

Virkemidler for å fremme positive holdninger til atferdsanalytisk teori og praksis*

I Norge har atferdsanalyse en sterk posisjon i behandling av mennesker med utviklingshemming og autisme. Samtidig er det sterke negative holdninger til atferdsanalysen. Hvorfor er det slik, og hva kan gjøres for å endre denne tilnærmingens renommé?

TEKST

Børge Holden

PUBLISERT 1. juni 2004

ABSTRACT:

Promoting positive attitudes towards behaviour analysis

Although no survey on attitudes towards behaviour analysis has previously been published in Norway, the author proposes that negative attitudes towards this subject do exist. This applies both for the theory and for the practice of behaviour analysis. Behaviour analysts are frequently accused of oversimplifying explanations of human conduct, basing their theses upon coercive and artificial approaches towards treatment. This article identifies possible motives underpinning these accusations. It reviews important concepts related to attitude formation and attitude change. Strategies - such as the presentation of theoretical positions and general approaches to treatment- which might enhance or encourage realistic attitudes towards behaviour theory and practice are also outlined.

EMNER

norske forhold

holdninger

Atferdsanalyse

**Bearbeidet versjon av prøveforelesning, oppgitt emne, til dr. philos.-graden ved Universitetet i Bergen, 24. februar 2003.*

Innledning

Første halvdel av 1900-tallet var pionértid for utforskning av to grunnprinsipper for læring. Det ene var klassisk betinging; studiet av hvordan emosjonelle responser utløses av tidligere nøytrale hendelser. Et eksempel er når vi føler angst ved å se en person som tidligere har utløst angst ved å opptre truende. Prinsippet er særlig knyttet til Pavlov. Det andre prinsippet var operant betinging; hvordan konsekvenser av handlinger påvirker hvorvidt vi gjentar dem. Prinsippet er særlig knyttet til Skinner. Klinisk bruk av prinsippene kom igang etter 2. verdenskrig, og skjøt fart på 1960- og 70-tallet. Metoder

basert på klassisk betingning brukes mye ved fobier og tvangshandlinger. Sentralt er at personen eksponerer seg for situasjoner som utløser angst, og gradvis opplever at angst og annet ubehag avtar. Metoder basert på operant betingning har vært mye brukt til å øke forekomst av ønskede handlinger, ved hjelp av forsterkende konsekvenser.

Atferdsterapi var lenge betegnelse for all behandling basert på læringspsykologi (se Hayes, 1978). Idag kalles den mer klassiske tilnærmingen ofte for atferdsterapi, og inngår etter hvert i *kognitiv* atferdsterapi. Den mer operante tilnærmingen kalles ofte atferdsanalyse. Til tross for ulike vektlegginger, overlapper grenene betydelig.

Atferdsterapi retter seg mye mot intellektuelt normalt fungerende, dvs. personer som tar egne avgjørelser i behandling. Den tar seg ofte av lite kontroversielle problemer; de fleste er enige om at angst, fobier og tvangshandlinger bør behandles og at eksponering er en sentral behandlingstilnærming. Atferdsanalyse anvendes i større grad for personer med mer åpenbare atferdsproblemer og atferdsmangler, ofte utagering og språkløshet, i skole, oppdragelse og rehabilitering av langtidspasienter med alvorlige psykiske lidelser. Pasientene kan sjeldnere ta egne, bevisste avgjørelser om behandling. Atferdsanalyse anvendes også på områder hvor valg av mål for behandling er mindre selvsagt; hvilken atferd er uakseptabel og hva er viktig å lære? Særlig i behandling av personer med store lærevansker kan det kreves konkrete metoder for å oppnå endring, som tydelige konsekvenser av handlinger og fjerning av forhold som utløser problematferd. Metodene kan være kontroversielle, ikke bare når de innebærer tvang.

Både atferdsterapi og atferdsanalyse er tradisjonelt kritisert for å være utilstrekkelig overfor komplekse psykologiske problemer som krever mer inngående bearbeiding. Atferdsanalyse kritiseres i tillegg for direkte kontroversielle elementer, og møter derfor oftere negative holdninger enn atferdsterapi. Dessuten er atferdsterapi ofte betegnelse også for atferdsanalyse, særlig blant publikum. Dagbladet har skrevet om atferdsterapi, men ment atferdsanalyse. Negative holdninger til atferdsterapi er derfor i praksis ofte rettet mot atferdsanalyse.

Hvorfor diskutere negative holdninger til atferdsanalyse?

Etter min mening er denne diskusjonen viktig av flere grunner. Holdninger kan være basert på uvitenhet, eller foreldet viten. Mange kjenner atferdsanalyse fra langt tilbake, og har ikke tenkt så mye mer på denne merkverdigheten siden. Det har generell verdi at holdninger dannes på grunnlag av viten. Et annet moment er atferdsanalysens plass ved lærestedene. Psykologistudenter i Oslo får knapt undervisning i atferdsanalyse. Også ved andre universiteter undervises det lite om dette fagområdet. I utdanning av vernepleiere på høyskolene har atferdsanalyse fått mindre plass de senere år. Innenfor mange utdanninger har atferdsanalyse en marginal eller ingen plass. Det rekrutteres nesten ikke personer i Norge som kan forske og undervise på feltet på et høyt nivå. I den grad dette skyldes unødig negative holdninger, er det berettiget å bidra til balanse. Negative holdninger til atferdsanalyse blant endel skribenter, foreldre og representanter for brukerorganisasjoner kan til dels være basert på skjev informasjon og spesielle erfaringer. Det er ikke nødvendigvis et mål at holdninger til atferdsanalyse

skal bli mest mulig positive, men at de baseres på kunnskap. Ukritiske tilhengere er ingen tjent med.

I atferdsanalyse er det en klar sammenheng mellom grunnleggende forståelse av atferd og behandling. Dette står i en viss motsetning til det jeg vil kalle en «teknisk eklektisisme», eller bruk av metoder mer eller mindre uavhengig av hvilke prinsipper de bygger på. Etter mitt syn reduserer en grunnleggende forståelse behovet for «teknikker», ved å være grunnlag for analyse, og dermed handling. Jeg mener moderne atferds-analyse kan ha en slik funksjon.

«Atferdsanalyse ble for noen synonymt med ufrihet, tvang og straff»

Hva er holdninger?

Ifølge sosialpsykologene Eagly og Chaiken (1993) tolkes holdninger ut fra atferd som utløses av noe vi har holdninger til. Slik atferd er disposisjoner til bestemte handlemåter. Holdninger tolkes også ut fra evaluering av noe som fordelaktig eller ufordelaktig. Holdninger anses i stor grad som lært. En viktig holdningsteori er «Teorien om planlagt atferd» (Theory of planned behavior, TPB) av Ajzen og Fishbein (Ajzen, 1991). I TPB inngår holdninger i prediksjon av atferd: Personer som vurderer en atferd fordelaktig vil oftere utføre den enn personer som vurderer den ufordelaktig. TPB forklarer også atferd ved hjelp av holdninger: Er vi motivert for å utføre atferden, prøver vi oftere å utføre den. TPB samsvarer godt med folkepsykologi (se bl.a. O'Donohue, Callaghan & Ruckstuhl, 1998), hvor holdninger uttrykkes verbalt og kroppslig, er disposisjoner til å gjøre noe, og både forklarer og predikerer atferd.

Holdninger er også et ord i dagligtale. Et atferdsanalytisk alternativ til bl.a. TPB er å se på når ordet «holdninger» forekommer (se bl.a. Hinesline, 1983). Dette er observasjonsgrunnlaget for å snakke om holdninger: Vi sier «holdning» når folk omtaler noe positivt eller negativt, viser emosjonelle reaksjoner, og oppsøker eller unngår noe. Både verbal og annen atferd er med andre ord grunnlag for å snakke om holdninger. Den verbale komponenten foranlediger f.eks. unngåelse, gjennom regelstyrt atferd (Holden, 2003c). Denne utgjør imidlertid bare en medierende årsak; verbal atferd må selv forklares. Atferdsanalyse toner ned holdninger som noe hypotetisk som kommer mellom evaluerende atferd og disposisjoner som holdninger tolkes ut fra, og toner ned holdninger som forklaring på atferd. Den fjerner skillet mellom holdning og atferd som holdning tolkes ut fra; de blir to sider av samme sak. Holdninger er atferd. Et viktig moment i atferdsanalyse er at vi kan oppsøke eller unngå noe uten å være bevisst, dvs. beskrive vår atferd og grunner til den (Holden, 2003c). For øvrig betydde både holdning og engelsk «attitude» opprinnelig *kroppslig* holdning, dvs. utpreget ytre atferd.

Hva går negative holdninger til atferdsanalyse ut på?

Jeg tar primært for meg norske forhold. Siden temaet også er motstand mot atferdsanalytisk praksis, eller behandling, er det relevant å drøfte holdninger blant *brukere* av atferdsanalyse. Siden klienter ofte ikke representerer seg selv, er brukere også de som utfører behandling, ofte foreldre, ansatte i skole, barnehage og bolig. I tillegg hører mange om atferds-analyse fra personer som er involvert, og i media. Mange lærer litt gjennom utdanning og fagbøker. Det er også relevant å drøfte oppfatningen om at atferdsanalyse er begrenset til behandling av mennesker med psykisk utviklingshemning og autisme. Dette kan i seg selv være en negativ holdning til atferdsanalyse. Det samme gjelder atferdsanalysens svake posisjon i utdanning.

Selv om temaet er negative holdninger, er det viktig å understreke at holdninger til atferdsanalyse også er positive. I Norge har atferdsanalyse en sterk posisjon i behandling av mennesker med psykisk utviklingshemning og autisme. Mange krever atferdsanalytisk behandling for sine barn. I en rekke miljøer er det stor entusiasme. Norsk atferdsanalytisk forening har ca. 1000 medlemmer, utgir et nasjonalt og et internasjonalt tidsskrift, og arrangerer seminarer med stor deltakelse og høyt fagnivå.

Jeg kjenner ikke nyere undersøkelser av holdninger til atferdsanalyse. Men det er lett å finne eksempler på negativ omtale, og unngåelse: For ti år siden fikk jeg brev fra mor til en gutt som var henvist til vår tjeneste. Hun ønsket ikke atferdsterapi for sin sønn, men frivillighet og selvbestemmelse. Familien ønsket i flere år ikke hjelp fra vår tjeneste. Negative holdninger finnes også hos profesjonelle: En psykolog fortalte i et foredrag om en person som vegret seg mot å gå inn i en bestemt bygning. Problemet forsvant da de fant en annen bygning hvor de kunne utføre samme ærend. Dette var en motsetning til atferds-analyse, som angivelig ville gått ut på å tvinge personen inn i bygningen. Psykologen oppfattet atferdsanalyse som én bestemt, inngripende løsning.

Også faglitteratur inneholder negative holdninger. Askheim (1997, s. 79) skriver at atferdsanalysen er autoritær og udemokratisk, og at valgfrihet og selvbestemmelse er fjernt for atferdsanalysen. Rørvik (1994) skriver om fastlagte former for atferdsanalytisk praksis, som om praksis *må* være slik. Mange bøker og artikler som omtaler atferdsanalyse beskriver bestemte løsninger på problemer. Nylig kom en bok (Ellingsen, Jacobsen & Nicolaysen, 2002) om behandling av mennesker med psykisk utviklingshemning. Denne formidler en sterkt negativ holdning til atferdsanalyse, eller atferdsterapi, som de kaller det. Boken beskriver atferdsanalysen som rigid og inngripende, kaller den en mekanisert terapiform, og beskylder den for bare å se svært begrensede deler av menneskers utfoldelse. Også Tetzchner (2003) karakteriserer atferdsanalyse som en forenklet tilnærming (se Holden, 2003a).

Dagbladets kamp mot atferdsanalyse er vel kjent (se bl.a. Kolset, 1999). I 1983 skrev Arne Skouen at «Det er kaldt hos atferdsingeniørene, men de har ryddet seg plass for sine dypfrysere i vår spesialundervisning». Et leserinnlegg om atferdsanalyse på samme tid hadde overskriften «Rottenes dans», og var illustrert med foto av en rotte. De senere årene har Dagbladet gått ut mot loven som på spesielle vilkår åpner for bruk og tvang og makt i behandling av mennesker med psykisk utviklingshemning (Osvold, 1997, 1998), og mot atferdsanalytisk opplæring av barn med autisme (Osvold, 1996).

Dagbladet satte lenge nærmest likhetstegn mellom atferdsanalyse og tvang. Dette var noe dempet da avisen i 2003 dekket sakene hvor en psykolog som kaller seg atferdsanalytiker mistet bevillingen og fikk bot for tvang mot en klient.

Hvorfor negative holdninger til atferdsanalyse?

I mangel på undersøkelser av holdninger til atferdsanalyse er det mulig å tenke seg forhold som har bidratt: Ny, effektiv teknologi kan medføre en overdreven iver etter å bruke den. Atferdsanalysen oppnådde på 1960- og 70-tallet endringer i atferd som ble oppfattet som nærmest upåvirkbar. Selvtilliten var høy hos dem som anvendte atferdsanalyse, og deres status i noen miljøer likeså. Atferdsanalyse ble til tider brukt ukritisk. Noen hadde altfor lav terskel for å påpeke atferdsproblemer som burde behandles og ferdigheter som burde etableres. Mye skulle rettes på. Noen tok rollen som både ekspert og beslutningstaker. Hensynet til resultater kunne veie tyngre enn at metoder stod i forhold til problemet, og at de var etisk forsvarlig. Atferdsanalyse ble livsstil for noen. Noen slo ned på dagligtale, og harselerte med annen psykologi. Slik oppførsel vekker med rette motstand hos de fleste av oss. Atferdsanalyse ble for noen synonymt med ufrihet, tvang og straff, både for klienter og andre, og var på mange måter et psykologiens AKP (m-l). Naturligvis generaliserte noen: Slik var atferdsanalyse! Mange overså det positive som ble gjort. Alt i alt gjorde atferdsanalytikere for dårlige analyser av hvordan egen atferd virket på publikum. Arbeidet for å bedre negative holdninger til atferdsanalyse må nettopp ta utgangspunkt i at feil ble begått og at dette er feil det er viktig å lære av.

Atferdsanalyse har vært mye anvendt i situasjoner med lite innsyn og kontroll. Det har vært mulig å behandle uten konsensus blant involverte, dvs. klient og representanter, ansvarlige for tjenester, og myndigheter. Atferdsanalyse har også vært anvendt i situasjoner hvor det har vært «desperat» behov for hjelp, og folk har akseptert radikale løsninger.

I Norge har mange høy kompetanse i atferdsanalyse. De er gode til å analysere årsaker til atferd, kan basere behandling på slik forståelse, og er gode til å etablere atferd. Men hvem som vil kan kalle seg atferdsanalytiker; det er ingen lisensordning. En del behandling utføres av personer som primært kan *teknikker*. Noen har liten forståelse for hvor komplekse atferdsanalytiske prinsipper er (Walsh, 1997). Dette kan gi behandling som virker vulgær, og er noe av prisen for atferdsanalysens «demokratiske» profil, dvs. at metoder er allment tilgjengelige.

Kompetanse garanterer likevel ikke mot negative holdninger. Disse skriver seg ikke bare fra «Sturm und Drang»-perioden, men kan alltid komme til å henge ved atferdsanalysen: Noen vil alltid kalle bruk av konsekvenser for å øke spesielle atferder for «bestikkelser». Tvang kan alltid vekke avsky. Ikke alle er enig i valg av mål, og tenker lite på at mål ikke skal bestemmes av behandlere. Så lenge dagens folkepsykologi råder, og den kan råde lenge, kan atferdsanalytiske forklaringer vekke anstøt: Mange vil hevde at kompleks atferd må forklares ved hjelp av mer enn noen grunnprinsipper. Historiske

forklaringer, og skepsis til *primære* indre forklaringer, kan oppfattes som avvisning av følelser eller at følelser ikke er viktig.

Direkte involvering i behandling, om-tale av den, eller beskrivelser av metoder, er også kilder til negative holdninger til atferdsanalyse. Hvordan folk reagerer på behandling bestemmer ofte hvordan de reagerer på atferdsanalyse generelt. Noen som har sett en løsning på ett problem i én situasjon forventer gjerne å se det samme i andre situasjoner. Dette kan medføre oppfatninger om sammenhenger mellom atferdsanalyse og bestemte tiltak. Dette er ikke urimelig, i og med at psykologiske retninger ofte forbindes med bestemte metoder. Muligheten for å oppnå resultater er neppe grunn til negative holdninger til atferdsanalyse. Det er snarere måten det skjer på som kan være problemet. Om behandling virker er bare ett forhold som påvirker om folk velger den.

Hvordan kan vi bearbeide holdninger?

For å snakke om positive holdninger til atferdsanalyse må vi observere at folk snakker positivt om den, viser og forteller om positive emosjonelle reaksjoner, og etterspør atferdsanalytisk behandling. Ut fra holdningspsykologi (bl.a. Eagly & Chaiken, 1993) kan endring av holdninger skjer på fire grunnleggende måter:

- gjennom grunnleggende affektive endringer
- gjennom overtalelse
- som resultat av endringer i egen atferd; det vi faktisk gjør har vi ofte positive holdninger til, som i Bems (1967) selvpersepsjonsteori
- gjennom sosial påvirkning.

Her medfører dette henholdsvis å 1) presentere atferdsanalyse på måter som bidrar til positive følelser, 2) presentere atferdsanalyse på måter som gir den positiv omtale, 3) få folk til å delta i atferdsanalytisk behandling, bli fornøyd, og uttrykke positive holdninger, og 4): jo flere som får positive holdninger til atferdsanalyse, jo flere vil få positive holdninger.

For å endre holdninger må vi påvirke relevant atferd. Grunner til negative holdninger må elimineres så langt som mulig. Hva som har ført til at folk har oppsøkt atferdsanalyse, blitt fornøyd og omtalt den positivt, er viktig. Formidling av atferdsanalyse kan skje overfor personer og miljøer som er uinformerte eller feilinformerte om atferdsanalyse, eller som er direkte imot (Hineline, 1991). Det er derfor ikke like lett alltid. Men positive holdninger til atferdsanalyse krever uansett at folk gjør nye, positive erfaringer med teori og praksis. Dette kan skje gjennom verbale strategier, dvs. presentasjon av atferdsanalyse i lærebøker, forelesninger, undervisning, foredrag, fagpresse og media. Dette er den *teoretiske* delen. Positive holdninger kan også oppstå når behandling utformes slik at folk som deltar i den evaluerer den positivt, og deler dette med andre. Dette er den *praktiske* delen.

Bearbeidelse av holdninger ved formidling av teori

Atferdsanalytisk teori er lite kjent og forstått. Det er derfor viktig å framstille den grunnleggende tenkemåten, og hva atferdsanalyse har utrettet. Kompleksiteten i framstillingen vil avhenge av publikums bakgrunn. Følgende momenter er sentrale:

1. Atferdsanalysens tema er atferd, dvs. atferd i seg selv, ikke som indikasjon på noe hypotetisk underliggende. I atferdsanalysen omfatter atferd også *privat* atferd, dvs. tenkning og føling, som bare er direkte tilgjengelig for personen selv. Å *observere* omfatter også å registrere hendelser inni kroppen, ikke bare det som er observerbart for flere. Atferdsanalyse bryter med andre ord med positivismens krav om at kun det «objektive» er interessant. Atferdsanalyse forklarer atferd med hendelser i miljøet, som kroppen er en del av.
2. Atferdsanalysens program er å studere påvirkning av atferd gjennom livet. Studiet av læring, dvs. hvordan erfaringer endrer atferd, er sentralt. Dette gjelder hele spekteret av atferd, fra den mest åpenlyse ytre atferd, til privat atferd. Atferdsanalyse er ikke bare studiet av konsekvenser av atferd, men også studiet av forhold som kan bidra til å «utløse» atferd (se Holden, 2003b).
3. Atferdsanalyse er ikke en «tabula rasa»-teori. Alle har arvede egenskaper, også når det gjelder atferd. (Skinner forsøkte under krigen å bruke kråker som forsøksdyr, pga. mangel på duer, med lite hell. Han beskrev dem som intelligente, men lite samarbeidsvillige.) Atferdsanalyse ikke bare anerkjenner, men ser seg som parallell til evolusjonsbiologi, ved at også læring innebærer seleksjon, av relasjoner mellom atferd og omgivelser. Atferdsanalyse er komplementær til nevrobiologi, bl.a. i studiet av grunnlaget for læring.
4. Atferdsanalysens grunnbegreper er hentet fra dyreforsøk. Men studiet av dyr var ikke et mål i seg selv, bare et springbrett til å forklare mer kompleks atferd. Atferdsanalyse har begynt studiet av atferd fra grunnen av. Det er en grunn til at atferdsanalyse har befattet seg mye med svært konkret atferd hos mennesker med store lærevansker. Atferdsanalysen studerer idag kompleks atferd, inkludert verbal, hos intellektuelt normale mennesker.
5. Atferdsanalyse befatter seg idag med det meste som øvrig anvendt psykologi befatter seg med, og den ekspanderer (Leslie, 2000): Familiebehandling, helse spørsmål, geriatri og psykoterapi er eksempler. Ifølge rapporter i tidsskrifter utgitt av den amerikanske psykologforeningen (APA) tilbyr atferdsanalyse mer effektiv behandling enn andre tilnærminger på en rekke felter (Baucom, Shoham, Mueser, Daiuto & Stickle, 1998; Compas, Haaga, Keefe, Leitenberg & Williams, 1998; DeRubeis & Crits-Cristoph, 1998; Lonigan, Elbert & Johnsen, 1998).
6. Atferdsanalysen anerkjenner annen forskning som er forenlig med atferdsanalyse. Et eksempel er «naming theory» (Horne & Lowe, 1996), dvs. forklaringer på hvordan barn lærer språk, eller å snakke og lytte uten at det er direkte trent. Denne teorien bygger bl.a. på studier av delt oppmerksomhet («joint attention») hos barn med normal utvikling, innenfor tradisjonell utviklingspsykologi.

7. Atferdsanalyse består av prinsipper som *forklarer* atferd. I behandling kan de utformes og kombineres nær sagt ubegrenset. Det finnes ingen nødvendige atferdsanalytiske løsninger, selv om noen kan være mer effektive. Behandling er som regel basert på analyser av årsaker til problemet. Standardmetoder er ikke utelukket, f.eks. når relativt homogene grupper profiterer på nokså lik behandling, som i opplæring av barn med autisme.
8. Atferdsanalytisk behandling er ikke bare å endre atferdskonsekvenser. En nesten like viktig tilnærming er å redusere effekten av konsekvenser som opprettholder atferden. Dette skjer gjennom forebyggende tiltak som å redusere aversiv stimulering og deprivasjonstilstander. Atferds-analyse interesserer seg for alt som påvirker atferd. Positive holdninger til atferdsanalyse krever at folk gjør nye, positive erfaringer med teori og praksis
9. Atferdsanalytisk behandling trenger ikke å innebære massive og rigide regimer. Det kan være nok å justere mindre deler av samhandlingen. Studier har også vist at behandling ikke trenger å utføres 100 % riktig (Vollmer, Roane, Ringdahl & Marcus, 1999). Generelle faktorer i behandling, som empati og terapeutisk allianse, er viktig også innenfor atferdsanalyse.
10. Atferdsanalysen erkjenner at den er utsatt for kritikk når det gjelder etikk og estetikk. Begrepet sosial validitet (Wolf, 1978) har derfor oppstått innenfor atferdsanalysen. Dette innebærer at mottakere av behandling skal ha innflytelse både før, under og etter behandlingen. Atferdsanalyse legger stor vekt på brukervedvirkning.

«Positive holdninger til atferdsanalyse krever at folk gjør nye, positive erfaringer med teori og praksis»

Bearbeidelse av holdninger ved formidling av praksis

I og med at holdninger til atferdsanalyse i stor grad påvirkes av erfaringer og hvordan de formidles videre, er det viktig å utforme behandling som fremmer positive holdninger. Behandlingen må følge lover og bestemmelser, oppfylle krav til etikk og kvalitetssikring, og gi en klar beskrivelse. I tillegg er det viktig å praktisere atferdsanalyse fleksibelt, brukervennlig og estetisk, ut fra mottakers ønsker og behov. Det kan gjøres flere avveininger for å oppnå dette. Dette er dimensjoner som kan graderes og kombineres. Jeg foreslår fem:

Dagligtale i behandling

Atferdsanalytiske begreper oppsummerer hendelser alle kan observere. Ingen presentasjon av prinsipper, metoder eller teknikker i praktiske situasjoner er avhengig av tekniske begreper. Dagligtale kan holde. Tekniske begreper er bare effektive blant innvidde. Studier fra USA (se bl.a. Adkins, Singh, McKeegan, Lanier & Oswald, 2002)

viser at personell som utfører behandlingen ofte har problemer med å forstå skriftlige planer, og forskerne anbefaler mer bruk av daglige uttrykk. Bevisst utelatelse av atferdsanalytiske begreper er aktuelt når de kan vekke motstand. Det er ikke engang nødvendig å si at behandlingen er atferdsanalytisk. Andre har ingenting imot atferdsanalyse, men misliker overdreven bruk av tekniske begreper.

Det er lett å gi eksempler på dagligtale: «Vi prøver å tilrettelegge omgivelser slik at personen fungerer best mulig» kan være like bra som å si «atferdsanalyse». «La ham ha noen å være sammen med hele tiden» kan beskrive kontinuerlig, sosial, ikke-kontingent forsterkning. Vi kan snakke om å «fjerne krav og mas» i stedet for «eliminere etablerende operasjoner for negativt forsterket problem-atferd». «Lykkes av og til» kan erstatte intermitterende forsterkning. Atferd kan kalles «væremåte» eller «oppførsel». Det finnes litteratur om atferdsanalytisk språkbruk, og om ulike hensyn som kan tas i ordvalg (Foxy, 1996; Holden, 1999).

Kunstig eller naturlig behandling

Atferdsanalytisk behandling kan være naturlig i den forstand at folk ikke oppdager spesielle metoder. At en person får kontinuerlig tilgang på ett personale ser ut som en naturlig del av tjenestetilbudet, men kan innebære kontinuerlig, ikke-kontingent, sosial forsterkning, og være ledd i behandling av problematferd. Det er glidende overgang mellom behandling og vanlig påvirkning: Atferdsanalytisk behandling ligner ofte på hva folk alltid har gjort. Mange foreldre bruker belønning for barn, uten at det er kunstig. Endring av krav kan fjerne problematferd umiddelbart, også i dagliglivet. Atferdsanalyse kan innebære tilrettelegging av miljø i vid forstand (Holden, 2003b). Kravet er bare at vi kan peke på samvariasjoner mellom miljø- og atferdsendringer. Forskjellen mellom atferdsanalytisk behandling og naturlig påvirkning ligger ofte i grad av analyse og raffinement (Baer, Wolf & Risley, 1987).

Det er naturlig å belønne ønskede handlinger. Men utregnede systemer, hvor manglende oppfyllelse av kriterier utelukker forsterkning, oppfattes som mer kunstig. Det er naturlig å motivere en med hundefobi til å nærme seg hunden gradvis, men det kan virke kunstig å følge et nøye hierarki, med kriterier for progresjon og regler for eksponeringens varighet. Overdreven bruk av positiv forsterkning kan virke kunstig, men oppfattes kanskje mer naturlig i behandling av personer med funksjonshemning. Det er naturlig å holde fast folk som volder skade, til de er rolige. Det er mer kunstig å holde folk på en bestemt måte, i et bestemt antall sekunder, og med regler for hvor rolige de skal være før vi slipper.

Lav synlighet i behandlingen

Dette punktet er beslektet med dimensjonen ovenfor, men dreier seg mer om selve presentasjonen. Atferdsanalytisk behandling er ofte konkret, skjer utenfor spesielle terapisisuasjoner, og bruker spesielt materiell. Den kan derfor være lett å oppdage. Mye kan røpe atferds-analyse: å ha med tegnøkonomibrett i butikk, utpreget særtrening, skjemaer som henger på veggen, og forsterkning i offentlighet. Registrering av atferd og

grafisk framstilling av resultater er også avslørende. Ensidig vekt på evaluering ved hjelp av håndfaste data, som noen kan mene fortrenger andre viktige tegn på endring, kan ha samme resultat. Å vente med faser i behandling av hensyn til eksperimentell design, er også tegn på atferdsanalyse. Lav synlighet kan vektlegges av hensyn til estetikk og diskresjon: At det lyser behandling lang vei kan stigmatisere både den som mottar og utfører. Synlighet bør derfor begrunnes med at det er nødvendig for å oppnå resultater, og praktiseres i skjermede, aksepterende omgivelser.

«Andre har ingenting imot atferdsanalyse, men misliker overdreven bruk av tekniske begreper»

Funksjonell behandling eller standardmetoder

Atferdsanalysens hovedtilnærming er å ta utgangspunkt i årsaker til problem-atferd. Men det går også an å utføre atferdsanalytisk behandling uten inngående kjennskap til årsaker eller grunnprinsipper: Det finnes standardmetoder som ikke bare iverksettes på bakgrunn av funksjonelle analyser. Å forsterke ønsket atferd, eller presentere forsterkere avhengig av fravær av problem-atferd kan være effektivt, uansett problematferdens funksjon, også når funksjonell behandling er mulig. For skolerte atferdsanalytikere er standardmetoder aktuelle når betingelser for problematferd er ukjent eller ikke kan påvirkes, og funksjonelt basert behandling derfor ikke kan iverksettes, eller ikke virker. Standardmetoder er også aktuelle i opplæring, for eksempel i undervisning av barn med autisme.

«Atferdsanalysen har lagt «barnesykdommene» bak seg. Det kan derfor være grunn til å se relativt optimistisk på framtiden»

En funksjonell tilnærming virker logisk og sympatisk på mange, ikke minst fordi den baserer behandling på en forståelse av problematferden. Den kan være et svar på kritikk mot såkalt «symptombehandling», og har etter manges mening bidratt til å bedre atferds-analysens image de senere år (Holden, 2001). Funksjonelle analyser er en del av atferdsanalysens «tidsånd» (Holburn, 1997). Funksjonell behandling kan også virke logisk og naturlig, og har øket muligheten for effektiv behandling med positiv forsterkning. Kunnskap om funksjoner er dessuten viktig når tiltak ikke gir resultat: Det er en fordel å vite hvorfor behandling virker og ikke virker. Men en funksjonell tilnærming kan være komplisert og medføre stor innsats før behandling. Standardmetoder kan spare tid. At metoder går igjen gjør dem også kjente, forutsigbare og lettere å lære. Folk kan derfor oppfatte standardløsninger som hensiktsmessig. En

fare med standardmetoder, når de brukes uten tilstrekkelig kunnskap om grunnprinsipper, er større rådvillhet når de ikke virker.

Rask eller langsom behandling

Mange forbinder atferdsanalyse med inngripende tiltak med rask effekt. Dette er imidlertid unødvendig; atferdsanalyse er fleksibelt også på dette området. Vi kan i stor grad bestemme hvilke metoder og prinsipper vi skal bruke, samt «styrken» på tiltakene. Noen ganger bør ting skje raskt. Andre problemer er ikke akutte, og endringer haster ikke. At det går i riktig retning er ofte nok, særlig ved mindre alvorlig problematferd. Noe går over av seg selv.

Avslutning

Det finnes også andre, generelle virkemidler for å fremme positive holdninger til atferdsanalyse: Sympatisk oppførsel er viktig. Det samme gjelder innbydende og praktisk materiell. Det er viktig å legge arbeid i presentasjon av atferdsanalyse på kurs og andre steder, for eksempel i form av gode kaspresentasjoner. Atferdsanalytikere må delta i debatt og spre kunnskaper om hva atferdsanalyse er, svare på urettferdige angrep, men også innrømme feil. Det skader ikke at fornøyde brukere står fram: I boken «Let me hear your voice» (Maurice, 1993) beskriver en amerikansk mor atferdsanalytisk behandling av to barn med autisme. Boken bidro til kraftig i økning i etterspørselen etter slik behandling.

Atferdsanalysen har lagt «barnesykdommene» bak seg. Det kan derfor være grunn til å se *relativt* optimistisk på framtiden, og til og med å ha som mål at atferdsanalyse kan ekspandere til områder hvor den har vært lite brukt her i landet. Nyere programmer for behandling av atferdsproblemer i skoler og familier bygger for en stor del på atferdsanalyse (Larsen & Moynahan, 2003). Ved universiteter og høyskoler gjøres det imidlertid lite for å utvikle og spre kunnskap om atferdsanalyse. Det er fare for at norsk atferdsanalyse fortsatt må utvikles hovedsaklig innenfor det atferdsanalytiske miljøet.

Børge Holden

Habiliteringstjenesten for voksne

funksjonshemmede

Åkershagan

2312 Ottestad

Tlf 62 57 45 00

E-post Borge.Holden@sykehuset-innlandet.no

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 41, nummer 6, 2004, side 463-469

TEKST

Børge Holden, psykologspesialist

Referanser

- 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.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50*, 179-211.
- Askheim, O. P. (1998). *Omsorgspolitiske endringer - profesjonelle utfordringer*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Baer, D. M., Wolf, M. M., & Risley, T. R. (1987). Some still-current dimensions of applied behavior analysis. *Journal of Applied Behavior Analysis, 20*, 313-327.
- Baucom, D. H., Shoham, V., Mueser, K. T., Daiuto, A. D., & Stickle, T. R. (1998). Empirically supported couple and family interventions for marital distress and adult mental health problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 66*, 53-88
- Bem, D. (1967). Self-perception: An alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena. *Psychological Review, 74*, 183-200.
- Compas, B. E., Haaga, D. A., Keefe, F. J., Leitenberg, H., & Williams, D. A. (1998). Sampling of empirically supported psychological treatments from health psychology: Smoking, chronic pain, cancer, and bulimia nervosa. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 66*, 89-112.
- DeRubeis, R. J., & Crits-Cristoph, P. (1998). Empirically supported individual and group psychological treatments for adult mental disorders, 66, 37-52.
- Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993) *The psychology of attitudes*. Fort Worth: Harcourt Brace & Company.
- Ellingsen, K. E., Jacobsen, K., & Nicolaysen, K. (Red.) (2002). *Sett og forstått. Alternativer til tvang og makt i møtet med utviklingshemmede*. Oslo: Gyldendal.
- Foxx, R. M. (1996). Translating the covenant: The behavior analyst as ambassador and translator. *The Behavior Analyst, 19*, 147-161.
- Hayes, S. C. (1978). Theory and technology in behavior analysis. *The Behavior Analyst, 1*, 25-33.
- Hineline, P. N. (1983). When we speak of knowing. *The Behavior Analyst, 6*, 183-186.
- Hineline, P. N. (1991). Modesty, yes; humility, no. *The Behavior Analyst, 14*, 25-28.
- 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. (2001). Moderne atferdsanalyse og behandling av atferdsforstyrrelser hos mennesker med psykisk utviklingshemning - Et intervju med Brian A. Iwata. *Diskriminanten, 28*, 3, 15-21.
- Holden, B. (2003a). Kommentarer til Stephen von Tetzchners kapittel 6 i boka: *Utfordrende atferd hos mennesker med lærehemning*. Betydningen av kommunikasjon, boforhold og tjenester. *Diskriminanten, 30*, 2/3, 3-23.
- Holden, B. (2003b). Motivasjon. I S. Eikeseth & F. Svartdal (Red.), *Anvendt atferdsanalyse. Teori og praksis* (ss. 63-82). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Holden, B. (2003c). Språk, regelstyring og bevissthet. I S. Eikeseth & F. Svartdal (Red.), *Anvendt atferdsanalyse. Teori og praksis* (ss. 83-103). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Horne, P. J., & Lowe, C. F. (1996). On the origins of naming and other symbolic behavior. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior, 65*, 185-241.
- Kolset, S. O. (1999, 19. juli). Dagbladsport: Mobb en atferdsterapeut. *Dagbladet*, s. 3 (Debatt).

- Larsen, K., & Moynahan, L. (2003). Positive atferds- og støttetiltak i skolen. *Diskriminanten*, 30, 1, 13-29.
- Leslie, J. C. (2000). Steps towards the wider use of behaviour analysis in applied psychology. *European Journal of Behavior Analysis*, 1, 61-70.
- Lonigan, C. J., Elbert, J. C., & Johnsen, S. B. (1998). Empirically supported psychosocial interventions for children: An overview. *Journal of Clinical Child Psychology*, 27, 138-145.
- Maurice, C. (1993). *Let me hear your voice*. New York: Columbine Fawcett Books.
- O'Donohue, W. T., Callaghan, G. M., & Ruckstuhl, L. E. (1998). Epistemological barriers to radical behaviorism. *The Behavior Analyst*, 21, 307-320.
- Osvold, S. B. (1996, 1. mars). Stridens kjerne. *Dagbladet* (Kommentar).
- Osvold, S. B. (1997, 9. april). Stopp! I lovens navn. *Dagbladet*, s. 2 (Kommentar).
- Osvold, S. B. (1998, 6. mars). Følg med nå, Greve. *Dagbladet*, s. 3 (Kronikk).
- Rørvik, H. (1994). Læring og utvikling. *Det pedagogiske oppdraget*. Oslo: Universitets-forlaget.
- Skouen, A. (1983). Når eleven gråter. *Dag-bladet* (Fast spalte: Ytring).
- Tetzchner, S. von (2003). *Utfordrende atferd hos mennesker med lærehemming. Betydningen av kommunikasjon, boforhold og tjenester*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Vollmer, T. R., Roane, H. S., Ringdahl, J. E., & Marcus, B. A. (1999). Evaluating treatment challenges with differential reinforcement of alternative behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 32, 9-23.
- Walsh, P. (1997). Bye-bye behaviour modification. I K. Dillenburger, M. F. O'Reilly & M. Keenan (Eds.), *Advances in behaviour analysis* (ss. 91-102). Dublin: University College Dublin Press.
- Wolf, M. M. (1978). Social validity: The case for subjective measures or how behavior analysis is finding its heart. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 11, 203-214.