang og makt (se Eikeseth, Lovaas & Holden, 2006, for en oversikt), hjelper noen ganger lite.

Selv er jeg inne på at forholdet mellom forklaringer av atferd og konkrete metoder er et annet innenfor atferdsanalyse enn innenfor annen psykologi (Holden, 2003, 2007d). Tradisjonelle retninger som psykoanalytisk og -dynamisk psykologi og humanistisk-eksistensiell psykologi har langt på vei blitt til i direkte møter mellom terapeuter og klienter. Terapiene samsvarer dermed godt med hvordan folk flest i prinsippet forklarer atferd og hvordan folk flest forventer at påvirkning av atferd, eller terapi, i prinsippet skal foregå. Til forskjell fra dette har atferdsanalytiske metoder i stor grad et eksperimentelt grunnlag, og er ikke primært blitt til i direkte kontakt mellom terapeut og klient. I motsetning til tradisjonell psykologi består atferdsanalyse av generelle grunnprinsipper som ikke er etablert i kliniske sammenhenger. Prinsippene kan anvendes svært fleksibelt. Det etableres heller ikke på samme måte som i tradisjonell en praksis helt fra starten for hvordan de skal anvendes. Det bør imidlertid relativt

lett å gardere seg mot at metoder anvendes på uetiske måter, gitt at personer som kaller seg atferdsanalytikere følger fagetiske regler og lovverk for øvrig.

Det annerledes forhold mellom forklaringer og metoder kan imidlertid medføre større problemer når det gjelder behandlings *estetikk* (Holden, 2003, 2007d). I og med at metodene ikke har oppstått i kliniske sammenhenger, er det en større utfordring å anvende dem på tiltalende måter. Prisen for metodenes eksperimentelle opphav kan være at metodene anvendes på måter som virker kunstige og fremmede i forhold til hvordan påvirkning av atferd vanligvis foregår. En estetisk praksis må «gå seg til» etter hvert, og det er ikke til å legge skjul på at en del atferdsanalytisk behandling har vært unødig firkantet og inngripende. Det har også forekommet hatske angrep på atferdsanalyse, der ikke minst manglende estetikk i bruken av metoder er et viktig punkt (se Kohn, 1993). At slike angrep ofte er overdrevne og viser til hypotetiske, gamle og sjeldne eksempler, er en annen sak. Det finnes også glimrende imøtegørelser av disse angrepene (bl.a. Reitman, 1998).

Atter andre er inne på at det atferdsanalytiske språket volder problemer. Foxx (1996) mener at folk reagerer negativt på atferdsanalytiske ord og uttrykk. De kan virke tekniske og kalde, og virke fremmed når vi snakker om atferd, inkludert så subtil atferd som tenkning og særlig følelser. Noen ganger oppstår det misforståelser fordi atferdsanalytiske begreper oppfattes i tråd med hva de samme ordene betyr i dagligtale. Straff og diskriminering er to eksempler (se flere eksempler i Holden, 2003). Ingen fagretninger kommer utenom hvordan talemåter og ordvalg påvirker hvordan en mottas. Fremmede og lite tiltrekkende måter å ordlegge seg på kan medføre at atferdsanalyse avvises på et tidlig stadium. I og med at atferdsanalyse allerede i utgangspunktet er mer utsatt, ikke minst estetisk, er ordvalg og talemåter ekstra viktig for at atferdsanalyse skal kunne aksepteres. Dette gjelder både på samfunnsnivå og i hvert enkelt tilfelle der vi tar til orde for atferdsanalytisk behandling og opplæring. Av disse grunnene er det svært viktig å diskutere og komme fram til hvordan vi skal ordlegge oss når vi presenterer atferdsanalyse. Som det er påpekt flere steder (bl.a. Neuringer, 1991), snakker vi om atferdsanalyse til ulike publikum. Vi snakker om atferdsanalyse til:

1. Andre atferdsanalytikere, det vil si internt.
2. Til uinnvidde men vennlig innstilte personer.
3. Til direkte motstandere.

Vi skal være klar over at sistnevnte ikke minst befinner seg blant psykologer og pedagoger. Få snakker mer om bekjempelse av fordommer og fremmedfiendtlighet enn disse yrkesgruppene, og få har mer av det på sine studieplaner, men få viser sterkere fordommer og fremmedfiendtlighet overfor atferdsanalyse! Jeg kommer tilbake til hvordan vi kan tilpasse vårt språk til hvem vi henvender oss til.

### **Noen karakteristika ved atferdsanalytiske begreper**

Atferdsanalytiske begreper er sterkt preget av at atferdsanalysen sprang ut fra laboratorieeksperimenter med dyr. Begrepene oppsummerer rett og slett prinsipper for hvordan atferd påvirkes, og effekter av disse prinsippene. Eksempler på det første er forsterkning, straff, forsterkningsskjemaer og motivasjonelle operasjoner. Eksempler på det siste er diskriminering og generalisering. Begrepene er utformet med tanke på å være presise beskrivelser av hva som skjer, og ikke med tanke på øvrige effekter de måtte ha på de som hører og leser begrepene. Målet med begrepene var neppe å markedsføre prinsippene som de beskrev. Begrepene ble til i møter mellom kolleger som alle var like dedikerte til labo-

ratorier og eksperimenter, ikke i kontakt med publikum som til sjuende og sist skulle bruke prinsippene som en studerte i laboratoriene.

Utviklingen av atferdsanalytiske begreper er også preget av at en begynte med det enkleste først: Alle begrepene som ble til mellom ca. 1930, da atferdsanalysen begynte å ta form, og til slutten av 1950-tallet, gjaldt like mye for dyr som for mennesker. I 1957 ga Skinner ut *Verbal behavior*. Fra da av fikk vi også begreper for atferd som er unik for mennesker, nemlig verbal atferd, eller *språk*. Denne «begrepshistorien» står altså i kontrast til tradisjonell psykologi, som i stor grad har sprunget ut fra direkte klinisk kontakt med personer som har fått behandling eller opplæring. Øvrig psykologi, også kalt tradisjonell psykologi, begynte med det mest komplekse først og hadde begreper for unik, menneskelig atferd fra starten.

Prisen for den atferdsanalytiske strategien for å danne begreper har vært at begrepene kan virke fremmede. De kan også misforstås og gi andre assosiasjoner enn det som er tenkt. De kan også virke lettere frastøtende, dersom en oppfatter dem i verste mening (se Foxx, 1996; Hickey, 1994; Holden, 2003). Jeg skal gå gjennom en rekke atferdsanalytiske begreper, og peke på problemer og mulige løsninger.

### **Noen begreper som lett misforstås, men som vi likevel må bruke**

#### *Radikal behaviorisme*

Dette er selve navnet på den filosofiske retningen som atferdsanalyse har sitt opphav i. Begrepet ble lansert av Skinner (se Lindsley, 1991). Han mente at behaviorismen, eller atferdspsykologien, til da hadde vært for lite opptatt av og til dels hadde avvist studiet av indre atferd, det vil si tenkning og følelser. Målet med å tilføye «radikal» var å radikaliserer behaviorismen i den forstand at den nettopp skulle interessere seg mer for slike former for atferd. Det er liten tvil om at effekten på folk flest, og på psykologer utenfor den innerste krets, var stikk motsatt: «Radikal» ble oppfattet som at nå skulle privat atferd *i alle fall* utelukkes! Som svar på dette har atferdsanalytikere kommet med alternativer. Lindsley (1991) har foreslått «foreløpig behaviorisme», som skal få fram at behaviorisme er i stadig utvikling. Foxx (1996) har foreslått «human behaviorisme», som skal få fram at atferdsanalyse samsvarer med humanistiske verdier og at den i stor grad handler om menneskelig atferd. Ingen av disse har slått an. Det virker som det er vanskelig å finne noen annen løsning å bruke begrepet radikal behaviorisme og forklare bakgrunnen for det. Skal vi si det på en bestemt, annen måte, kan vi si «behaviorisme som inkluderer tenkning og følelser».

#### *Atferd*

Når folk flest definerer atferd, vil de si at det omfatter atferd som kan observeres av andre enn personen selv, altså *ytre* atferd (Hineline & Wanchisen, 1989). Særlig folk som legger vel så stor vekt på hva folk føler enn på hva de faktisk gjør, vil ha store problemer med begrepet atferd når det oppfattes på denne måten (Bailey, 1991). Folk kan få inntrykk av at atferdsanalyse befatter seg med det overflatiske og enkle, og ikke med det dype og komplekse. Men innenfor atferdsanalysen omfatter det også tenkning og følelser, altså atferd som kun personen selv kan observere direkte. En mellomting er tenkning og følelser som har klare ytre korrelater, som når vi viser tydelig glede eller smerte. Slike korrelater er for øvrig en forutsetning for å lære å beskrive indre atferd for andre. For en litt mer omfattende drøfting av hva atferd betyr innenfor atferdsanalyse, viser jeg til en egen artikkel (Holden, 2006). Også her trolig løsningen å si «atferd» og forklare hva vi mener med det. Dette kan vi gjøre med si «atferd, inkludert tenkning og følelser», «atferd i form av tenkning» eller «atferd i form av følelser».

### *Observere*

Akkurat som folk flest oppfatter «atferd» som noe ytre, oppfatter de også å «observere» som noe som rettes mot det ytre. Få oppfatter det som å beskrive hva en tenker eller føler. Men innenfor atferdsanalysen *observerer* vi også slike fenomener. Det er altså ingen prinsipiell forskjell på (1) å observere vår egen og andres ytre atferd og (2) å observere hva vi tenker og føler. Forskjellen er utelukkende praktisk: Det er lettere å lære å observere ytre atferd på en presis måte (se Skinner, 1953). En følge av dette er at det er veldig vanskelig for andre å få tilgang på tenkning og føling hos personer som ikke er tilstrekkelig verbale til å fortelle om det, når den ytre atferden ikke «avslører» hva personen tenker eller særlig føler. Dette medfører bl.a. annet at diagnoser for en del psykiske lidelser og funksjonelle analyser av problematferd hos personer med vesentlig utviklingshemning ofte må skje ved hjelp av direkte observasjoner og ikke ved hjelp av for eksempel intervjuer.

### **Noen begreper som lett misforstås, men som det er enkle alternativer til**

Innenfor atferdsanalysen er ordet «kontroll» vanlig. Men for mange er ordet assosiert med tvang, ufrihet og overvåkning som er rettet inn mot å forhindre eller slå ned på ulovlig eller uakseptabel atferd. Begrepet kan også være problematisk for folk som vektlegger fri vilje og indre kontroll av atferd (Ackley, 1992; Himeline, 1990). Bailey (1991) oppsummerer hvordan han mener at viktige yrkesgrupper mener at en skal møte barn: «Lærere er opplært litt som sykepleiere. Deres primære mål er å «møte barnas behov». De tror at hvis de gjør det, vil det ikke være noen atferdsproblemer. Atferdsproblemer skyldes at de ikke oppfyller et eller annet indre behov. Derfor må de arbeide hardere og grave litt dypere. Den typen psykologi de ser etter, innebærer å «forstå» barn, ikke å «styre» dem» (s. 446, min oversettelse). Folk som har slike holdninger steiler lett når de hører ordet kontroll og oppfatter det på vanlig måte. Derfor er det uhyre viktig å presisere hva ordet betyr innenfor atferdsanalyse. Begrepet kom «på moten» i en tid da ambisjoner og optimisme med tanke på hvor mye en kunne styre atferd var svært store, det vil si rundt 1930. Etter noen år gikk det opp for ikke minst Skinner at det alltid er et slingringsmonn mellom eksperimentelle betingelser og hva forsøksdyrs atferd. I stor grad var det mulig å bestemme hva dyrene gjorde, men ikke fullt ut. En begynte å forstå atferd som et probabilistisk fenomen; som noe som skjer med større eller mindre *sannsynlighet* (Scharff, 1982). I stedet for kontroll, som gjerne oppfattes om noe *absolutt*, kan det derfor være mer fornuftig å snakke om påvirkning, det vil noe som skjer et stykke eller langt på vei, men ikke helt (Barnes-Holmes, Dymond, Roche & Grey, 1999). En fordel med dette er at personen som påvirkes fortsatt har et valg og en mulighet for å reagere på *sin* måte. Det er ikke en total underkastelse eller føying.

Tradisjonelt har atferdsanalytikere vært glad i å «manipulere» variabler, det vil si å endre på forhold som kan påvirke atferd. Ordet manipulering har imidlertid assosiasjoner i retning av å lure eller gå bak ryggen på andre. Manipulering kommer av latin og betyr å «fylle hånden». På engelsk gikk «manipulate» over til å bety «dyktig håndtering». Det er altså et språk mellom tidligere og nåværende betydning. Dersom vi skal finne et alternativ til den nyere betydningen, er det bedre å si at vi endrer, innfører, gjør eller utfører noe for å påvirke. Jeg tror slike betegnelser kan eliminere misforståelser.

Et annet ord for det vi gjør i forbindelse med opplæring og behandling har vært «uavhengig variabel», som er et uttrykk for faktorer som skal påvirke atferd. Dette lyder fremmed og teknisk for mange, og virker neppe personlig og innlevende. I alle fall når vi henvender oss til mer eller mindre utenforstående, er det trolig bedre å snakke om tiltak,

behandling eller opplæring. Et tilsvarende ord har vært «avhengig variabel», som er et uttrykk for atferden som skal påvirkes. Dette lyder tilsvarende rart. Jeg mener det er bedre å snakke om virkninger, hva påvirkning *fører til*, eller effekt. Noen stusser til og med over ordet effekt. I tillegg til at disse alternativene gjør seg bedre blant folk flest, mener jeg at de holder når vi skal beskrive vitenskapelige, atferdsanalytiske eksperimenter.

Vi har også vært glade i å snakke om *responsrater* og *frekvens*. Ordene betyr hvor mye eller hvor ofte en definert atferd forekommer. Mange snakker om høy- og lavfrekvent atferd. Dette gjør neppe stor skade, men i alle fall overfor folk flest må det være bedre å si at atferden forekommer ofte eller sjelden, eller mye eller lite. Igjen tror jeg at dette rekker langt også i vitenskapelige sammenhenger.

Det «riktige» atferdsanalytiske samlebegrepet for tenkning og følelser er *private hendelser*. Begrepet har imidlertid neppe vært en suksess når det gjelder markedsføring. Det får nok heller folk til å tenke på aktiviteter som en bedriver alene eller med noen en kjenner veldig godt, enn på tenkning og følelser. Lindsley (1991) har et forslag som etter mitt syn er godt: Han mener at vi kan snakke om *indre* atferd, som et motstykke til *ytre* atferd. Det bør være lett å forklare folk helt uten atferdsanalytisk bakgrunn hva indre atferd betyr. Jeg erfarer selv at folk forstår forskjellen på ytre atferd som alle kan observere og indre atferd som bare personen selv har tilgang på og som personen må fortelle andre om for at andre skal få vite om.

### **Mulige måter å ordlegge oss på når vi omtaler vanlige atferdsanalytiske prinsipper**

#### *Generelt*

Det er *alltid* mulig å finne erstatninger for faguttrykk, uansett vitenskap. Atferdsanalyse er et godt eksempel på dette. Grunnen er at prinsippene, og begrepene for dem, rett og slett oppsummerer observerbare fenomener. Det vil derfor alltid finnes alternative måter å beskrive prinsippene på. Da prinsippene så dagens lys var det også relativt tilfeldig hvilket begrep en valgte. Vi kommer heller ikke utenom dagligtale når vi skal forklare hva prinsippene går ut på og begreper betyr. Presis dagligtale vil dermed også være gode måter å definere prinsipper og begreper på. Poenget er å få fram hva prinsipper *går ut på*. Definisjoner av begreper må til sjuende og sist også vise til konkrete observasjoner som er eksempler på begrepene. Begreper som ikke forbindes med forståelige og meningsfulle eksempler, er per definisjon meningsløse. I fortsettelsen skal jeg gi en rekke eksempler på hva vi kan si når vi sikter til atferdsanalytiske begreper (nummerering er ad hoc). Jeg konsentrerer meg mest om hvordan vi kan omskrive prinsippene, mindre om eksempler på prinsippene. Det siste tror jeg at aktuelle lesere klarer å finne selv.

#### *Eksempler på alternative beskrivelser*

1. Positiv forsterkning: Andre ord for å *forsterke* kan være belønne, styrke, fremme, framelske, dyrke fram, stimulere eller få til å gjenta. Poenget er å få fram at konsekvenser vi tilrettelegger i behandling eller opplæring, eller konsekvenser som oppstår spontant og naturlig, kan øke sannsynligheten for atferd. Faktisk, økt sannsynlig og ikke hva en tror eller ønsker skal skje, er avgjørende.

2. Positiv forsterker (eller bare forsterker): Vi kan i utgangspunktet si premie, påskjønnelse, oppmuntring, noe hun liker, noe attraktivt, noe interessant eller noe han er villig til å gjøre noe for å oppnå. Poenget er å beskrive ting og hendelser som *tilføres* etter atferd som øker sannsynligheten for atferd. Igjen er det faktiske effekter, og ikke hva en tror eller ønsker

skal fungere som forsterkere, som bestemmer

3. Negativ forsterkning: Andre ord for denne prosedyren eller prosessen kan være lettelse, kvitte seg med, slippe, slippe unna, unnslippe (som også er et faguttrykk!). Poenget er å beskrive at det å la personen få slippe eller unngå noe, enten ved å tilrettelegge for det i behandling eller opplæring, eller når det skjer spontant og naturlig, kan øke sannsynligheten for atferd som har slike følger. (En annen ting er at skillet mellom positiv og negativ forsterkning ofte er mindre viktig, og det kan være vanskelig å avgjøre om forsterkning er positiv eller negativ. I mange tilfeller holder det derfor å si forsterkning; at konsekvenser øker sannsynligheten for en handling.

4. Negativ forsterker: Andre ord kan være ubehag, belastning, stress, noe vi vil unngå eller slippe, noe uønsket, uønsket nærhet, krav eller mas. Poenget er å beskrive at sannsynligheten for atferd kan øke når spesielle ting og hendelser fjernes som en følge av bestemte handlinger.

5. Aversiv stimulus: Dette er det samme som en negativ forsterker, og kan beskrives på samme måte.

6. Positiv straff: I praksis holder det lenge å si at handlingen medfører et ubehag eller en belastning som fører til at personen slutter å vise handlingen eller viser den sjeldnere. Vi bør også spesifisere hva ubehaget består i.

7. Negativ straff: Det går an å si at handlinger medfører at personen mister, taper eller fratras noe, og at personen dermed slutter å vise handlingen eller viser den sjeldnere. Vi bør spesifisere hva tapet består i, for eksempel en bot eller et tap av en rettighet. Generelt er det også viktig å få fram at straff, hverken positiv eller negativ, trenger å være dramatisk. Å si «hysj» lavt kan fungere som positiv straff og å snu seg bort kan fungere som negativ straff.

8. Intermitterende forsterkning: Det er nok å si at forsterkning av en gitt handling skjer av og til eller at den ikke skjer hver gang, og så si litt om hvor ofte den forsterkes. Når det gjelder forsterkningsintervaller, går det an å si hvor lenge det må gå mellom hver gang handlingen kan forsterkes.

9. Non-kontingent forsterkning: En definerende beskrivelse kan være «å presentere forsterkere uansett hvilken atferd personen viser».

10. Motivasjonelle operasjoner: Forhold som påvirker hvor effektive positive forsterkere er og hvor forsterkende unnslippelse er.

11. Etablerende operasjoner, for positivt forsterket atferd: Når jeg snakker for et lite innvidd publikum, kaller jeg det ofte for «utløsende faktorer». Det er egentlig nokså presist, siden etablerende operasjoner øker sannsynligheten for atferd som produserer forsterkere personen er deprivert for. En annen enkel måte å si det på er at liten tilgang på positive forsterkere gjør dem mer forsterkende. Da fanger en opp den andre effekten av etablerende operasjoner. Hvis disse begrepene (1 og 2) ikke er kjent, må en beskrive disse også på en annen måte.

12. Etablerende operasjoner, for negativt forsterket atferd: Også dette er det greit å kalle «utløsende faktorer», i og med at negative forsterkere/aversive stimuli vitterlig øker sannsynligheten for atferd som leder til unnslippelse fra dem. Vi kan også si at kontakt med negative forsterkere/aversive stimuli gjør det forsterkende å slippe unna. Hvis disse begrepene (4 og 5) ikke er kjent, må en beskrive disse også på en annen måte.

13. Opphevende operasjoner, for positivt forsterket atferd: Stor tilgang på forsterkere, eventuelt beskrevet på en annen måte, gjør dem mindre forsterkende eller mindre effektive som forsterkere. Hvis disse begrepene (1 og 2) ikke er kjent, må en beskrive dem på en

annen måte.

14. Opphevende operasjoner, for negativt forsterket atferd: Fjerning eller bortfall av ubehag gjør unnslippelse mindre forsterkende. Vi kan eventuelt si at det blir mindre viktig å slippe unna eller å slippe å gjøre noe.

15. Komplekse motivasjonelle operasjoner: Vi kan snakke om at generelle tilstander, alt fra manglende ferdigheter til sykdom, smerter, søvnmangel eller andre belastninger, påvirker hvordan vi reagerer på mer umiddelbare motivasjonelle operasjoner (10).

16. Diskriminere: Skille mellom situasjoner, det vil si mellom steder, personer, tidspunkter og andre forhold, i den forstand at en utfører handlinger når det er relativt stor mulighet for at de forsterkes enten positivt eller negativt. De to siste begrepene kan eventuelt beskrives på en annen måte, som at handlinger «lykkes» eller «fører fram».

17. Generalisere: Et annet ord er «overføre». Vi må få fram at det går ut på å vise atferd i nye situasjoner, for eksempel ved at vi viser en atferd overfor nye personer eller ved at vi sier et utsagn i nye sammenhenger.

18. Funksjon: I stedet for å snakke om hva som er atferdens funksjon, kan vi spør om hvorfor den finner sted eller hva som kan være årsaker til den.

19. Topografi: I stedet kan vi snakke om hva handlingen går ut på, hvordan den høres, ser ut eller arter seg på andre måter, uavhengig av hvorfor den finner sted.

20. Verbal atferd: Som regel har det samme nytte å si «språk», og å si at personen behersker språk mer eller mindre godt eller fungerer godt eller svakt språklig. Jeg tror det er liten fare for at noen tror at vi snakker om språk i betydningen finsk, japansk eller norsk.

21. Lytteratferd: Den tradisjonelle betegnelsen «reseptivt språk», eller rett og slett forståelse, gjør ofte samme nytte.

22. Snakkeratferd: Den tradisjonelle betegnelsen «ekspressivt språk», eller å uttrykke seg, går ofte for det samme.

23. Mands: Dette kan omformuleres til å «be om noe», enten om å få noe eller slippe noe, eller å «si hva en ønsker». Vi må få med at utsagnet beskriver *hva* personen ønsker eller ikke ønsker, og at etablerende operasjoner motiverer personen til å komme med mands. Etablerende operasjoner kan selvsagt måtte forklares.

24. Tacts: I stedet kan vi si «benevne/beskrive noe som er til stede».

### *Folkelige alternativer til nyere begreper*

De foregående begrepene må sies å være basisbegreper som de fleste med en viss atferdsanalytisk bakgrunn behersker godt. Atferdsanalysen er imidlertid i sterk utvikling, og befatter seg med stadig mer kompleks atferd og komplekse prinsipper. En rekke nyere begreper er ikke minst viktige når vi snakker om (1) hvordan verbal og annen atferd oppstår og om (2) forståelse og behandling av psykiske lidelser og atferdsforstyrrelser hos personer med en viss verbal (eller språklig!) fungering (se Hayes, Barnes-Holmes & Roche, 2001). Jeg tror faktisk at det er mindre fare for at disse begrepene vekker motstand og fiendtlighet, enn at mer tradisjonelle begreper gjør det. Grunnen er at begrepene er nye og neppe har negative assosiasjoner. I og med at de tar for seg kompleks atferd, bør de snarere vekke nysgjerrighet og positive reaksjoner. Her er det mye som resten av psykologien har befattet seg lite med. Som det framgår av listen nedenfor, bør det være mulig å definere begrepene på en enkel måte når vi snakker med folk som ikke vet hva de betyr. Dette vil trolig også være en god del atferdsanalytikere!

1. Arbitrært anvendbar relasjonell respondering: Vi kan også kalle det for vilkårlige beskrivelser av relasjoner mellom ting og hendelser. Begrepet omfatter at vi har nærmest



ubegrensede muligheter til å beskrive relasjoner mellom nær sagt hva som helst på en nær sagt hvilken som helst måte. Dette er verbal atferd som ikke er direkte lært, men som er generelle ferdigheter. Arbitrært anvendbar relasjonell respondering, eller vilkårlige beskrivelser av relasjoner, skjer i form av relasjonelle rammer:

2. Relasjonelle rammer, eller å «ramme inn relasjonelt»: Dette er et utall av måter å beskrive relasjoner mellom ting og hendelser på. Noen enkle eksempler er (1) koordinering, det vil si relasjoner som lik, samme eller identisk, (2) motsetning, det vil si motsatte dimensjoner, (3) sammenligning, det vil si relasjoner som høyere-lavere, dårligere-bedre og større-mindre (for en fyldigere oversikt, se Holden, 2007a; Wilson, Hayes, Gregg & Zettle, 2001).

3. Gjensidig utledning: «Trekke ut» mer informasjon fra beskrivelser av relasjoner mellom to stimuli. Vet vi relasjonen sett fra den ene parten, kan vi også si noe om relasjonen sett fra den andre parten: Er den ene minst, må den andre være størst.

4. Kombinerende utledning: Vi kan se at dette er «trekke ut» mer informasjon fra beskrivelser av relasjoner mellom tre eller flere stimuli. Er en hund farligere enn en katt, som igjen er farligere enn en kanin, kan vi ut fra dette si mye mer, bl.a. at hunden er farligere enn kaninen.

5. Overføring av funksjoner: Nye stimuli får samme funksjoner som andre stimuli har hatt, gjennom verbale prosesser. Ord kan ha samme effekter som ord som de står for. Å tenke på, si eller høre ordet «Vin» kan gi vinfornemmelser. Et annet eksempel er mareritt. Effekter av ord kan også spre seg til nye ord, ikke gjennom direkte erfaringer med det som ordene står for, men ved at ordene er relaterte. Sett at et ord, «hund», men ikke «dog», vekker angst hos en person med hundefobi. Så lærer personen at «hund» er det samme som «dog». Da begynner også «dog» å vekke angst, uten at det nye ordet har vært direkte assosiert med hunder.

6. Kognitiv fusjon: Vi kan si at beskrivelser av virkeligheten og selve virkeligheten smelter sammen, eller at personen reagerer på sine beskrivelser av virkeligheten som om beskrivelsene er selve virkeligheten. Et eksempel er når en beskriver seg som hjelpeløs og dermed oppfører seg mer hjelpeløst.

7. Unngåelse av opplevelse: Vi kan si at dette går ut på ikke bare unngå selve de ubehagelige situasjonene, men også å tenke på dem og føle dem når en ikke er i dem. Unngåelse av opplevelse går ut på å prøve å unngå eller fjerne ubehagelige tanker og følelser ved hjelp av tenkning, det vil si verbalt, som når en prøver å tenke på noe annet eller å tenke seg fram til andre handlinger som kan få en til å glemme de opplevelsene som en vil unngå.

8. Begrunnelse: Forklare egen atferd ved å vise til lite reelle eller mangelfulle årsaker, ofte ved å bruke følelser som absolutte grunner for å utføre eller ikke utføre bestemte handlinger: Å *måtte* slå fordi en er sint eller å ikke *kunne* snakke på grunn av angst.

### *Når skal vi snakke hvordan?*

I innledningen nevnte jeg at vi kommuniserer med (1) andre atferdsanalytikere, med (2) uinnvidde men vennlig innstilte personer, og med (3) direkte motstandere. Vi må selvfølgelig snakke og skrive på ulike måter alt etter hvilken gruppe vi henvender oss til. Bruk av begreper må altså *graderes* ut fra sammenheng.

Når den gjelder den første gruppen, skal det mye til at selv omfattende bruk av tekniske begreper skaper problemer. Eventuelle problemer vil sjelden være at tekniske begreper vekker motstand, men at noen ikke forstår alle begrepene. Når noen ikke skjønner noe, vil de fleste være interessert i å få det forklart. Overdreven «briljering» er det likevel grunn til

å advare mot; en generell regel for kommunikasjon er å snakke eller skrive på en måte som folk forstår uten å framheve seg selv.

Når det gjelder den andre gruppen, gjelder det å være litt forsiktig og bruke begreper på en moderat måte. Vi må «blåse passe sterkt på glørne». Ingen liker å høre ord de ikke forstår stadig vekk. En rettesnor kan derfor være å holde begrepsbruk på et nivå som den andre henger med på, som i andre sammenhenger. Vi kan snakke eller skrive med dagligtale i utgangspunktet, og tilføye fagbegreper når vi har forklart hva vi mener, eller omvendt. For øvrig er nok denne gruppen relativt stor. Gruppen omfatter omtrent alle ansatte på skoler, barnehager, barnepsykiatri og voksenpsykiatri, og mange ansatte i tjenester for personer med utviklingshemning. Ikke minst omfatter den svært mange foreldre til barn og voksne vi får som klienter. Noen kan være skeptiske, men jeg tror at få er fiendtlige i utgangspunktet. Det er derfor svært viktig å ordlegge seg riktig overfor de som er lite innvidde men vennlige.

Når det gjelder direkte motstandere, må vi mer eller mindre eliminere bruk av faguttrykk. I stor grad må vi beskrive hva vi gjør og hva som skjer i dagligtale. Når vi har gjort dette, kan vi slenge på hva vi kaller dette, hvis vi fornemmer at det ikke vil tas ille opp.

Utover å unngå å vekke direkte motstand eller fiendtlighet, kan vi etter mitt syn oppnå særlig to ting ved å snakke og skrive riktig:

1. Vi slipper stadige spørsmål om hva begreper betyr. Dette svekker flyten i diskusjonen eller presentasjonen, og gjør det vanskeligere å få fram budskapet.
2. Å bruke dagligtale på en måte som folk forstår bidrar også til at vi er på like fot. Det er «inkluderende», som det heter.
3. Ved å bruke presis dagligtale, viser vi at vi vet hva vi snakker om. Det kan derfor være tillitvekkende. Å omskrive begreper trenger ikke å være å skjule atferdsanalysen og dens prinsipper. I tillegg viser forskning (!) at personale har lettere for å følge beskrivelser av behandlingstiltak som de forstår (Adkins, Singh, McKeegan, Lanier & Oswald, 2002).

### **Hvordan skal vi forholde oss til en del andre ord og uttrykk?**

#### *Generelt*

Det er ikke til å legge skjul på at den atferdsanalytiske bevegelsen har hatt en del purister, eller rendyrkere. Det har dermed vært en del skepsis mot å bruke begreper som er vanlige i folkepsykologi og innenfor mainstream eller tradisjonell psykologi. Etter mitt syn er det imidlertid mulig å bruke disse begrepene, selv om de kan gi en liten bismak. Bismaken skriver seg fra at begrepene ofte har betydninger som er lite forenlige med atferdsanalyse. En løsning kan imidlertid være å bruke slike begreper, men presisere at vi mener noe litt annet med dem. En atferdsanalytisk strategi når det gjelder å definere begreper generelt er å se på hvilke sammenhenger de forekommer i. Når *sier* vi de ulike begrepene? Dette sier mer enn teoretiske definisjoner om hva de egentlig betyr (se Hineline, 1983; Skinner, 1945). Går vi fram slik, er ingen begreper meningsløse – alle forekommer i egne sammenhenger som det går an å beskrive mer eller mindre presist. Jeg skal gå gjennom noen vanlige begreper innenfor folkepsykologi og tradisjonell psykologi, og hva de vanligvis betyr. Jeg skal også si litt om forbehold og presiseringer som *vi* kan legge til når vi bruker dem:

#### *Selvtillit*

Dette brukes ofte som forklaring på atferd. En person kan være dristig, kaste seg frampå, eksponere seg eller på andre måter vise hva han eller hun er god for. Dette skjer angivelig på grunn av høy selvtillit. Ofte er det kun de nevnte atferdene, som altså «skyldes» selvtillit, som

er grunnlag for å snakke om selvtilliten. Forklaringen blir dermed sirkulær, ved at den består av det som skal forklares. Dersom vi derimot betrakter selvtillit som en tilstand, eller en kompleks motivasjonell operasjon (se foran), kan selvtillit være en delvis, provisorisk forklaring. Selvtillit kan likevel ikke bli en primær forklaring, i og med at tilstanden «selvtillit» selv er et resultat av hendelser i omgivelsene. Som fotballeksperten Lars Tjernås sier det: «Selvtillit er ikke noe du kjøper på hjørnet, men noe du skaffer deg via egne prestasjoner, og som forsterkes via tillit fra omgivelsene» (Aftenposten, 15. august 2007). Tjernås er neppe atferdsanalytiker, men denne beskrivelsen av selvtillit ligger nær en atferdsanalytisk beskrivelse. Selvtillit, i den grad den ikke skyldes biologi, er selvfølgelig i hovedsak et resultat av forsterkning.

Selvtillit er imidlertid uproblematiske som en *beskrivelse* av å gjøre sitt beste, for eksempel i situasjoner der det kan medføre ubehag.

### *Intelligens*

Også intelligens brukes ofte som forklaring, uten å vise til annet enn atferden som en tolker intelligensen ut fra. Det er altså vanskelig å snakke om intelligens uten at personen gjør noe som kalles ferdigheter eller kunnskaper. Hvis vi skal bruke intelligens som forklaring, kan en delvis løsning være å betrakte intelligens som et sett av ferdigheter som gjør en i stand til å løse andre oppgaver. Men heller ikke dette er en primær forklaring: I tillegg til arvelige ferdigheter, består det vi kaller intelligens av atferd som er lært. Disse læringsbetingelsene blir altså den primære forklaringen. Det er imidlertid helt greit å bruke begrepet som en beskrivelse av dyktighet og kvalifikasjoner.

### *Personlighet, psykiske lidelser, vilje*

Generelt er disse begrepene og bruken av dem forbundet med de samme problemene og mulighetene som selvtillit og intelligens. Særlig når det gjelder personlighetstyper, som innadvendt og utadvendt, og psykiatriske diagnoser, er det viktig å bruke slike kategorier på en fornuftig måte. Dette innebærer å bruke dem som generelle oppsummeringer, uten å oppfatte dem som forklaringer eller som fastlagte egenskaper der en toner ned individuelle variasjoner (se bl.a. Holden, 2006).

### *Fri vilje*

Når sier vi at vi har fri vilje eller gjør handlinger av fri vilje? Når folk flest sier det, mener de nok sjelden at atferden er upåvirket eller at den på ingen måte skyldes erfaringer. De mener nok heller at de har muligheten til å utføre atferden og at de gjør den uten at den blir svært tydelig forsterket eller straffet.

## **Andre potensielt problematiske formuleringer**

### *Teleologiske forklaringer*

I evolusjonsbiologien er det feil å si for eksempel at fugler fikk vinger *for* å kunne fly. En slik teleologisk forklaring, eller å forklare ved å vise til en hensikt, betyr at det må ha vært en plan om at fugler skulle få vinger i denne spesielle hensikten. En mer presis måte å si det på er at fugler som viste tendenser til å fly hadde større sannsynlighet for å overleve og forplante seg. Å si at en fugl bygger reir *for* å ha et sted å legge egg er også en teleologisk forklaring. Det er mer presist å si at fuglen bygger reir *og* legger egg, og forklare hvorfor fugler bygger reir og legger egg. Det går likevel an å ha en avslappet holdning til teleologiske

talemåter i slike tilfeller. Selv om en snakker teleologisk, trenger en ikke å mene det bokstavelig. I praksis mener en neppe at fuglen har slike hensikter, og en teleologisk beskrivelse kan godt suppleres med mer presise forklaringer (se bl.a. Mayr, 1988).

I folkepsykologien og i store deler av tradisjonell psykologi kan det noen ganger virke som hensikter oppfattes som primære årsaker, uten at det vises til hvordan hensikter har oppstått. Dette kan være problematisk, dersom det svekker leting etter virkelige årsaker. Også blant atferdsanalytikere er det vanlig å høre at en person «selvskader for å få kontakt» eller «slår for å slippe å stå opp». Jeg ser imidlertid ikke noe galt i å snakke slik, så lenge det kun er økonomiske måter å snakke på og vi er klar over at det bare er reelle, historiske hendelser som kan forklare atferden. Særlig når vi snakker med folk ikke konsekvent forklarer atferd historisk, kan det være viktig å presisere at vi til sjuende og sist må vise til historiske forhold.

### *Kategorifeil*

Atferdsanalytikere flest vet at for eksempel psykiske lidelser ikke er noe mer enn atferden som de diagnostiseres ut fra. Det gir liten mening å si at for eksempel angst er noe annet enn de ulike atferdene som utgjør det vi kaller angst. Lignende feil begås også av atferdsanalytikere. For eksempel kan noen si at personen handler på en bestemt måte i en bestemt situasjon *fordi* personen diskriminerer. Men å diskriminere er bare å vise handlingen i situasjonen fordi handlingen har blitt forsterket oftere i den situasjonen. Det samme gjelder generalisering, som bare betyr å vise atferd i andre situasjoner enn der den er lært (se Hineline, 1980). Å snakke om diskriminering eller generalisering som noe eget på siden av dette, er en forutsetning for å bruke det som forklaring. I så fall er det kategorifeil.

Jeg tror ikke at litt slurv gjør stor skade. Det er likevel bedre å bruke slike begreper som beskrivelse enn som forklaring.

### **Noen rare formuleringer som atferdsanalytikere bør avstå fra**

I alle kulturer oppstår det sjargonger som er mer eller mindre hensiktsmessige og som gjør mer eller mindre godt inntrykk på utenforstående. Jeg skal gi noen eksempler på sjargong som etter min mening er uheldig:

Mange er glad i å snakke om «målatferd». Hvis noen vil gjøre seg veldig vanskelig, kan det oppfattes som å skåre eller slippe inn mål i lagidretter. «Målatferd» kan være atferd vi vil ha mer eller mindre av, ettersom. «Mål» betyr vel at atferden er målet for tiltak, som enten skal fremme eller redusere atferden. Hvorfor ikke heller snakker om atferd som er mål for opplæring eller behandling? Et alternativ kan være å snakke om atferd som skal prøve å redusere eller øke, eller lære personen.

Fortsatt kan en høre noen snakke om «avvik», «atferdsavvik» eller «avvikende atferd». Som regel ligger det i kortene at atferden skal reduseres. Uttrykket er etter mitt syn uheldig. Det er bl.a. ingen automatikk i at avvikende atferd skal reduseres. Dersom en har en streng definisjon av normalitet, vil en mene at mye atferd er avvikende og bør endres i normal retning. Hva som skal behandles eller ikke, skal imidlertid være gjenstand for skikkelige beslutninger. Jeg er redd for at snakket om «avvik» stammer fra en tid da beslutninger om hva som skulle behandles og ikke var langt enklere. Ordet bør derfor være avlegs. Særlig når det gjelder personer med store lærevansker, er det også slått fast at toleransen for avvik skal være nokså stor (Sosial- og helsedirektoratet, 2004). Dette reduserer relevansen av avviksbegrepet.

I noen miljøer er det også en sjargong som virker unødig teknisk. Et sted snakket de om «startinstruks». De mente en beskjed eller et hint til personen om å begynne på et gjøremål.

Hvorfor ikke heller kalle det «beskjed» eller bruke andre vanlige ord som vi bruker når vi vil ha noen *uten* utviklingshemning til å gjøre noe? Et annet sted sto det i et veiledningsskriv for personalet at de skulle «formidle forsterker i form av ros» når personen utførte en handling riktig. Hvorfor ikke skrive at de skulle rose? Hvorvidt ros var en forsterker eller ikke, kunne en ha drøftet i andre sammenhenger. Samme sted sto det at personalet skulle «formidle betinget forsterker i form av bilde». Hvorfor ikke skrive at personen skulle få et bilde? Hvorvidt bildet var en betinget forsterker eller ikke er interessant nok, men også dette hører hjemme et annet sted. Som om ikke dette var nok, skulle personalet også «formidle materiell forsterker i form av tobakk». Det burde holde å si at de skulle gi personen tobakk. En tjenestemottaker et annet sted fikk antatte forsterkere når han viste «korrekt samhandlingsatferd». For det første tviler ingen på at samhandling er atferd. For det andre tror jeg de fleste ville ha foretrukket «samhandlet riktig», «grei oppførsel», «handlet riktig» eller «gjorde riktig». Disse kunne også ha erstattet «korrekt respondering», som var en annen formulering som ble brukt. Personalet skulle også holde tilbake forsterkere ved «manglende respondering». De mente nok bare at personen ventet, var passiv eller ikke gjorde noe.

At atferdsanalytikere er glad i å snakke om atferd er naturlig. Jeg tviler imidlertid på at vi trenger å bruke ordet i enhver sammenheng. Å snakke om «spiseatferd» og «tisseatferd» er rett og slett smør på flesk. Igjen er det ingen tvil om at vi snakker om atferd, og det holder å snakke om spising og tissing. Noen er også veldig glad i ulike «situasjoner», og snakker om «måltidssituasjon», «kaffesituasjon» og «påkledningssituasjon». Det er opplagt at måltider, kaffedriking og påkledning utgjør situasjoner. Jeg synes også det høres hyggeligere ut å ha et måltid enn å være i en måltidssituasjon. Generelt er det ingen grunn til å avvike fra vanlige norske uttrykk i slike sammenhenger.

Selv om det er mye godt å si om metoden, må jeg innrømme at jeg har problemer med uttrykket «avtalestyring», eller «dagsplanstyring» som det het før (se Finstad, 2001). Hva styres? Jeg tror det må være klientens atferd, ved hjelp av nettopp avtaler. Jeg vil imidlertid innvende at målet med alle avtaler er å påvirke partenes atferd, i noen tilfeller særlig den ene parten. Avtaler skal nettopp styre atferd. «Styring» blir dermed overflødig. I tillegg er styring et nokså sterkt ord, og kan gi inntrykk av at den ene parten ensidig skal styre den andre.

### En karikatur av misforståelser av atferdsanalytiske begreper

Selvironi og tilsvarende mangel på selvhøytidelighet er ofte gode egenskaper. Egenskapen er like kjent blant atferdsanalytikere om blant andre. Foxx (1990) «tar den helt ut» og fantaserer om groteske og komiske måter atferdsanalytiske begreper kan misforstås på:

Et lite kjent begrep er *adjunctive behavior*, eller tilleggs- eller hjelpeatferd, også kalt skjemaindusert atferd. Ordet adjunkt betyr egentlig tillegg. I Norge er en adjunkt en lærer med en bestemt utdanning, og i USA har de tittelen «adjunct professor». Foxx er derfor redd for at begrepet oppfattes som atferd hos adjunker - noe helt annet enn det betyr.

Et vanligere begrep er *kontinuerlig forsterkning*, det vil si at hver respons forsterkes. Foxx er imidlertid redd for at folk skal tenke på pilarene som sammenhengende i flere tusen år har holdt oppe bygningene på Akropolis. Disse må da være et eksempel på kontinuerlig forsterkning?!

Et annet begrep er betinget hemning (conditioned inhibition), det vil si at betingede stimuli hemmer respondent atferd, som når bestemte lyder hemmer utskillelse av spytt ved lukten av mat. Foxx mener imidlertid at det er mer naturlig å oppfatte begrepet som en

betegnelse for katolsk seksualundervisning. I vår «globaliserte» verden kan vi kanskje driste oss til å inkludere tilsvarende muslimsk.

Betinget undertrykning (conditioned suppression) betyr noe i retning av at preaversive stimuli, for eksempel en lyd som signaliserer en kommende, aversiv stimulus, reduserer operant atferd, og at operant atferd tar seg opp igjen når den aversive stimulusen er over. Foxx tror på sin side at folk kan oppfatte det som langtidsvirkninger av å bo på Haiti, som i 1990 var ett av verdens verste diktaturer. I dag kan vi bruke Burma som eksempel.

Skjult atferd (covert response) er langt på vei det samme som indre atferd. Foxx tror imidlertid at kriminalitet er en mer naturlig assosiasjon hos folk flest...

Avgrenset respons (discrete respons) er en veldefinert, avgrenset handling som kun kan utføres når det er anledning til det (i motsetning til fri-operant atferd). Foxx er redd for at andre kan tro at det betyr å fortelle noen at smekken er åpen.

Diskriminering gikk vi gjennom lenger framme. Etter Foxx' oppfatning kan det like gjerne oppfattes som kjønns- eller rasediskriminering i atferdsanalytisk regi. (De fleste vet kanskje at Diskriminanten, NTAs forgjenger, på 1980-tallet fikk problemer med Posten av samme grunn.)

Uforenlig atferd (incompatible behavior) betyr at én atferd ikke kan forekomme når en annen atferd forekommer, som i en DRI-prosedyre. Ifølge Foxx er det like naturlig å tenke på partenes atferd ved en skilsmisse...

### Litt om hvordan vi kan ordlegge oss ellers

Går vi noen år tilbake, var det vanlig at klienter og pasienter ble omtalt på lite respektfulle måter. Jeg husker det godt fra psykiatrien på 1970- og 1980-tallet. Det pasienter sa ble ofte mistenkeliggjort og oppfattet i verste mening. Naturlig selvhevdelse kunne bli oppfattet som symptomer på den lidelsen som hadde medført at de ble innlagt, ofte for flere tiår siden. En kunne snakke til pasienter på ganske nedsettende og krenkende måter. Jeg husker også HVPU-institusjoner fra samme tid. (HVPU betyr Helsevernet for Psykisk Utviklingshemmede, en fylkeskommunal etat som fram til reformen ca. 1990 hadde det ansvaret som kommunene har i dag.) Også her kunne brukere bli snakket til, lyttet til og omtalt med liten respekt. De fleste ansatte deltok i denne ukulturen innenfor psykiatri og HVPU. I balansens navn må det legges til at det også forekom forståelsesfulle måter å snakke på. Behandling utover det rent verbale er for øvrig ikke tema her.

Atferdsanalysen har hatt sin form for «verbal ukultur». Atferdsanalysen feide innover landskapet på 1970- og 80-tallet. Som jeg har påpekt flere steder (bl.a. Holden, 1999, 2004), forekom det overmodige og bråkjekke talemåter. I verste fall var det viktigere å skryte av store atferdsendringer som en hadde oppnådd, enn å snakke om hvordan klienten og dens nærmeste opplevde problemene og behandlingen. At dette ikke hadde rot i atferdsanalytisk litteratur eller i ledende atferdsanalytikerens betraktninger, er nesten unødvendig å si (se bl.a. Holden, 2004, 2007d; Wolf, 1978).

Det kan høres ut som en selvfølge, men enhver klient er en person som noen har relasjoner til og er glad i. Å snakke til, lytte til eller å omtale klienten med annet enn respekt kan ikke bare støte klienten, men også hans eller hennes nærmeste. I utgangspunktet har klienten per definisjon et problem, og mange har det direkte vondt. Dette tilsier en tilsvarende respekt og empati. Vi må også være nøkterne når vi beskriver våre tiltak og hva som kan oppnås med dem. Skrytehistorier om dramatiske atferdsendringer bør tilhøre fortiden. Det samme gjelder nedsettende omtale av andre fagretninger og personer som tilhører disse. Vi må rett og slett

framstå som reflekterte og empatiske. I våre dager tror jeg at problematisk språkbruk er raskt utdøende. Vi må imidlertid hele tiden være på vakt mot hvordan vi snakker. Å få bukt med verbal ukultur er avgjørende for atferdsanalysens aksept og utbredelse.

### **Vi må likevel stå fram som atferdsanalytikere**

Jeg har skrevet mye om at vi må tone ned bruken av atferdsanalytiske begreper og omskrive dem til dagligtale når vi kommuniserer med folk som helt eller delvis er på utsiden av miljøet. Ikke minst gjelder dette begreper som beskriver det som skjer i behandling og opplæring. I tillegg er det en del sjargong utenom de tekniske begrepene som vi med fordel kan erstatte med dagligtale fullt og helt. Dette er særlig begreper som sier noe om vårt syn på hva atferd er.

Det er likevel en grense for hvor mye vi skal dempe atferdsanalytisk språkbruk. Bortsett fra når det er svært kontroversielt å seile under et tydelig atferdsanalytisk flagg, er jeg sterk motstander av å skjule at vi er atferdsanalytikere eller at det vi gjør har et atferdsanalytisk opphav. Her kan en tenke seg et utall varianter. Vi kan for eksempel utelate tekniske begreper helt, men innimellom gjøre oppmerksom på at vi snakker om atferdsanalyse. Vi kan si det sjelden og forsiktig eller oftere og tydeligere. For å si det med Hine (1991): Vi må være beskjedne, men ikke underdanige. Hvis vi skal holde atferdsanalysen skjult i de aller fleste sammenhenger, er det etter min mening fare for at vi blir en undergrunnbevegelse som har liten mulighet for å overleve og vokse. Det er altså snakk om språklig følsomhet, ikke om å være mer «kameleoner» enn vi må. Dette er en kontinuerlig balanse.

### **Publisering**

Innenfor psykologien er atferdsanalyse langt på vei et unntak på den måten at det kreves forkunnskaper å forstå store deler av litteraturen. Mye teoretisk litteratur og forskningslitteratur er lite tilgjengelig for personer uten til dels solide kunnskaper. Mye forskning som tar for seg behandling og opplæring er knapt ment å være praktisk anvendbar eller å vise hvordan atferdsanalytiske tiltak utformes. Den tar snarere for seg *prinsipper* som kan brukes i behandling og opplæring. Denne forskningen er dermed ikke egnet som reklame for atferdsanalyse blant folk flest. Samtidig har slike publikasjoner en dominerende posisjon. Etter min mening finnes det for lite litteratur som beskriver behandling og opplæring på en lettfattelig måte. Det er synd, tatt i betraktning all den effektive og elegante behandlingen og opplæringen som foregår. I all beskjedenhet har jeg og kolleger den senere tiden bestrebet oss på å publisere lettfattelige artikler om atferdsanalytisk behandling i tidsskrifter som ikke er spesielt atferdsanalytiske (Holden, 2007b, 2007c; Kroken, 2007a, 2007b). Ett av tidsskriftene har snarere vært skeptisk til atferdsanalyse. En oppfordring om å spre atferdsanalyse på denne måten går herved til mine norske kolleger...

### **Avslutning**

Å være atferdsanalytiker krever ikke annen tro enn troen på at atferd i prinsippet kan påvirkes ved hjelp av atferdsprinsipper som kan beskrives med ulik grad av begrepsbruk. Noen stusser kanskje på at jeg tar til orde for en veksling mellom dagligtale og fagbegreper, og på at jeg mener at dagligtale holder i så mange sammenhenger. Selv om det ikke er noen fasit, mener jeg imidlertid at jeg har støtte for det hos hovedgrunnleggeren av atferd-

sanalysen, B. F. Skinner. Han skrev (1966/1969): «Når vi snakker eller skriver uformelt, vil atferdsanalytikerene like ofte som andre nevne følelser, idéer, tanker, avgjørelser og så videre. Kritikere bruker slike eksempler for å påvise inkonsekvens, mangel på logikk eller svak tro. Astronomen er imidlertid like inkonsekvent når han sier at solen står opp eller at stjernene kommer fram om natten, men han ville virkelig ha vært en tåpelig astronom dersom han hadde unngått slike uttrykk i daglige samtaler. Ingen bør heller misforstå formuleringer som «Idéen slo meg...», «Mine minner om ham er ganske uklare...» eller «Jeg har ikke lyst til å dra...». Når tidlige astronomer ble utfordret, som de kan ha blitt når de fortsatte å snakke om soloppganger, var de trolig raske med å oversette til ikke-geosentriske begreper. Også atferdsanalytikerene må være raske til å oversette når noen utfordrer» (s. 103-104, min oversettelse). Jeg mener at dette også gjelder bruken av tekniske begreper.

### Referanser

- Ackley, G. B. E. (1992). Beyond undignified debates over freedom and dignity. *Florida Association for Behavior Analysis Newsletter*, 12, 2–7.
- Adkins, A. D., Singh, N. N., McKeegan, G. F., Lanier, A. E. & Oswald, D. P. (2002). Behavior treatment programs, readability, and treatment outcomes. *Research in Developmental Disabilities*, 23, 253–265.
- Bailey, J. (1991). Marketing behavior analysis requires different talk. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 24, 445–458.
- Barnes-Holmes, D., Dymond, S., Roche, B. & Grey, I. (1999). Language and cognition. *The Psychologist*, 12, 500–504.
- Chomsky, N. (1959). Review of B. F. Skinner: *Verbal behavior*. *Language*, 35, 26–58.
- Eikeseth, S., Lovaas, O. I. & Holden, B. (2006). Use of aversive and restrictive interventions in behavioral treatment. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 43, 582–587.
- Eikeseth, S. & Svartdal, F. (2003). Atferdsanalysen: Hvor går vi? I S. Eikeseth & F. Svartdal (Red.), *Anvendt atferdsanalyse. Teori og praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Finstad, J. (2001). Avtalestyring - en beskrivelse. *Diskriminanten*, 28, 2, 39–55.
- Foxx, R. M. (1990). Suggested North American Translations of behavior analytic and operant conditioning terms. *The Behavior Analyst*, 13, 95–96.
- Foxx, R. M. (1996). Translating the covenant: The behavior analyst as ambassador and translator. *The Behavior Analyst*, 19, 147–161.
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D. & Roche, B. (2001). *Relational frame theory. A post-Skinnerian account of human language and cognition*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Hickey, P. (1994). Resistance to behaviorism. *Behavior Therapist*, 17, 150–152.
- Hineline, P. N. (1980). The language of behavior analysis: Its community, its functions, and its limitations. *Behaviorism*, 8, 67–86.
- Hineline, P. N. (1983). When we speak of knowing. *The Behavior Analyst*, 6, 183–186.
- Hineline, P. N. (1990). The origins of environment-based psychological theory. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 53, 305–320.
- Hineline, P. N. (1991). Modesty yes; humility, no. *The Behavior Analyst*, 14, 25–28.
- Hineline, P. N. (2005). The aesthetics of behavioral arrangements. *The Behavior Analyst*, 28, 15–28.
- Hineline, P. N. & Wanchisen, B. A. (1989). Correlated hypothesizing and the distinction



- between contingency-shaped and rule-governed behavior. I S. C. Hayes (Ed.), *Rule-governed behavior: Cognition, contingencies, and instructional control* (ss. 221–268). New York: Plenum Press.
- Holburn, S. (1997). A renaissance in residential behavior analysis? A historical perspective and a better way to help people with challenging behavior. *The Behavior Analyst*, 20, 61–85.
- Holden, B. (1999). Kan atferdsanalyse oppnå forståelse og aksept? *Diskriminanten*, 26, 2, 3–29.
- Holden, B. (2003). *Følger av atferdsanalytiske forklaringer for atferdsanalysens tilnærming til utforming av behandling*. Doktoravhandling. Universitetet i Bergen, Institutt for Klinisk Psykologi.
- Holden, B. (2004). Virkemidler for å fremme positive holdninger til atferdsanalytisk teori og praksis. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 41, 463–469.
- Holden, B. (2006). Psykiske lidelser er atferd. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 33, 57–70.
- Holden, B. (2007a). Aksept- og forpliktelsesterapi (ACT), en atferdsanalytisk psykoterapi. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 34, 29–52.
- Holden, B. (2007b). Et eksempel på atferdsanalytisk behandling av alvorlig problematferd. *SOR Rapport*, 53, 1, 14–22.
- Holden, B. (2007c). Hva er det Siri trenger? Psykiske lidelser hos en kvinne med moderat til alvorlig psykisk utviklingshemning, et eksempel på atferdsanalytisk forståelse og behandling. *Fontene*, nr. 6, 28–34.
- Holden, B. (2007d). The relationship between explanations and practice in behavior analysis. Some challenges, and possible solutions. *European Journal of Behavior Analysis*, 8, 65–76.
- Kohn, A. (1993). *Punished by rewards: The trouble with gold stars, incentive plans, A's, praise, and other bribes*. New York: Houghton Mifflin.
- Kroken, J. (2007a). Anvendelse av ”miljøregler” – et eksempel. *SOR Rapport*, 53, 2, 17–23.
- Kroken, J. (2007b). Møtte og overvakt ubehaget. Behandling av sosial fobi og dysmorfofobi hos en ung mann med Asperger syndrom og depresjon. *Fontene*, 4, 28–33.
- Lindsley, O. R. (1991). From technical jargon to plain English for application. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 24, 449–458.
- Mayr, E. (1988). *Toward a new philosophy of biology. Observations of an evolutionist*. Cambridge: Harvard University Press.
- Neuringer, A. (1991). Humble behaviorism. *The Behavior Analyst*, 14, 1–13.
- Reitman, D. (1998). Punished by misunderstanding: A critical evaluation of Kohn's *Punished by rewards* and its implications for behavioral interventions with children. *The Behavior Analyst*, 21, 143–157.
- Scharff, J. L. (1982). Skinner's concept of the operant: From necessitarian to probabilistic causality. *Behaviorism*, 10, 45–54.
- Sidman, M. (1989). *Coercion and its fallout*. Boston MA: Authors Cooperative.
- Skinner, B. F. (1945/1972). The operational definition of psychological terms. I *Cumulative record: A selection of papers* 3rd ed. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Skinner, B. F. (1957). *Verbal behavior*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Skinner, B. F. (1966/1969). What is the experimental analysis of behavior? *Journal of the*

- Experimental Analysis of Behavior*, 9, 213–218. I *Contingencies of reinforcement. A theoretical analysis* (ss. 75–104). New York: Appleton-Century-Crofts.
- Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. New York: Alfred A. Knopf.
- Sosial- og helsedirektoratet (2004). *Lov om sosiale tjenester kapittel 4A. Rettssikkerhet ved bruk av tvang og makt overfor enkelte personer med psykisk utviklingshemning*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- Wilson, K. G., Hayes, S. C., Gregg, J. & Zettle, R. D. (2001). Psychopathology and psychotherapy. I S. C. Hayes, D. Barnes-Holmes & B. Roche (Eds.), *Relational frame theory. A post-Skinnerian account of human language and cognition* (ss. 211–237). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Wolf, M. M. (1978). Social validity: The case for subjective measurement or how applied behavior analysis is finding its heart. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 11, 203–214.