

# Om begreper

## Forståelse av Selvet i Atferdsanalyse

Jon A. Løkke<sup>a</sup>, Gunn E. H. Løkke<sup>a</sup>, og Erik Arntzen<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Høgskolen i Østfold og <sup>b</sup>Høgskolen i Oslo og Akershus

I dette innspillet til «Om begreper» knytter vi noen kommentarer til begrepet og temaet «selvet». Vi nevner noen muligheter for utvikling av «selvet» som temaet innenfor flere av områdene eller subsystemene som gjør atferdsanalysen til en sammenhengende atferdsvitenskap.

«Selvet» blir i Store norske leksikon (2013) beskrevet som «... en sentral og unik side ved menneskets personlighet; karakterisert ved individets organiserte og varige opplevelser av egen identitet». Selvet oppfattes som frikoplet fra atferd og kropp. I behaviorismen er utgangspunktet et annet. Begrepet «selvet» i atferdsanalysen kan ha flere mulige operasjonaliseringer, men vi starter ut med at selvet betegner det samlede repertoaret av privat og offentlige atferd hos en person. Selvet kan fungere som en akseptabel samlebetegnelse så lenge selvet ikke i neste omgang brukes som forklaring på de fenomener som samlebetegnelsen betegner. Eksempelvis kan vi ha dominante og typiske responser under stress og beskrive atferdsmønsteret som «det er sann jeg er». Forklaringene på atferdsmønsteret finnes imidlertid i vår tidligere læringshistorie, og vi må passe på så ikke beskrivelsen av dette selvet blir forklaringen. Selvet er et fenomen uten fysiske og tidsmessige dimensjoner og brukt som forklaring vil selvet være et eksempel på en mentalistisk forklaring. Brukes selvet som både beskrivelse av et atferdsmønster og som forklaring har vi ikke forklart noe, men resonert i sirkel.

Korrespondanse angående denne artikkelen kan adresseres til Jon A. Løkke, Høgskolen i Østfold, 1757 Halden. Telefon 976 02 254. E-post: jon.lokke@hiof.no

Atferdsanalyse kan beskrives som et helt vitenskapssystem med fem subsystemer; fra et konseptuelt subsystem på den ene siden til et subsystem som omhandler praktisk tjenesteyting eller praktiske demonstrasjoner på den andre siden. Både konseptuelt og praktisk er selvet av interesse for atferdsanalytikere, men det kan være gode grunner til å stimulere og fornye interessen for dette begrepet innenfor alle subsystemer.

I en artikkel av Arntzen, Løkke, Løkke og Eilertsen fra 2010 undersøkes graden av misforståelser om atferdsanalytiske begreper. Respondentene bestod av grupper med studenter og lærere fra ulike studiesteder. Misforståelsene ble undersøkt med en test som inneholdt en rekke med 22 utsagn som skulle skåres som Riktige eller Falske. Det siste utsagnet i testen er relevant i sammenhengen - det lød slik: «Atferdsanalysen inkluderer beskrivelser av det som i andre deler av psykologien refereres til som «selvet» eller oppfatningen av et selv».

Graden av misforståelser var generelt høy på alle utsagnene i testen, og påregnelig merkbart mindre hos masterstudenter i atferdsanalyse. Men, akkurat på utsagnet om selvets plass i atferdsanalysen svarte også gruppen med 26 masterstudenter i atferdsanalyse mye feil. Det var kun en tredel som svarte riktig etter det første studieåret. Etter ferdig masterstudium svarte fortsatt bare halvparten av masterstudentene riktig. Det skal føyes til at det ikke var undervist målrettet med tanke på å utbedre graden av misforståelser på de konkrete testutsagnene. Hvorfor svares det så mye feil når temaet er

selvet? Vi angir tre mulige grunner uten å anta at listen er fullstendig.

For det første er det rimelig å tenke seg at «selvet» fort blir ansett som et mentalistisk begrep eller konstrukt - en samlebetegnelse uten fysiske og tidsmessige referansepunkter. Dermed antas det at selvet ikke tilhører den litterære behavioristiske kanonen. Antakelsen er feil. Selvet har vært beskrevet i den behavioristiske litteraturen siden 50-tallet og frem til i dag (Chiesa, 1994; Cooper, Heron, & Heward, 2007; Lattal, 2012; McHugh & Stewart, 2012; Skinner 1953; 1957/1992). Det er imidlertid åpenbart at både omfanget og utbredelsen av konseptuelle redegjørelser er for dårlig – i den norske atferdsanalytiske litteraturen er selvet stemoderlig behandlet.

For det andre har den anvendte atferdsanalytiske litteraturen hatt lite fokus på selvet med noen viktige unntak. Et unntak er boken om «Self-directed behavior» av Watson og Tharp (mange utgaver, se 2014) som i alle fall delvis kan betraktes som atferdsanalytisk. Boken er benyttet verden over og finnes nå i sin tiende utgave. Et annet unntak er et kapittel i den klassiske læreboken til Cooper, Heron og Heward (2007). Andre unntak er artiklene av Neuringer (Neuringer, 1981; 1986, se også kapitlet til Roberts & Neuringer, 1998 og Rachlins bok, 2000). Det skal nevnes at det offisielle godkjenningorganet for atferdsanalytikere i sin kompetanseliste har inkludert selvendring (Behavior Analyst Certification Board, Behavior Analyst Task List, Third edition 2006 9-27 « Use self-management strategies»).

For det tredje har metodologien knyttet til selvet, materialisert som selvobservasjon og selvrapportering, åpenbare svakheter i form av økt sannsynlighet for feil (Critchfield, 1993; Critchfield, Tucker, & Vuchinich, 1998). Det kan derfor være fristende å la observasjoner av indre atferd ligge på grunn av påregnelige problemer. Det er flere grunner til at selvet som tema kan betraktes både som et problematisk begrep og blir viet for lite oppmerksomhet. Slik sett blir konseptuelt, eksperimentelt og anvendt

utviklingsarbeid forsømt. I forbifarten skal vi nevne at forløperen til Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse, Diskriminanten, i 1982 hadde et temanummer om private hendelser. Lederen er skrevet av Arne Brekstad (1982) og heter «Om private hendelser». Det er to lange bidrag i nummeret: «Ekskurs om private hendelser» av Johansen (1982) og «Om private hendelser» av Grenness (1982). Som et nytt startpunkt for diskurser om selvet i norsk atferdsanalyse, hvordan kan selvet begrepsfestes?

### **Radikalbehaviorismen, privat atferd og dermed selvet**

Selvet kan kategoriseres som privat atferd, eller atferd som forekommer under huden. Inkluderingen av privat atferd er ikke bare uproblematisk, men like fullt en programforpliktelse for radikalbehaviorister og anvendte atferdsanalytikere. Begrepet «radikal» innebærer å gå til roten eller fundamentet av noe; radikal omhandler noe som er grunnleggende og gjennomgående. Synonymer til radikal er: grunnleggende, komplett, konstitusjonell, hel, essensiell, total. Typiske antonym er kompromiss, halvveis, inadekvat, ufullstendig og overflattisk. Radikal, som i radikalbehaviorismen, innebærer en omfattende og gjennomgående atferdsvitenskap som inkluderer både privat og offentlig tilgjengelig atferd. Radikalbehaviorismen står slik sett i en annen posisjon enn metodologisk behaviorisme.

Metodologisk behaviorisme (se Moore, 2008) utelukker private hendelser, nettopp på metodologisk grunnlag – private hendelser og begreper som selvet er problematiske å observere objektivt – altså med minst to observatører. Men, "...radical behaviorism recognizes the relevance to an understanding of behavior of both independent and dependent variables "within an organism's skin" and not accessible to anyone other than the person who is behaving" (Moore, 2008 s. 5). Det er derfor ingen prinsipielle grunner til å utelukke selvet fra atferdsanalysen –

vert i mot. Begrepet selvet kan brukes om ulike fenomener uten å være i konflikt med atferdsanalysens antimentalistiske grunnpilar (Lattal, 2012; se også Baum, 2011, for et alternativt syn på private hendelser).

Privat atferd, og dermed selvet, blir som antydnet sjelden behandlet i de atferdsanalytiske tidsskriftene. Faktisk blir selvrapportering nærmest frarådet i retningslinjene for publisering i *Journal of Applied Behavior Analysis*: "In most cases, direct measures of behavior will be critical for acceptance, but in some instances, self-reports (e.g., headaches) will be acceptable..." (<http://seab.envmed.rochester.edu/jaba/manuscripts.html>). Hvilke muligheter har vi for operasjonaliseringer av selvet?

For det første kan begrepet «selvet», som vi nevnte helt tidlig, betegne det samlede repertoaret av privat og offentlige atferd hos en person. Videre kan selvet beskrive et bestemt atferdsrepertoar under spesifikk stimuluskontroll. Eksempelvis kan vi ha helt bestemte væremåter når vi møter ukjente folk for første gang eller når vi blir utsatt for kritikk. Det er mulig å betrakte slike spesifikke repertoar som multiple selv. Et sært tilfelle av multiple selv ble beskrevet i Aftonbladet (6. juni 2013): En kvinne, som hadde mottatt over 20 millioner kroner i erstatning og støtte fordi hun ikke kunne bevege seg, ble systematisk skygget av myndighetene i et år. Det viste seg at kvinnen løp, klatret og beveget seg uanstrengt ut av rullestolen. Kvinnen forklarte de svært ulike atferdsrepertoarene med at hun hadde flere personligheter eller selv, og at noen av personlighetene var rullestoltilknyttede.

For det tredje kan selvet bestå av privat eller ytre verbal atferd som beskriver annen atferd hos oss selv. De aller fleste har vært i situasjoner hvor vi har tenkt «Hva var det jeg sa nå?» eller «Jeg tenker at ...». Et eksempel kan være «mindfulness». Mindfulness innebærer blant annet at vi kan beskrive og omtale at vi legger merke til hendelser som skjer her og nå. Det er med andre ord selvet som beskriver og er preget av «mindfulness».

For det fjerde kan vi se på selvet som en uavhengig variabel eller årsak når vi har to repertoar gående nesten samtidig. Det ene repertoaret påvirker det andre repertoaret. Skinner (1953) beskriver «årsaksselvet» som det kontrollerende selvet og «effektsselvet» som det kontrollerte selvet. Det kontrollerte selvet kan betegnes som en avhengig variabel og dermed en femte variant av selvet.

Skinners konseptuelle bidrag med det kontrollerende selvet og det kontrollerte selvet – begge selv bør beskrives med atferdstermer, er et svært viktig bidrag som gjør selvendring mulig uten å havne i den mentalistiske grøftekanten. Når vi påvirker og kontrollerer oss selv er det altså eksempler på atferd. En respons, den kontrollerende responsen, påvirker forsterkningsbetingelsene for en annen respons; den kontrollerte responsen. Skinner skriver: «The controlling response may manipulate any of the variables of which the controlled response is a function; hence there are a good many different forms of self-control» (1953, s. 231).

I *Verbal Behavior* (1957/1992 s. 228-231) presenterer Skinner et liknende viktig to-responssystem som det kontrollerende og kontrollerte selvet i kapitlene om selvredigering (self-editing). Selvredigering innebærer responser knyttet til oss selv som snakker og responser knyttet til oss selv som lytter. De to atferdsrepertoarene, snakker og lytter i samme kropp, bidrar til at vi kan selvredigere eller korrigere oss selv både privat og offentlig. Men, hvor nærme er vi mentalistiske forklaringer med begrepene kontrollerende selv, kontrollert selv, og snakker og lytter innenfor samme hud?

### **Det er plass til selvet i en antimentalistisk vitenskap**

Skinner (1957/1992, s. 130) skriver følgende som er relevant for vårt tema:

«A small but important part of the universe is enclosed within the skin of each individual and, as far as we know, is uniquely accessible to him. It does not

follow that this private world is made of any different stuff-that it is in any way unlike the world outside the skin or inside another's skin. Responses to private stimuli do not appear to differ from responses to public events”.

Dersom vi tar denne forutsetningen for gitt, og uten for mange problemer, ender vi opp med at hendelser innenfor huden er atferd. Legg merke til at atferdsbegrepet fremstår som mer abstrakt enn hva folk flest oppfatter. En svært smal oppfatning av atferdsbegrepet innebærer at utfordrende atferd og enklere kjeder som å fylle kaffe i en kopp regnes som atferd. Når undervisning og kursvirksomhet postulerer at årsakene til atferd finnes i miljøet, uten en nærmere rede-gjørelse for at begrepet «miljøet» er en relativt abstrakt samlebetegnelse (Løkke, Løkke, & Arntzen, 2011), er veien kort til en kraftig avgrensning av atferdsbegrepet. Avgrensningen medfører en tendens til å forklare mer kompleks og privat atferd på annet vis.

Andre typer forklaringer er disposisjoner, viljestyrke, mental kraft og indre motivasjon. Skinner var klar over problemet med å fokusere for sterkt på eksterne variabler som årsak til atferd:

“First, however, we must consider the possibility that the individual may control his own behavior. A common objection to a picture of the behaving organism such as we have so far presented runs somewhat as follows. In emphasizing the controlling power of external variables, we have left the organism itself in a peculiar helpless position. Its behavior appears to be simply a “repertoire” - a vocabulary of action ... (1953, s. 228).

Atferd forekommer i stor grad under huden, og miljøet kan også være under huden. Selvet, forstått som atferd, kan forklares med tretermskontingensen, motivasjonelle operasjoner og betinget diskriminasjon. Selvet kan inngå i en antimentalistisk beskrivelse av privat atferd som gjør kontroll og prediksjon mulig uten at vi henfaller til mentalistiske forklaringer.

## Eksempler på selvet og utviklingspotensialer

Vi nevner to eksempler på problemstillinger eller temaer som er aktuelle for utviklingsarbeid. Siden selvet er relativt lite beskrevet og behandlet er det mange utviklingsoppgaver å ta fatt på; eksempelvis bør selvforsterkning og selvrapportering undersøkes både konseptuelt og eksperimentelt. Selvforsterkning er populært hos Watson og Tharp (2014) og Bandura (1976), men Skinner er skeptisk (1953 s. 238). Den skeptiske innstillingen skyldes at individet kan sørge for at den forsterkende hendelsen kommer uten at arbeidet er utført. Slikt sett brytes den planlagte kontingensen. Det er også vanskelig å utelukke andre sosiale hendelser som de egentlig forsterkende hendelsene.

Selvrapportering er svært viktig – eksempelvis ved hendelser som forekommer sjeldent, når klienter skal trene på egen hånd, ved slanking og andre livsstilsendringer som foregår over lang tid. Objektivitet, reliabilitet og behandlingsintegritet er vanlige problemer med måling, men aksentuertes ved selvendring. Vi bør ikke gi opp, men se på problemene som metodologiske utfordringer som må løses. En mulig vei å gå er nøyaktig eksperimentering og kartlegging av de viktigste variablene som påvirker selvrapportering. Studien til Critchfield (1993) er et godt eksempel på en detaljert undersøkelse av selvrapportering. Studenter gjennomførte delayed matching to sample (DMTS) oppgaver og ble bedt om å rapportere om de valgte den riktige stimulusen. En systematisk feil i retning av å rapportere vellykket matching ble dokumentert. Feilen var i tillegg vanskelig å endre på. Selvrapportering er under kontroll av en myriade av faktorer – «...there is likely to be nothing simple about «simple» self-reports» (Critchfield, 1993 s. 512). Det gjenstår mye arbeid før vi har prosedyrer som vi kjenner feilkildene til, og at vi med noenlunde sikkerhet vet at selvrapporтер er i tråd med hendelsene

det rapporteres om; selvrapporter kan være verbal atferd under stimuluskontroll som har lite med fenomenet det skal rapporteres om.

## Konklusjon

Vesentlige problemer i folks liv dreier seg om problemstillinger som kan knyttes til selvet: overdrevent forbruk, overdreven låning av penger, impulsiv vold hjemme og ute, dårlig prestasjoner på skole og jobb, alkohol og stoffmisbruk, matinntak som fører til fedme, for lite bevegelse, kronisk angst og depresjoner, dårlig kontroll på følelser, utroskap, løgn, prokrastinering og overdrevent energiforbruk. Vi mener selvet er et vesentlig begrep for både eksperimentell og anvendt atferdsanalyse. Selvet er aktuelt og problematisk: Problemet er at selvet ofte knyttes an til en folkepsykologisk forståelse, eller en mentalistisk forståelse slik vi nevnte innledningsvis. Ytterligere misforståelser, manglende operasjonalisering og lite fremdrift kan være en følge dersom vi ikke er nøyaktige med begrepsbruken. Selvet som begrep har en mengde mulige konnotasjoner og operasjonaliseringer, og begrepsmessig forvirring kan fortsette.

Dagliglivets begreper konkurrerer med de mer presise begrepene – selvet har mange ulike betydninger og vi må bruke tid på å presisere betydningen. Vi kan studere kognitive fenomener uten å henfalle til kognitivistiske forklaringer (Hineline, 1987). Uten diskusjon og klargjøring av begrepet kan det bli en «...catalyst for conceptual confusion» (Lattal, 2012 s. 52). På den annen side er det åpenbare fordeler med å aktivt inkludere et begrep som både er godt etablert i andre deler av psykologien og i hverdagspråket. Vi får flere anledninger til å diskutere med andre fagfolk og en mulighet for å ta opp et tema folk flest er opptatt av. Vi ønsker og anbefaler økt innsats innen både de teoretisk orienterte subsystemene og de anvendte subsystemene i atferdsanalyse.

I Løkke, Arntzen og Løkke (2012) beskrev vi fem subsystemer eller arbeidsom-

råder i atferdsanalysen som alle er påvirket av radikal behaviorismen: konseptuell atferdsanalyse, eksperimentell atferdsanalyse, anvendt atferdsanalyse, translational atferdsanalyse og tjenesteyting basert på atferdsanalyse. Dersom vi anlegger arbeidsområdene på «selvet» fremkommer flere problemstillinger og utfordringer. «Selvets» forhold til andre private hendelser som selvredigering (Skinner, 1957/1992), er selvforsterkning mulig og hva er kontingensene for selvmonitorering tilhører konseptuell og eksperimentell atferdsanalyse. Hvordan selvendring kan inngå i utvikling av effektiv studering og arbeidsinnsats er fortsatt for dårlig dokumentert og selvendring basert på atferdsanalyse burde ha en lys fremtid gitt alle bøker og blader som er viet vektning, trening og sosial kompetanse.

## Referanser

- Arntzen, E., Lokke, J., Lokke, G., & Eilertsen, D-E. (2010). Misconceptions about behaviour analysis among university students and teachers in Norway. *The Psychological Record*, 60, 325–336.
- Bandura, A. Self-reinforcement: Theoretical and methodological considerations. *Behaviorism*, 4, 135–155.
- Baum, W. M. (2011). Behaviorism, private events, and the molar view of behavior. *The Behavior Analyst*, 34, 185–200.
- Behavior Analyst Certification Board (2006). Behavior Analyst Task List. Third edition. The Behavior Analyst Certification Board, Inc.
- Brekstad, A. (1982). Om private hendelser. Leder. Diskriminanten. *Bulletin for Forum for Anvendt Adferdsanalyse*, nr. 2, 4.
- Chiesa, M. (1994). *Radical Behaviorism: The Philosophy and the Science*. Boston: Authors Cooperative, Inc., Publishers.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2007). *Applied behavior analysis*. Second edition. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Merrill Prentice Hall.
- Critchfield, T .S. (1993). Signal-detection



- properties of verbal self-reports. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 60, 495–514.
- Critchfield, T. S., Tucker, J. A., & Vuchinich, R. E. (1998). Self-report methods. I K. A. Lattal og M. Perone (red), *Handbook of research methods in human operant behavior*. New York: Plenum Press.
- Grenness, C. E. (1982). Om private hendelser. *Diskriminanten. Bulletin for Forum for Anvendt Adferdsanalyse*, nr. 2, 33–40.
- Hineline, P. N. (1987). Self-conscious behavior analysis. *Journal of Experimental Analysis of Behavior*, 48, 490–492. doi:10.1901/jeab.1987.48-490.
- Johansen, H. (1982). Ekskurs om private hendelser. *Diskriminanten. Bulletin for Forum for Anvendt Adferdsanalyse*, nr. 2, 7–32.
- Lattal, K. (2012). Self in behavior analysis. In L. McHugh and I. Stewart, I (Red). *The self and perspective taking. Contributions and applications from modern behavioral science*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc
- Løkke, J. A., Arntzen, E., & Løkke, G. H. (2012). Inndeling av atferdsanalysen i subsystemer eller arbeidsområder. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 39, 35–38.
- Løkke, J. A., Løkke, G. H., & Arntzen, E. (2011). Om begreper. Miljøet i atferdsanalyse. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 38, 63–71.
- McHugh, L. & Stewart, I. (2012). *The self and perspective taking. Contributions and applications from modern behavioral science*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Moore, J. (2008). *Conceptual foundations of radical behaviorism*. Cornwall-on-Hudson, NY: Sloan Publishing.
- Neuringer, A. (1981). Self-experimentation: A call for change. *Behaviorism*, 9, 79–94.
- Neuringer, A. (1986). Can people behave “randomly”? The role of feedback. *Journal of Experimental Psychology: General*, 115, 62–75.
- Roberts, S. & Neuringer, A. (1998). Self-experimentation. I K. A. Lattal og M. Perone (red), *Handbook of research methods in human operant behavior*. New York: Plenum Press.
- Rachlin, H. (2000). *The science of self-control*. Cambridge, Massachusetts. Harvard University Press.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Free Press.
- Skinner, B. F. (1957/1992). *Verbal behavior*. (Originalutgave på Prentice-Hall, Inc.) Cambridge, MA: B. F. Skinner Foundation.
- Store Norske Leksikon (2013). <http://snl.no/selvet> lest 8. juni 2013.
- Watson, D. L., & Tharp, R. G. (2014). *Self-directed behavior. Self-modification for personal adjustment*. 10<sup>th</sup> edition. International edition. Australia: Wadsworth Cengage Learning.

## On Terms

### Understanding of the Self in Behavior Analysis

Jon A. Løkke<sup>a</sup>, Gunn E. H. Løkke<sup>a</sup>, og Erik Arntzen<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Østfold University College and <sup>b</sup>Oslo og Akershus University College of Applied Sciences

In dictionaries, the “self” is described as “... a central and unique side to an individual’s personality, characterized by the individual’s organized and lasting experiences of his or her identity.” For behaviorists the “self” can function as an acceptable label as long as the label is not in turn used to explain behavior which the label was meant to describe. The “self” has been described in behavioristic literature since the 1950’s, albeit in limited sources, and with limited depth. Although there are several methodological limitations and challenges in observations of the self, it does not mean that behaviorists should not be interested in investigating behaviors coined “self” further. We describe some important exceptions that deserve recognition, and discuss why “the self” may be a useful term for future behavioristic research.

*Keywords:* The Self, Behaviorism, Research, Methodology