



Oslo kommune
Velferdsetaten

VELFERDSETATEN

KOMPETANSEHEFTE NR. 2



Kompetansehefte

Adferdsanalyse

Kompetansehefte II

Atferdsanalyse

Utarbeidet av deltakere i Prosjekt kompetanseheving og andre ressurspersoner

Petter Lotherington

Mette Langnes

Inez Veronika Nordseth-Antonsen

Svein Erik Flåtten

Erlend Hoff Jensen

Camilla Kværneng Søreide

Mats Jarness

Pernille Henriksen

Numan Özdemir

Petur Ingi Petursson

Innhold

Innledning	7
------------------	---

Kompetansenivå 1

- Grunnleggende kunnskap	8
Atferd	8
Atferdsanalyse	9
Målatferd	10
Forsterker og forsterkning	12
Positiv forsterkning	14
Negativ forsterkning	14
Automatisk forsterkning	15
Deprivasjon og metning	15
Registrering	16
Baseline	16
Registreringssystemer	17
Oppgaver til kompetansenivå 1	18

Kompetansenivå 2

- Viderekommen kunnskap	20
Tretermskontingensen	20
Straff	21
Respondent og operant atferd	23
Klassisk og operant betinging	23
Forskjellen på klassisk betinging og operant betinging	25
Oppsummering	26
Oppgaver til kompetansenivå 2	28

Kompetansenivå 3

- Utvidet kunnskap	30
Tegnøkonomi	30
Atferdsavtaler	32
Funksjonelle kartlegginger	35
Forsterkningskjemaer	36
Prompt	37
Shaping	38
Atferdsmomentum	38
Premacks prinsipp	39
Differensiell forsterkning	39
Metoderekka for vernepleiere	39
Oppgaver til kompetansenivå 3	41

Kompetansenivå 4

– Helhetlig kunnskap	42
Ekstinksjon	42
Nonkontingent forsterkning (NCR)	43
Regelstyring	43
Motivasjonelle operasjoner	44
Verbal atferd	45
Avslutningsvis	46
Oppgaver til kompetansenivånivå 4	47

Referanseliste	48
-----------------------------	----

Vedlegg

- Prioritering av målatferd	50
- Scatterplott	52



Innledning

Gjennom Prosjekt Kompetanseheving som går i perioden februar 2015 til desember 2017, skal kompetanseheving etableres som en del av den ordinære driften i Velferdsetatens seksjon for Tilrettelagte boliger. Dette heftet er det andre i en planlagt rekke kompetansehefter med temaer fra områder som er viktige for kvaliteten på våre tjenester. Foreløpig er det planlagt utgivelse av ytterligere to hefter. Kompetanseheftene følges opp med kurs og individuell veiledning. Prosjektgruppa består av medarbeidere fra Bolig Schu, Holtet Bosenter & Verksted og Ullevålsveien 34. Kompetansehevingen vil i hovedsak skje ved å benytte interne ressurser. Vi har mange dyktige medarbeidere som på denne måten vil dele sin kompetanse med hverandre.

Boligene og verkstedet gir tjenester til en målgruppe som har behov for omfattende og individuell oppfølging. Tjenesteytneres kompetanse er den enkeltfaktoren som er mest avgjørende for å lykkes med gi våre brukere det tilbudet de har krav på, både miljøterapeutisk, etisk og juridisk. Kvaliteten på tilbudet er avgjørende for den enkelte brukers livskvalitet.

Våre medarbeidere har en viktig og krevende jobb enten man er ansatt som helgevikar eller som fagkonsulent. Hensikten med kompetanseprosjektet var å bygge et solid fundament for tjenesteyting, ved å gi hver enkelt medarbeider nødvendig grunnkompetanse, samt å etablere en felles forståelse knyttet til de ulike kompetanseområdene innenfor vårt tjenesteområde. Kunnskap om atferdsanalyse er sentralt for alle som arbeider med personer med utviklingshemming og autisme. Atferdsanalyse gir innsikt i hvordan atferd formes og opprettholdes. Atferdsanalyse er et verktøy som kan bidra til å styrke og heve den enkelte tjenestemottakers ferdighetsnivå, dersom det brukes riktig. Dette er igjen svært viktig i vårt kontinuerlige arbeid med å gi våre tjenestemottakere mulighet til å mestre egen hverdag og eget liv.

Atferdsanalyse som ideologi og arbeidsverktøy har lang tradisjon innen vernepleierfaglig yrkesutøvelse. Metodene knyttet til atferdsanalyse er blant grunnpilarene dette fagfeltet er bygget på. Knyttet sammen med annen viktig kunnskap legger mestring av atferdsanalytiske prinsipper og metoder grunnlaget for en god omsorg preget av respekt og brukermedvirkning.

I Velferdsetatens tiltak for utviklingshemmede er det en målsetting å ha et høyt felles kompetansenivå om atferdsanalyse. Dette innebærer at alle medarbeidere, uavhengig av formell kompetanse og faglig bakgrunn, må ha kunnskap om dette temaet. Slik kan hver enkelt av oss bidra til at våre tjenester leveres med et høyt faglig nivå og høy kvalitet.

En viktig målsetting i alt arbeid i vår seksjon er å skape et godt liv for tjenestemottakerne. Vi håper dette heftet vil hjelpe deg til å bidra til at vi sammen når dette målet.

Kompetansenivå 1

- Grunnleggende kunnskap

Det er forventet at alle ansatte i Tilrettelagte boliger – Tiltak for utviklingshemmede skal ha grunnleggende kunnskap og kompetanse i atferdsanalyse. Under kompetansenivå 1 vil du få kunnskap om:

- Atferd
- Atferdsanalyse
- Målatferd
- Forsterkning
- Deprivasjon og metning
- Registreringssystemer

HVA ER DET EGENTLIG SOM SKJER NÅR SVEIN PÅ 4 ÅR MASER SEG TIL EN SJOKOLADE PÅ BUTIKKEN?

Dette er noe av det vi skal se mer på i dette kompetanseheftet.



Atferd

«Atferd er alt en levende organisme gjør»

Akkurat nå sitter du og leser i dette heftet. Akkurat nå har du masse atferd! Du sitter, du holder i heftet, du leser, du tenker på det du leser, du blunker, du puster. Atferd er med andre ord alt en levende organisme, eller et levende individ gjør. Det kan være lett å forbinde begrepet atferd med noe negativt, «han har mye atferd» og «atferdsinstitusjoner». Men atferd er rett og slett det vi sier og det vi gjør, altså både ønsket og uønsket atferd. Eksempler kan være løping, stjeling, rødming og skjelling. Begrepet omfatter også det ingen andre enn individet selv kan observere, som tanker, ideer og følelser (Isaksen & Karlsen, 2013). Noen vil også si det på denne måten; «atferd er alt en død person ikke kan gjøre».

I atferdsanalysen bruker vi ofte begrepet respons, som er sammenlignbart med begrepet atferd. En respons viser til en mer spesifikk og avgrenset handling. Dette kan for eksempel være å trykke ned håndtaket for å åpne en dør, et skrik, et slag osv. Atferd kan være flere påfølgende responser som for eksempel det å kaste søppel som igjen innebærer flere responser som å ta ut posen fra søppelkassa, knyte posen, bære søppelet ut, åpne søppelkassa, kaste søppelet og gå inn igjen. Atferd er med andre ord en mer generell term.

Vi kan skille mellom overskudds- og underskuddsatferd. Overskuddsatferd er atferd det er for mye av og som vi ønsker redusert forekomst av. Eksempler på dette kan være repeterende atferd eller sosialt uakseptabel atferd. Underskuddsatferd er atferd det er for lite av og som vi ønsker økt forekomst av. Dette kan for eksempel være selvhjelpsferdigheter som å kle på seg eller ivareta personlig hygiene. En type atferd kan i noen tilfeller være ønskelig å øke, men i andre tilfeller være ønskelig å redusere. For eksempel kan vi ønske at en person lærer seg å vaske hendene i gitte situasjoner. I andre tilfeller kan utfordringen være at personen vasker hendene så ofte at denne aktiviteten er til hinder for å få gjennomført andre aktiviteter, og man ønsker derfor å redusere denne overskuddsatferden.



Atferdsanalyse

«Men act upon the world, and change it, and are changed in turn by the consequences of their action»

B. F. Skinner (1957)



Illustrasjon: Stein Marvold

Atferdsanalysen oppstod som et utspring av søken etter vitenskap i psykologien, og kommer fra retningen radikal behaviorisme, en del av det mer vide begrepet behaviorisme. Psykologen Burrhus Frederic Skinner (1904-1990) omtales som atferdsanalysens far. Skinner var tidlig inspirert av blant annet Ivan P. Pavlov som er kjent for «Klassisk betinging», og særlig av behavioristen John B. Watson og hans forskning rundt atferd der han gikk inn for å skille mellom det en kunne se i motsetning til det «usynlige» som filosofi og generell mentalitet. Skinner mente derimot at det var feil å ekskludere mentalistisk tankegang, og at mye av ikke-observerbare forhold kunne innlemmes i det han kalte for «private hendelser», det vil si atferd som ikke er observerbar for andre enn en selv. Videre forskning og utvikling i dette psykologiske perspektivet har i senere tid ført til det vi i dag med stolthet omtaler

som atferdsanalyse.

Den eksperimentelle delen av atferdsanalysen startet i 1938, da B.F. Skinner ga ut boken «The behavior of Organisms». Boken beskrev Skinners laboratoriefunn, hvor respondent og operant atferd kom i fokus. Tretermskontingensen, som beskriver sammenhengen mellom foranledning, atferd og konsekvens ble et revolusjonelt gjennombrudd. Herfra ble den såkalte «Skinnerboksen» kjent, hvor det ble forsket på rotter (senere duer) og deres atferd avhengig av foranledninger og konsekvenser knyttet til denne. Når rotten trykket på spaken, utløste det umiddelbart mat, atferden ble opprettholdt på grunn av konsekvensen den medførte. Disse forskningene fortsatte til utpå 1950-tallet, og er grunnlaget for det vi kaller atferdsanalyse i dag. (Cooper, Heron & Heward, 2007)

Innenfor atferdsanalyse finnes det ulike områder som er relatert til hverandre (Cooper et al., 2007). Her vil vi forklare hva som ligger i begrepene eksperimentell atferdsanalyse, anvendt atferdsanalyse og tjenesteyting basert på atferdsanalyse. Moore & Cooper (2003) fremstiller relasjonen mellom disse på en slik måte at eksperimentell atferdsanalyse ligger på en side, anvendt atferdsanalyse ligger i midten, og tjenesteyting basert på anvendt atferdsanalyse ligger på den andre siden.

«Atferdsanalyse er en vitenskapelig demonstrasjon om at en eller flere miljømessige variabler er «årsakene» til en atferdsendring.»

Eksperimentell atferdsanalyse ble som nevnt grunnlagt av B. F. Skinner på 1930-tallet, her var og er man opptatt av forskning på atferden til dyr og mennesker (Cooper et al., 2007). Skinner utviklet prosedyrer som demonstrerer relasjoner mellom atferd og miljømessige hendelser. Det å utlede slike fundamentale prinsipper er det som er hovedansvarlig til eksperimentell atferdsanalyse (Cooper et al., 2007). Eksperimentell atferdsanalyse studerer mye forskjellig atferd som for eksempel motor reflekser, operant atferd, respondent atferd, verbal atferd og mye mer.

Anvendt atferdsanalyse legger i stor grad vekt på meningsfulle atferdsendringer, men likheten den har til eksperimentell atferdsanalyse er at de begge er opptatt av hva som påvirker atferd (Baer Wolf & Risley, 1968). I artikkelen til Baer et al., (1968) la de frem syv dimensjoner som skulle kjennetegne

anvendt atferdsanalyse. Disse var at den skulle være anvendt, atferdsrettet, analytisk, teknologisk, konseptuelt systematisk, effektiv og den burde vise til generalitet.

Tjenesteyting basert på atferdsanalyse vektlegger å endre atferd ved bruken av atferdsprinsipper som er utledet fra eksperimentell og anvendt atferdsanalyse (Cooper et al., 2007). Både anvendt atferdsanalyse og tjenesteyting basert på anvendt atferdsanalyse er opptatt av meningsfulle atferdsendringer for individ og samfunn. Løkke, Arntzen & Løkke (2012) påpeker at en slik praksis er når ikke alle de syv kjennetegnene til anvendt atferdsanalyse er tilstede. De nevner at spesielt det analytiske kriteriet, altså kravet til dokumentasjon av atferdsendring, er noe lavere ved praktisk bruk av atferdsanalyse. De beskriver et slikt redusert krav med dette eksempelet; «En lege som skriver ut penicillin trenger ikke gjøre bruk av en eksperimentell design hver gang penicillin foreskrives. Det foreligger så mye empiri som tilsier at penicillin har effekt at dokumentasjon av effekt for den aktuelle klienten er det som kreves» (2012, s. 65).

Kunnskap som er utledet fra både eksperimentell og anvendt atferdsanalyse henger altså sammen med bruk av atferdsanalyse i praksis.

Det er miljøet rundt oss som bidrar til at noen typer atferd øker, mens andre reduseres. Miljømessige hendelser defineres som enhver hendelse både innenfor og utenfor personen eller utenfor atferd. Enkelt forklart kan vi kalle alt som er og skjer rundt oss som vårt miljø, som for eksempel personer, lyder, vær, temperatur, lønnsutbetaling, beskjeder. Alt som er i vårt miljø vil igjen påvirke vår atferd. Det er i samspill mellom atferd og miljø at atferden får sin funksjon (Isaksen & Karlsen, 2013). For eksempel vil nok læreren stoppe undervisningen dersom alle elevene reiser seg og går ut av klasserommet. Atferden opphører fordi miljøet rundt blir endret.

Hvorfor gjør vi som vi gjør?

Atferdsanalyse hjelper oss til å forstå sammenhengen mellom et individs handlinger og omgivelsene. Resultatet av dette samspillet – atferdsendringen, er det atferdsanalyse handler om (Horne & Øyen, 1991). Hvorfor gjør vi som vi gjør? Atferdsanalysen er opptatt av å avdekke sammenhenger mellom atferd og miljø. For å gjøre dette må man se på både det som skjer i forkant av den atferden man ønsker å analysere og hva som skjer i etterkant. Dette kaller vi foranledning (i forkant) og konsekvens (i etterkant). Hva er det som skjer i

forkant av en handling, og som bidrar til at nettopp den handlingen forekommer? Hva skjer i etterkant, og hvordan vil det påvirke sannsynligheten for at den samme handlingen vil gjentas på et senere tidspunkt? I atferdsanalysen er man opptatt av ulike typer miljømessige hendelser som endrer og påvirker atferd. Miljømessige hendelser kan påvirke vår atferd, eksempelvis kraftig værskifte, tilsnakk av en autoritet eller en skriftlig innkalling til et møte

Målatferd

Målatferd er en definert atferd som er mål for observasjon, registrering eller intervensjon.

Målatferd er atferd vi ønsker å observere eller endre, enten om det er for å få mer eller mindre av den, for å få den til å forekomme i passende situasjoner eller for å utvikle den til noe mer. Målatferd kan være både ønsket og uønsket atferd. En må være opptatt av at man skaper viktige og varige endringer av atferd, og fokuset bør være at endringene bidrar til bedret livskvalitet for den personen det gjelder. Uansett hvilken grunn vi har, så er det en del hensyn vi må ta før vi setter i gang en intervensjon eller et tiltak. Tabellen på neste side inneholder viktige betraktninger knyttet til valg av målatferd, og kan benyttes som et hjelpemiddel.

EKSEMPLER PÅ DEFINISJON AV MÅLATFERD

- Takke for maten: «NN sier «takk for maten» etter at han er ferdig med å spise
- Hilse på andre: «NN ser på dem hun møter og sier «hei»
- Slag mot hodet: «NN løfter knyttet hånd mot eget hode, med treff, uavhengig av styrke»
- Spyting: «væske kommer ut av munn, uavhengig av hva det treffer»
- Utskjelling: «høy stemmebruk rettet mot andre personer, med aggressiv tonefall»

En god atferdsdefinisjon av målatferder er avgjørende i det praktiske arbeidet vi gjør. Uklare definisjoner fører til ulik praksis, som igjen fører til dårlige resultater og dårlig miljøarbeid. Gode og velskrevne definisjoner av målatferder og tiltak er viktig for et godt miljøarbeid og for utførelsen av lik praksis.

Betraktning	Vurdering			Kommentarer
Vil atferden føre til forsterkning i naturlige omgivelser etter tiltakets slutt?	Ja	Nei	Vet ikke	
Er atferden en nødvendig forutsetning for mer kompleks og funksjonell atferd?	Ja	Nei	Vet ikke	
Vil atferden øke brukers tilgang på omgivelser hvor annen viktig atferd kan læres og brukes?	Ja	Nei	Vet ikke	
Vil endring av atferden sette andre i posisjon til bedre og mer passende samhandling med bruker?	Ja	Nei	Vet ikke	
Er det en atferd som er nødvendig for å få eller gi tilgang til nye forsterkere, eller for å etablere nye atferder?	Ja	Nei	Vet ikke	
Er atferden aldersadekvat ?	Ja	Nei	Vet ikke	
Hvis atferden skal reduseres eller fjernes, har en alternativ atferd blitt valgt for å erstatte den?	Ja	Nei	Vet ikke	
Representerer denne atferden et aktuelt problem, eller er den bare indirekte relatert?	Ja	Nei	Vet ikke	
Er det et faktisk problem eller utfordring, eller er det bare noe vi antar?	Ja	Nei	Vet ikke	
Vil atferden hjelpe til å nå det endelige målet?	Ja	Nei	Vet ikke	

(Cooper et al., 2007, s. 57, egen oversettelse). Se også vedlegg nr. 1, bakerst i heftet.

Atferdsdefinisjonen skal inkludere en beskrivelse av den spesifikke atferden, samtidig som den også skal spesifisere hvilken atferd som ikke er inkludert (Isaksen & Karlsen, 2013). Den skal også være operasjonell. Det at en definisjon er operasjonell vil si at den spesifiserer atferden og stimuli tilknyttet atferden, på en måte som er observerbar for alle. I tillegg skal den være objektiv, noe som betyr at den bare refererer til observerbare ledd i atferden, og ingen subjektiv opplevelse av atferden (Cooper et al., 2007).

Målatferd defineres topografisk eller funksjonelt. Atferdstopografi beskriver hvordan atferden arter seg eller ser ut. Hvis et barn skal lære seg å spørre om å få saft, kan den topografiske definisjonen være «barnet spør en voksen om hun kan få saft». Det å spørre er i dette tilfellet ønsket atferd, uavhengig om barnet får saft eller ikke. En topografisk definisjon sier ikke noe om hvilken funksjon eller effekt atferden har.

En funksjonell atferdsdefinisjon beskriver hvilken funksjon eller virkning atferden har på omgivelsene. Et eksempel her kan være at «hun skal rydde av bordet slik at det er helt tomt». Da kommer det tydelig frem hva som skal være resultatet av atferden man ønsker (Isaksen & Karlsen, 2013).

Forsterker og forsterkning

FORSTERKER – FORSTERKNING	
<ul style="list-style-type: none"> • Forsterker er en umiddelbar konsekvens som øker en atferd <p><i>(Cooper et al., 2007)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Forsterkning forekommer når en stimulusendring forekommer umiddelbart etter en respons, og lignende responser øker under lignende betingelser i fremtiden

Det er forskjell på forsterker og forsterkning. Når atferd øker i frekvens kaller vi det forsterkning. Det som fører til at atferd øker kaller vi forsterker.

For at forsterkning skal forekomme må forsterkeren presenteres umiddelbart etter responsen, aller helst innen 1-2 sekunder. Forskning på dyr viser at 60 sekunder er i nærheten av øvre grense for at forsterkning skal forekomme (Malott, R.W.

og Shane, J.T., 2014). Etter hvert som sekundene går blir det vanskeligere og vanskeligere å kontrollere hvilken respons man forsterker. Hvis man ønsker å forsterke at Emil henger jakken sin på plass, og vi sier «kjemp bra» når han har satt seg ned i sofaen, kan det for Emil virke som vi synes at det er helt strålende at han sitter i sofaen. Konsekvensen kan bli at Emil sitter i sofaen hele dagen og kaster jakken sin på gulvet. Poenget er at forsterkeren må leveres så fort som mulig, slik at man kan være sikker på at man forsterker ønsket respons.

Det er bedre å levere forsterker etter 3 sekunder enn 60 sekunder!



Illustrasjon: Stein Marvold

Det er også viktig å vite at effekten av forsterkeren blir mindre med tid, og er nesten helt borte etter 60 sekunder (Malott, R.W. og Shane, J.T., 2014). Ved levering av verbal forsterker som ros, er det viktig at den er atferdsspesifikk. Dette vil øke sannsynligheten for å forsterke ønsket atferd. Derfor er ikke «kjempbra» en god forsterker, men derimot vil «så fint at du hang opp jakka di, Emil» adressere spesifikk atferd.

Konsekvensene av en atferd er det som etterfølges av en atferd eller respons. I atferdsanalysen legges det stor vekt på hvilken virkning eller funksjon konsekvensene har. Konsekvensene bidrar til at atferden eller responsen reduseres, opprettholdes eller økes i fremtiden.

Det er viktig å huske på at det er atferd som forsterkes og ikke personen. Det er også viktig å vite at en forsterker ikke påvirker responsen den følger (Cooper et al., 2007). Man kan ikke endre noe som allerede har skjedd, men man kan øke sannsynligheten for at lignende responser forekommer i fremtiden.

Nå skal vi se nærmere på et eksempel; 4 år gamle Svein som maser seg til sjokolade i butikken. Faren orker ikke å høre på

masingen, og gir gutten sjokolade for å få slutt på dette. Gutten får det som han vil, og slutter dermed å mase. Faren blir også fornøyd når gutten slutter å mase. Det er to perspektiver i dette eksempelet. Det ene er gutten sitt perspektiv, og her er det snakk om positiv forsterkning og positive forsterkere. Det andre er far sitt perspektiv, og her er det snakk om negativ forsterkning, aversive stimuli, og negative forsterkere. Når vi snakker om noe som er aversivt, snakker vi om noe vi ønsker å avslutte, unnslippe eller unngå.

Hvis godteri er en positiv forsterker for gutten, vil det være en økt sannsynlighet for at masing vil forekomme neste gang de er på butikken. Gutten har lært at masing fører til godteri. Godteri er et eksempel på en positiv forsterker. Forsterkere er individuelle, og det som skal til for at stimuli skal være forsterkere er at de må øke sannsynligheten av fremtidig forekomst av den atferden stimulien etterfølger. Sånn sett kan alt mulig fungere som positive forsterkere, for noen kan det være godteri og for andre ros eller sosial kontakt. Kriteriet for at noe skal være en positiv forsterker, er at det øker fremtidig forekomst av en atferd.



Positiv forsterkning er både en operasjon (å levere forsterker), og en prosess (en atferd øker i forekomst). Det vil si at når faren leverer godteriet som er den positive forsterkeren, kalles denne operasjonen positiv forsterkning. Hvis masingen forekommer neste gang de befinner seg i samme situasjon, kan vi kalle denne prosessen positiv forsterkning. I dagligtalen kan vi si at vi gjør mer av det som fører til ønskede konsekvenser. I dette eksempelet er det godteriet som er den positive forsterkeren.

Det at masingen opphører kan også være negativt forsterkende for far i form av unnslippelse. Det vil da være en økt



sannsynlighet for at han gir godteri til gutten neste gang han maser. Han har lært at godteri kan føre til at gutten slutter å mase. Masingen kan være en aversiv stimulus for far. Aversive stimuli er også individuelle, og det som skal til for at stimuli skal være aversive er at det er noe vi ønsker å unngå eller unnslippe. Sånn sett kan alt mulig være aversive stimuli, for noen kan det faktisk være godteri. Mer vanlige eksempler på aversive stimuli er stein i skoen, smerte, kulde og regn. Kriteriet for at noe skal være en aversiv stimulus er at det er noe vi ønsker å unngå eller unnslippe.

Hvis en atferd øker i forekomst ved at man unnslipper eller unngår en aversiv stimulus, kaller vi dette negativ forsterkning. Det vil si at når faren gir godteri til sønnen og dermed unnslipper masingen, og dette forekommer neste gang de befinner seg i samme situasjon, kan vi kalle den prosessen negativ forsterkning. Den negative forsterkeren er å unnslippe masingen, som er den aversive stimulusen.

BÅDE POSITIV OG NEGATIV FORSTERKER ER EN KONSEKVENSSOM ØKER FOREKOMSTEN AV EN ATFERD I FREMTIDEN

Det kan ofte være litt forvirrende når vi snakker om positiv og negativ. I atferdsanalysen bruker vi det i matematisk betydning, tenk gjerne på fortegnene pluss og minus. Positiv betyr at noe legges til, og negativ betyr at noe trekkes fra.



Illustrasjon: Stein Marvold

Positiv forsterkning

Positiv forsterkning forekommer når stimulus blir presentert umiddelbart etter en atferd, og som resultat av dette øker forekomsten av denne typen atferd i fremtiden (Cooper et al., 2007). Uttrykket positiv betyr at noe tilføres, og har ikke noe med at noe er godt eller behagelig.

Positive forsterkere kan deles inn i flere grupper:

- Spiselige: foretrukket mat, godteri, kjeks, drikke
- Sensoriske: massasje, blinkende lys, musikk
- Materielle: klistremerker, kort, leker
- Aktiviteter: brettspill, lytte til musikk, lunsj med lærer, spille fotball
- Sosiale: smil, «high five», fysisk kontakt, klem, applaus (Cooper et al., 2007).

Eksempel 1: Hanne sitter i stua og ser på TV. Hun ønsker å høre hva de sier, men volumet er for lavt. Hun finner fjernkontrollen og skrur opp lyden. Nå hører hun hva de sier. Hvis Hanne skrur opp lyden i fremtiden når volumet er for lavt, kalles denne prosessen positiv forsterkning. Den positive forsterkeren i dette eksempelet er å høre hva de på TV sier.

Eksempel 2: Mette sitter alene i fellesrommet og lager bråk. Inez og Camilla kommer løpende og gir Mette oppmerksomhet og Mette slutter dermed å bråke. Hvis Mette fortsetter å lage bråk når hun er alene i fellesrommet, kalles denne prosessen positiv forsterkning. Den positive forsterkeren i dette eksempelet er oppmerksomhet fra Inez og Camilla.

Negativ forsterkning

Negativ forsterkning forekommer når en aversiv/ubehagelig stimulus blir fjernet umiddelbart etter en respons, og som resultat av dette øker forekomsten av denne typen atferd i fremtiden. I praksis kan man si at atferden blir opprettholdt fordi et ubehag forsvinner. Uttrykket negativ betyr at noe fjernes, ikke nødvendigvis at noe oppleves som negativt eller ubehagelig.

Eksempler på aversive stimuli kan være kjefting, sterkt lys, høy lyd, vond lukt, varme, kulde eller smerte.

Innenfor negativ forsterkning finnes det to prosesser, unngåelse og unnslippelse. Slik atferd omtales ofte som unngåelsesatferd og unnslippelsesatferd. I følge Horne og Øyen (2005) kan våre fysiske omgivelser skape aversive stimuli og danne grunnlag for negativ forsterkning. Mange tilfeller av negativ forsterkning forekommer i samhandling mellom mennesker. Børge Holden har på www.emaa.no (2012) listet opp noen eksempler på dette: «Vi plages av en person og slipper unna ved å si noe lurt. Vi er utrygge og slipper ut av en farlig situasjon ved å tilkalle noen». I begge tilfellene fjernes ubehaget, og sannsynligheten for at vi gjør noe liknende i fremtiden øker. Unngåelse er ofte å foretrekke framfor unnslippelse fordi det kan være lettere å unngå kontakt med ubehagelige personer, enn å bli kvitt dem når de først er der.

Unnslippelse:

Eksempel 1: Marianne er ute og går, og det begynner å regne. Hun tar opp paraplyen, og unnslipper dermed regnet. Hvis hun tar opp paraplyen ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for negativ forsterkning. Den aversive stimulusen er regnet, og den negative forsterkeren er å unnslippe regnet. Atferden som blir forsterket her er å ta opp paraplyen.

Eksempel 2: Abdi er på en fest og snakker med mennesker. Etter en stund blir han lei og unnskylder seg for å gå på do. På denne måten unnslipper han situasjonen. Hvis han unnskylder seg ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for negativ forsterkning. Den aversive stimulusen er menneskene, og den negative forsterkeren er å unnslippe menneskene. Atferden som blir forsterket her er å unnskyld seg for å gå på do.

Unngåelse:

Eksempel 1: Når Marianne sjekker værmeldingen og ser at det er meldt regn blir hun hjemme resten av dagen, og på denne måten unngår hun å bli våt. Hvis hun blir hjemme neste gang det er meldt regn, kaller vi det for negativ for-

sterkning. Den aversive stimulusen er regnet, og den negative forsterkeren er å unngå regnet. Atferden som blir forsterket her er å bli hjemme dersom det meldes regn.

Eksempel 2: Abdi er invitert på fest og vet at det kommer noen mennesker som han helst ikke vil snakke med. Han velger å bli hjemme og unngår da disse menneskene og situasjonen. Hvis Abdi velger å bli hjemme ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for negativ forsterkning. Den aversive stimulusen er mennesker, og den negative forsterkeren er å unngå mennesker. Atferden som blir forsterket her er å bli hjemme fra fest.

Automatisk forsterkning



Når atferd produserer sin egen forsterker uten interaksjon med andre, kan vi kalle det for automatisk forsterkning, også omtalt som sensorisk forsterkning. Her er det atferden eller responsen som er forsterkende i seg selv. Selvstimulering og selvskading kan ofte være opprettholdt av automatisk forsterkning. Selvstimulering er ofte positiv automatisk forsterkning som gir en indre og behagelig kroppslig opplevelse, dette kan være gnikking på øyelokk, massasje av øreflipper eller lignende. Automatisk negativ forsterkning kan være selvskading som fjerner de indre eller kroppslige ubehagelige opplevelsene, som for eksempel tannverk eller mageknip. Stimming kan av og til også være et eksempel av dette. Et mer dagligdags og gjenkjennbart eksempel på automatisk forsterkning kan være fikling med penn eller tegning av kruseduller under møter eller telefonsamtaler (Isaksen & Karlsen, 2013). Fidgetspinner er for tiden en aktuell «dings» som kan være opprettholdt av automatisk forsterkning dersom man driver med den når man er alene.

Deprivasjon og metning

I følge Cooper et al., (2007) blir deprivasjon definert som tilstanden en organisme befinner seg i med tanke på hvor lang tid det har gått siden den har fått tilgang på en viss type forsterker. Hvis vi har vært uten noe vi liker en stund, øker som regel lysten på det. Det er med andre ord en prosedyre som kan øke effekten av en forsterker. Effekten av en positiv forsterker øker som regel når man har hatt begrenset eller liten tilgang på den på en stund. Eksempler kan være tid uten godteri, mat, aktivitet, sosial kontakt eller sanseintrykk. Liten tilgang på forsterkere over tid kaller vi for deprivasjon. Deprivasjon er en etablerende operasjon som øker forsterkerens effektivitet (Holden, 2009).

Metning er det motsatte av deprivasjon. Full tilgang til en gitt type forsterker over tid, vil utslette effekten av den gitte forsterkeren. Få personer vil vise utfordrende atferd når de er mettet på forsterkere som opprettholder atferden. Dette er en prosedyre som vil redusere atferd som tidligere har ført til forsterkeren som nå er tilgjengelig hele tiden uavhengig av atferd. Metning er en opphevende operasjon, hvor effekten av forsterkeren oppheves.

Eksempler:

<p>Deprivasjon</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Det er lenge siden Petter har sjekket facebooksin, han gjør hva som helst for å få tilgang til internett. • Henrik elsker cola. Han får mulighet til å opparbeide seg en cola hvis han vasker opp. Det er lenge siden sist han drakk en cola. Henrik vasker opp.
<p>Metning</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Petter har fri tilgang til internett, tilgang til facebook vil da ikke lenger være forsterkende. • Henrik har skapt fullt av cola. Han får tilbud om å opparbeide seg en cola fra personalet hvis han vasker opp. Henrik vasker ikke opp.

Registrering

Grunnen til å registrere er at man skal se den faktiske forekomsten av en type atferd, istedenfor at man går rundt og tror eller synser om ting. Vi må tenke over hvorfor vi ønsker å registrere, og nøyaktig hva det er vi ønsker å finne svaret på. Vi skal ikke registrere bare for å registrere eller for at det er gammel vane. Vi skal avslutte registreringen når vi har fått svar på det vi er ute etter. Vi må huske på at det er mange etiske vurderinger som må gjøres når vi skal «overvåke» andres atferd.

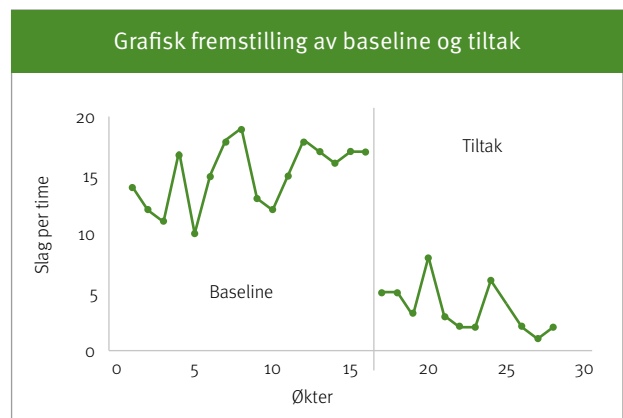
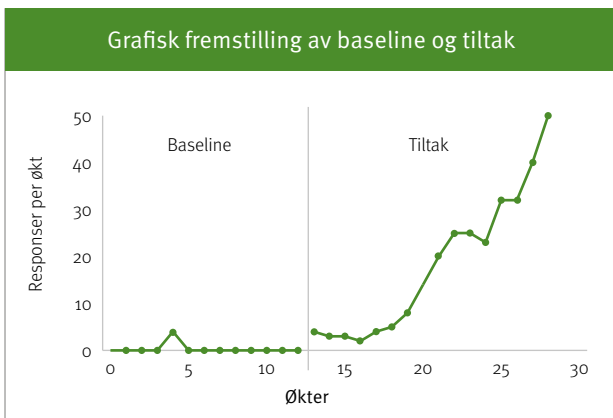
Baseline

For å kunne kartlegge om endringer av miljøbetingelser bidrar til ønsket effekt på målatferd, må man ha et referansepunkt. Før tiltak igangsettes, registreres derfor hyppighet og forekomst av angitt målatferd uten endringer av miljøbetingelsene. Denne registreringen kaller vi for baseline (Svartdal & Holth, 2003). Det er som tidligere omtalt viktig at målatferden er tydelig operasjonalisert (definert). Vi fortsetter registreringen etter at nye tiltak iverksettes, og kan dermed sammenligne effekten før og etter tiltak. Ved å foreta baselineregistreringer vil vi unngå subjektive oppfatninger og syning om hvorvidt tiltakene har effekt eller ikke. Et eksempel kan være i forkant av endring i medisinerig, hvor man registrerer målatferd før og etter endring, for å se om den har ønsket effekt.

Eksempel 1: Personalet opplever at en bruker selvskader mye, i form av slag mot hodet. Før man iverksetter tiltak for å redusere dette, er det viktig med kartlegging og registreringer av konkrete situasjoner med nøyaktige beskrivelser av mål-

atferden. Baselineregistreringen viser at det er gjennomsnittlig nesten 15 slag mot hodet i timen, når han er i egen leilighet. Registreringer i etterkant av tiltaket viser her at tiltaket har hatt effekt da antall slag har blitt redusert til gjennomsnittlig 4 slag i timen når han er i egen leilighet.

Eksempel 2: Her ser vi registrering av ønskede responser per økt før tiltak iverksettes. Videre ser vi antall responser per økt etter at man har iverksatt tiltak. I dette eksempelet er det lett å se at tiltaket har hatt effekt.



Registreringssystemer

Det finnes utallige måter å registrere målatferd på og det er flere dimensjoner av atferd som kan registreres.

Antall ganger eller hyppighet. Det er mange typer atferd som kan telles, hvor atferden har en begrenset varighet med en klar begynnelse og slutt. Dette er kanskje den vanligste måten å registrere atferd på. Eksempler kan være: antall cola som drikkes, antall spørsmål som stilles, antall glass som knuses, antall klesskift per time, antall slag mot hodet...

Det finnes flere måter man kan telle atferd på, for eksempel kan man bruke penn & papir, «klikker» (sauteteller), fyrstikker, apper på telefonen eller en slik gammeldags matematikkhjelper du ser på bildet. Her vil man fortløpende kunne registrere hver enkelt forekomst av målatferden.

Her viser vi et enkelt eksempel på hvordan man kan registrere antall glass vann som blir inntatt per klokke time i løpet av en ettermiddag:



Måltid/dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Frokost	20 min	17 min	60 min				
Lunsj	15 min	22 min	0 min				
Middag	30 min	0 min					
Kvelds	0 min	0 min					
Sum antall minutter	65 min	39 min					
20-21	I						
21-22	III						

Klokkeslett	Antall glass vann
15-16	IIII
16-17	-
17-18	II
18-19	III
19-20	-
20-21	I
21-22	III

Varighet: Noen ganger kan det være hensiktsmessig å registrere varigheten av atferden, for å se hvor mye tid som går med til den. Eksempler kan være måltider, selvstimulering, søvn, trening, lesing. Det kan også være interessant å registrere latenstid, f. eks tid fra instruks gis til atferd fremvises.

I tabellen under viser vi et enkelt eksempel på hvordan man kan registrere hvor mange minutter som går med til måltider per dag.

Styrke eller intensitet: Noen ganger sier ikke antall eller varighet så mye om omfanget av atferden. Atferden kan være lik i antall og varighet, men intensiteten kan endres. For eksempel kan en bruker selvskade like mye som før, men med en kraftigere intensitet. Hvis man bare måler etter antall eller varighet, vil man ikke fange opp endring i styrke eller intensitet. Et eksempel her kan være desibelmåler når man skal registrere høye lyder.

Noen ganger kan det være nødvendig å bruke flere dimensjoner av atferden når man registrerer, for å få et klart bilde av forekomsten.

Se vedlegg nr. 2 og 3, bakerst i heftet, for flere eksempler på registreringsskjemaer.

Oppgaver til kompetansenivå 1

(fyll ut det du har lært)

1. **Hvor mange typer atferd klarer du å registrere hos en av dine kollegaer i løpet av 1 minutt?**
2. **Hvem tenker du er grunnleggeren av atferdsanalysen?**
3. **Kan du komme på eksempler i løpet av dagen hvor du har blitt «utsatt for» positiv eller negativ forsterkning?**

Hvilke tre områder deler vi atferdsanalysen inn i?

Både positiv og negativ forsterker er en konsekvens som _____ forekomsten av en atferd i fremtiden.

Hanne sitter i stua og ser på TV. Hun ønsker å høre hva de sier, men volumet er for lavt. Hun finner fjernkontrollen og skrur opp lyden. Nå hører hun hva de sier. Hvis Hanne skrur opp lyden i fremtiden når volumet er for lavt, kalles denne prosessen _____ forsterkning. Forsterkeren i dette eksempelet er _____.

Marianne er ute og går, og det begynner å regne. Hun tar opp paraplyen, og unnslyper dermed regnet. Hvis hun tar frem paraplyen ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for _____ forsterkning. Den aversive stimulusen er _____, og forsterkeren er _____.

Abdi er på en fest og snakker med mennesker. Etter en stund blir han lei og unnskylder seg for å gå på do. På denne måten _____ han situasjonen. Hvis han unnskylder seg ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for _____. Den aversive stimulusen er _____, og forsterkeren er _____. Atferden som blir forsterket er _____.

Mette sitter alene i fellesrommet og lager bråk. Inez og Camilla kommer løpende og gir Mette oppmerksomhet og Mette slutter dermed å bråke. Hvis Mette fortsetter å lage bråk når hun er alene i fellesrommet, kaller vi dette _____. Forsterkeren i dette eksempelet er _____.

Når Marianne sjekker værmeldingen og ser at det er meldt regn blir hun hjemme resten av dagen, og på denne måten _____ hun å bli våt. Hvis hun blir hjemme neste gang det er meldt regn, kaller vi det for _____. Den aversive stimulusen er _____, og forsterkeren er _____. Atferden som blir forsterket er _____.

Abdi er invitert på fest og vet at det kommer noen mennesker som man helst ikke vil snakke med. Han velger å bli hjemme. Han _____ da disse menneskene og situasjonen. Hvis Abdi velger å bli hjemme ved en lignende anledning i fremtiden, kaller vi det for _____. Den aversive stimulusen er _____, og forsterkeren er _____. Atferden som blir forsterket er _____.

Vi kan dele inn i flere grupper positive forsterkere: _____

Eksempler på aversive stimuli kan være: _____

Registrering av målatferd før iverksetting av tiltak kaller vi for _____.

Kan du komme med eksempler på hvordan man kan registrere atferd?

Metning er en _____ operasjon, hvor effekten av forsterkeren oppheves.

Deprivasjon er en _____ operasjon, hvor forsterkeren blir etablert som effektiv.

Hvordan ville du operasjonalisert disse atferdene:

Takke for maten	
Hilse på andre	
Slag mot hodet	
Spytting	
Utskjelling	

Kompetansenivå 2

– Viderekommen kunnskap

Det er forventet at ansatte i Tilrettelagte boliger – Tiltak for utviklingshemmede som har over 50 % stilling, skal ha viderekommen kunnskap om disse temaene innenfor atferdsanalysen:

- Tretermkontingensen (foranledning, atferd, konsekvens)
- Positiv og negativ straff
- Respondent og operant atferd
- Klassisk og operant betinging

Tretermkontingensen

Foranledning → Atferd → Konsekvens = tretermkontingensen

Det vi har tatt for oss så langt har handlet om hva som skjer etter at en atferd forekommer, nemlig konsekvensene, men ofte kan det være nyttig å gå et steg tilbake å se på hva som skjer før atferden forekommer. Det kan være en utløsende faktor som

vi ikke fanger opp ved å se på konsekvenser. Når vi snakker om det som skjer før en atferd forekommer snakker vi om foranledninger. Cooper et al., (2007) definerer en foranledning som en endring i omgivelsene som forekommer før atferd.

Foranledning er altså hendelser som skjer i forkant av responser, og som påvirker disse responsene. Dette kan være en avgrenset fysisk hendelse, en kombinasjon av flere hendelser, et forhold mellom hendelser eller en kombinasjon av ulike hendelser. Et eksempel på dette kan være lyden av ringeklokka, som gjør at vi reiser oss for å gå og åpne døra.

En respons (atferd) igangsettes i nærvær av en foranledning (stimulus) og blir deretter etterfulgt av en konsekvens, det er dette vi kaller for tretermkontingensen (Isaksen & Karlsen, 2013). Begrepet respons er sammenlignbart med begrepet atferd, men viser til en mer spesifikk og avgrenset handling. Atferd kan være flere responser, og er mer en generell term. En stimulus er en endring i omgivelsene. Konsekvensene av en atferd er det som etterfølges av en atferd eller respons.

Begrepet kontingens refererer til relasjonen mellom foranledning, respons og konsekvenser.

Hvis en konsekvens er kontingent på en bestemt respons, vil konsekvensen bare forekomme dersom responsen forekommer (Isaksen og Karlsen, 2013).

KJÆRT BARN HAR MANGE NAVN

FAK – SKJEMA	F (Foranledning)	A (Atferd)	K (Konsekvens)
ABC- SKJEMA	A (Antecedent)	B (Behavior)	C (Consequence)
Sd – R – Sr – SKJEMA	Sd (Diskriminativ stimulus)	R (Respons)	Sr (Stimulus Reinforcer)

Eksempler:

FORANLEDNING	ATFERD	KONSEKVENNS
«Si navnet på en dinosaurtype»	«Tyrannosaurus Rex»	«Flott»
Det stinker under vasken	Tar ut søppel	Slutter å stinke
Glatt vei	Kjører i normal fart	Krasjer i bilen foran
Blir bedt om å pusse tenner	Slår personalet	Slipper å pusse tenner

Straff

Straff som tiltak eller metode er i utgangspunktet ikke anbefalt, da det kan føre til uønskede konsekvenser og fordi det kan anses som etisk uforvarlig. Bruk av straff kan ofte utløse følelsesmessige reaksjoner og aggresjon i form av sinne og frustrasjon. En person kan velge å lyve, jukse eller rømme fra situasjoner hvor de kan bli utsatt for straff. Eksempelvis kan en person velge å utebli på neste møte, dersom hun har fått mye kjeft fra miljøterapeuten på forrige møte.

I kompetansenivå 1 snakket vi mye om forsterkning, som er en prosedyre vi bruker når vi ønsker å øke forekomst av en type atferd. Nå skal vi se litt på en omvendt prosedyre, hvor det handler om å redusere forekomsten av fremvist atferd. Straff betyr at en atferd reduseres som følge av en konsekvens, og vi skiller mellom positiv og negativ straff. Det kan ofte være litt forvirrende når vi snakker om positiv og negativ. Uttrykkene positiv og negativ har heller ikke her noe med verdier eller etikk å gjøre. I atferdsanalysen bruker vi det i matematisk betydning, tenk gjerne på fortegnene pluss og minus. Positiv betyr at noe legges til, og negativ betyr at noe trekkes fra eller fjernes.



Det finnes en del etiske vurderinger man må ta i betraktning når man snakker om straff som metode. Cooper et al., (2007) deler inn i tre store utfordringer;

ETISKE VURDERINGER

Brukers rett til trygg og human behandling. Dette betyr at behandlingen ikke skal sette personal eller bruker i fysisk eller psykisk fare. Behandlingen skal være effektiv og skal avsluttes om den ikke lenger er det, den skal utøves med omsorg og den skal ta hensyn til brukers fysiske, psykiske og sosiale behov.

Fokus og ansvar for minst mulig inngripende behandling (Least Restrictive Alternative). Vi har plikt til å prøve ut de minst inngripende prosedyrene først. Om en prosedyre viser seg ikke å være effektiv, går man videre til neste minst mulig inngripende prosedyre. Vi anser positiv forsterkning som mindre inngripende enn negativ forsterkning, og vi anser forsterkning som mindre inngripende enn straff. Videre anser vi negativ straff som mindre inngripende enn positiv straff. Så langt det er mulig skal ikke behandlingen vi iverksetter påvirke brukerens liv mer enn det som er nødvendig.

Brukers rett til effektiv behandling. Dersom man har prøvd lite inngripende prosedyrer som ikke har gitt ønsket resultat, må man ta en vurdering på skadeomfanget av brukers atferd. Hvis det er mindre skadelig med en mer inngripende prosedyre, vil det være etisk forsvarlig å sette i gang en straffeprosedyre.

Positiv straff

Når en aversiv stimulus blir presentert umiddelbart etter en atferd, og hvis resultatet er redusert forekomst av denne typen atferd i framtiden, kaller vi det for positiv straff. En aversiv stimulus er noe vi ønsker å ha minst mulig kontakt med.

Eksempel 1: Jonny er ute og går tur med hunden sin. Hunden bjeffer på en forbipasserende. Jonny spruter vann på den, og hunden slutter å bjeffe. Hvis hunden ikke bjeffer på forbipasserende neste gang, kaller vi dette positiv straff. Den aversive stimulusen er vannet og atferden som blir straffet er bjeffingen.

Eksempel 2: Raymond snakker ofte og høyt i timen uten å rekke opp hånden først. Læreren kjefter på han, og ber han om å be om ordet hvis han vil si noe. Hvis Raymond slutter å snakke uten å be om ordet først, kaller vi dette positiv straff. Den aversive stimulusen er kjeftingen og atferden som blir straffet er å snakke uten å ha bedt om ordet.

Eksempel 3: Hesten «Blue» står på et jorde med elektrisk gjerde rundt. Han kommer borti gjerdet og får dermed støt. Hvis Blue holder seg borte fra gjerdet i fremtiden, kaller vi dette positiv straff. Den aversive stimulusen som blir tilført er støtet fra gjerdet, og atferden som blir straffet er å komme borti gjerdet.

Negativ straff

Negativ straff forekommer når en stimulus blir fjernet umiddelbart etter en respons, og som resultat av dette reduseres forekomsten av denne typen atferd i fremtiden (Cooper et al., 2007). I praksis kan man si at atferden blir redusert fordi et ønsket gode blir tilbakeholdt, eller at man taper en forsterker som følge av en respons.

Eksempel 1: Kenneth kjører en helt strøken Tesla X. Han glemmer vikeplikten, og får en bil i siden og dermed en stygg bulk. Han retter ut bulken og bilen er igjen strøken. Dersom Kenneth ved senere anledning overholder vikeplikten, kan vi kalle dette for negativ straff. Tapet av en strøken Tesla er godet som blir tilbakeholdt, og det at han ikke overholder vikeplikten er atferden som blir straffet.

Eksempel 2: Carl sitter og spiller på datamaskinen. Han begynner å hyle. Personalet fjerner datamaskinen. Hvis Carl ikke hyler neste gang han sitter og spiller, kaller vi dette for negativ straff. Tapet av datamaskinen er godet som blir tilbakeholdt, og det at han hyl er atferden som blir straffet.

Time-out

Time-out er en prosedyre for å bli kvitt uønsket atferd. Det er en

straffeprosedyre som går ut på å fjerne forsterkerne ved forekomst av slik atferd. Time-out betyr med andre ord tid borte fra forsterkerne som normalt er tilgjengelige. Eksempler på slike forsterkere kan være leker på lekerommet, deltakelse i aktiviteter eller samvær og oppmerksomhet fra voksne (Cooper et al., 2007).

Responskost

Responskost er navnet på en type negativ straffeprosedyre. Her fjernes tidligere opptjente forsterkere dersom det er forekomst av definert uønsket atferd. Eksempler på forsterkere er konkrete ting som mat, penger, poeng eller token (Cooper et al., 2007).

Straffeprosedyrer følger samme prinsippet som straff, det må føre til reduksjon i atferd.

Her er en oversikt over sammenhengen mellom positiv og negativ forsterkning, og positiv og negativ straff:

	Øke/oppretholde atferd FORSTERKNING	Redusere atferd STRAFF
Tilføre Stimulus POSITIV	POSITIV FORSTERKNING	POSITIV STRAFF
Fjerne/Unngå stimulus NEGATIV	NEGATIV FORSTERKNING	NEGATIV STRAFF

PROSEDYRER FRA MINST TIL MEST INNGRIPENDE

Husk at vi alltid skal forsøke det minst mulig inngripende tiltak

1. Positiv forsterkning
2. Negativ forsterkning
3. Negativ straff
4. Positiv straff

Respondent og operant atferd

Alle levende organismer er født med en evne til å respondere på en rekke stimuli, uten at dette er lært. Disse atferdene kaller vi for respondent atferd. Respondent atferd er atferd som direkte utløses av en foranledning og vi omtaler det ofte som reflekser. Blinking med øyne, nysing, spyttproduksjon, endret hjerterytme eller pust er typiske reflekser utløst av endringer i omgivelsene.

Vi sier at operant atferd er selektert og opprettholdt av tidligere konsekvenser. Når vi snakker om seleksjon av atferd på individnivå, innebærer det at den atferden som vi i en gitt situasjon mener er mest hensiktsmessig, vil utkonkurrere annen atferd. Det vil si at atferden selekteres, eventuelt forsterkes og opprettholdes, som en funksjon av sine konsekvenser. Dette betyr at konsekvensene bestemmer hvilke atferder som vil fortsette eller øke i lignende situasjoner i fremtiden. Begrepet operant viser til at atferden opererer på omgivelsene. Dette kalles ofte som målrettet eller viljestyrt atferd.

Vi kan si at både respondent og operant atferd står i et gjensidig avhengighetsforhold til hverandre, henholdsvis til forutgående stimuli og påfølgende konsekvenser.

Eksempelvis om man stikker hånden under for varmt vann, trekker man hånden refleksivt tilbake (respondent atferd). Den andre hånden justerer kanskje på temperaturen på kranen på samme tid (operant atferd), og det forekommer både respondent og operant atferd samtidig (Isaksen & Karlsen, 2013).

Klassisk og operant betinging

Hvorfor gjør vi som vi gjør?

DEFINISJON PÅ KLASSISK BETINGING

«Organismen lærer en forbindelse mellom to hendelser (stimuli), der en stimulus er et signal på at en annen stimulus av større biologisk betydning vil inntreffe. Organismen forbinder eller assosierer en stimulus med en annen» (Eikeseth og Svartdal, 2003).

Klassisk betinging blir også omtalt som respondent eller pavloviansk betinging.

Klassisk og operant betinging er to viktige og sentrale begreper innenfor atferdsanalysen for å kunne forstå og forklare atferd. Betinging innebærer at en levende organisme lærer at noe avhenger av noe annet.

Klassisk betinging

Klassisk betinging er navnet på et fenomen Pavlov studerte på slutten av 1800-/begynnelsen av 1900-tallet. Han skulle egentlig studere hunders fordøyelsessystem, som begynner med at det utskilles spytt i munnen. Han ble etterhvert fascinert av at hundene begynte å sikle med én gang han kom inn i rommet og også før de hadde fått mat i munnen. Da begynte Pavlov å studere dette fenomenet i stedet.

Nøytral stimulus	En stimulus vi ikke har noe forhold til og som ikke utløser responser
Ubetinget stimulus	En stimulus som vi har et medfødt forhold til og som utløser en medfødt/automatisk/ulært respons
Betinget stimulus	En tidligere nøytral stimulus som utløser responser, etter at den har blitt parett med en ubetinget stimulus eller andre betingede stimuli
Diskriminativ stimulus	En stimulus som foranlediger atferd fordi den tidligere har vært tilstede når atferden har blitt forsterket
Ubetinget respons	Medfødte, automatiske, og ulærte responser
Betinget respons	En respons som er lært gjennom gjentatt paring med ubetinget stimulus

Pavlov ga hundene mat samtidig som det forekom en høy lyd. Dette gjorde han mange ganger. Så satte han på lyden uten å gi hundene mat. Da fant han ut at de siklet likevel. Pavlov hadde altså fått hundene til å sikle når de hørte den høye lyden. Han gjorde det samme med bl.a. en bjelle, lys og strømstøt. Selv når hundene fikk strømstøt begynte de å sikle.

Innen atferdsanalyse kaller vi maten for en ubetinget stimulus fordi den alltid og alene utløser en refleks, i dette tilfellet sikling. Vi kan derfor si at maten er en «ulært» (ubetinget) stimulus. Man trenger ikke å lære å sikle når man får mat i

munnen- det bare skjer. Den høye lyden er derimot en betinget stimulus. Det er fremdeles en refleks som utløses, sikling, men nå utløses det av en stimulus hunden har lært.

Et annet eksempel kan være luft som blåses mot øyet, som fører til at øyet lukker seg av refleks. Lufta som blåses mot øyet er en ubetinget stimulus fordi den alltid og alene utløser refleksen (blunke). Dersom et gult lys presenteres gjentatte ganger samtidig som det blåses luft mot øyet, vil det gule lyset etter hvert utløse blunkingen selv om det ikke blir blåst luft mot øyet. Det gule lyset blir da en betinget stimulus, det er en refleks som utløses, men den utløses av en stimulus individet har lært.

Når det gjelder klassisk betinging er det altså snakk om stimuli og reflekser samt følelser. Vi har en ubetinget stimulus som utløser en refleks hos individet. Vi kan så lage en betinget stimulus ved å pare den betingede stimulusen med den ubetingede stimulusen gjentatte ganger. Da vil den betingede stimulusen utløse samme refleks, men den er allikevel lært.

Alle refleksene kjennetegnes ved at de utløses av en stimulus og ikke er «bevisst» eller viljebestemt utført av individet. Reflekser er en automatisk, ufrivillig og stereotyp respons utløst av en sensorisk stimulus. Har du kontroll er det altså ikke en refleks. For at vi skal kunne kalle det en refleks, må nesten alle individer innen en art vise samme atferd på samme stimulus. Reflekser er livsviktige og automatiske mekanismer som ligger utenfor din vilje eller evne til å velge. Refleksene vil altså ikke styres av de konsekvensene atferden får, og endres ikke ved at du belønner eller straffer dem. Det eneste man kan endre er hvilke stimuli som utløser reflekser - man kan ikke endre refleksene selv.

Kilde; (<http://www.canis.no/bibliotek/artikkel.php?artid=179,lest 11.05.2017>)

Reflekser:

Adaptive reflekser	For eksempel knerefleksen, sikling eller øyeblikningsrefleksen
Orienteringsrefleks	Man orienterer mot det som utløste refleks
Forsvarsrefleks	Forbundet med kamp- eller fluktreaksjoner og forbereder kroppen på kamp eller flukt
Støkkerefleks	Det vi ser dersom vi spretter fram og skremmer noen

DEFINISJON PÅ OPERANT BETINGING

«Operant betinging er en form for læring hvor individets atferd blir endret av konsekvenser atferden leder til. Atferden kan endres i utseende, frekvens eller styrke» (Svartdal & Flaten, 1998).

Operant betinging

Operant betinging er studert i en rekke situasjoner, hvorav Skinnerboksen, som er oppkalt etter den amerikanske psykologen B. F. Skinner, er den mest kjente. Forsøksobjektet, typisk due eller rotte, plasseres i et bur, og kan oppnå en ønsket konsekvens (mat) ved å avgi responser (trykk på hendelen, hakking på skiven el.l.). Når vi snakker om operant betinging så snakker vi om atferd som styres av konsekvensene. Positiv og negativ forsterkning er eksempler av operant betinging. Operant betinging beskriver all læring som ikke handler om reflekser, men som vi kan kalle «viljestyrt» eller «målrettet» atferd. Vi sier gjerne at individet opererer på miljøet, derav ordet operant.

Eksempel 1: En hund som skal lære å sitte på kommando, gis en godbit når den setter seg. Da vil hunden mest sannsynlig sette seg igjen for å se om den får noe godt. Hundens atferd er «målrettet» ved at den setter seg for å få godbiten.

Eksempel 2: Hvis barnet får masse ros etter at det har ryddet på rommet, kan sannsynligheten for at ryddingen vil forekomme ved en senere anledning bli større enn hvis det ikke får ros den første gangen. Sannsynligheten for at en atferd blir gjentatt, øker også hvis atferden fører til at ubehag fjernes. Eksempler kan være at man tar på seg lue for ikke å fryse på ørene, slår av alarmen for å unngå lyden eller smører de bakglatte skiene for å slippe at man glir bakover.

Forskjellen på klassisk betinging og operant betinging

Ting blir kanskje noe klarere når man sammenligner klassisk og operant betinging. Forskjellen er at responsen ved klassisk betinging blir utløst av bestemte stimuli og konsekvensen av refleksen er uten betydning for om refleksen gjentas neste gang. Refleksen vil alltid utløses uansett hva den fører til (påvirkes ikke av straff eller belønning). Når man snakker om operant atferd er denne utført mer eller



mindre av fri vilje, og individet har et mål med det den gjør og atferden formes av den konsekvensen atferden har (påvirkes av straff eller belønning).

Eksempler på klassisk betinging;

Eksempel 1: Du er hos legen og knerefleksen din blir sjekket. Leggen din spretter ut uten at du har bedt den om det – det er en refleks og du har derfor ikke kontroll over foten din. Dessverre står det noe i veien og du smeller derfor leggen din rett opp i benken foran deg. Det gjør veldig vondt! Legen må gjøre undersøkelsen én gang til. Selv om du fikk vondt i leggen vil faktisk leggen din sprette ut igjen når hun slår. Selv om du erfarte smerte ved å sparke ut, vil refleksen utløses likevel. Og til og med hvis du igjen sparker leggen hardt i benken, vil refleksen utløses når legen slår deg på kneet atter en gang.

Eksempel 2: Du er med i et forsøk der du har lært å sikle hver gang du ser et gult lys. Sitron ble brukt som ubetinget stimulus fordi du alltid produserer spytt når du får en sitronbåt i munnen. Det gule lyset ble parett med sitronen mange ganger, til du siklet mye når det gule lyset ble slått på. Du blir plutselig lovet en luksushytte på fjellet hvis du ikke sikler når det gule lyset kommer på. Tror du at du blir hytteeier? Dessverre! Spyttproduksjonen er en refleks du ikke kan styre. Så det er bare å gå innom Narvesen på vei hjem og kjøpe deg et Flax-lodd!

Eksempler på operant betinging:

Eksempel 1: Hvis vi skal lære hunden å sitte på kommando kan vi gjøre det ved å gi hunden en godbit når den setter seg. Hunden vil da etter hvert sette seg for å få godbiten. Vi gir hunden en godbit hver gang den setter seg raskt, og vi sier «sitt» samtidig som den setter seg eller vi påvirker den til å sette seg. Etter en stund sier vi: «Sitt» først, og når hunden setter seg belønner vi den med f.eks. en godbit. Dette er et eksempel på operant betinging. Når vi kommer med et kommandoord må hunden utføre en atferd for å få belønningen. Hunden utfører en atferd for å få godbiten. Denne atferden utløses ikke av kommandoen som en refleks, men er «målrettet» og viljestyrt. Kommandoen «sitt» kalles en diskriminativ stimulus. Det er en stimulus som signaliserer at en bestemt atferd vil få bestemt konsekvens.

Eksempel 2: Når telefonen ringer er det en diskriminativ stimulus for atferden «å ta telefonen». Konsekvensen av at du tar telefonen er at du får snakke med noen i den andre enden, men dette skjer jo bare når telefonen faktisk ringer. Hvis du sier hei i telefonen uten at den ringer, får du neppe noe svar i den andre enden.

Det er forskjell mellom ubetingede og betingede stimuli og en diskriminativ stimulus. Vi har nå lært at en ubetinget stimulus utløser alltid og alene en refleks. Etter betinging vil en betinget

stimulus også utløse samme refleks - hver gang - uansett konsekvens.

En diskriminativ stimulus utløser ikke refleks slik ubetingede og betingede stimuli gjør i klassisk betinging. En diskriminativ stimulus signaliserer at «hvis du utfører atferden vil det føre til en bestemt konsekvens». Individet har et valg. Når telefonen ringer kan man la den ringe eller man kan løfte av røret. Når man sier «sitt» til hunden har den også to muligheter. Den kan sette seg eller den kan la være å sette seg. Hunden har et valg siden det å sette seg ikke er en refleks. Ordet «sitt» er en diskriminativ stimulus som signaliserer at hvis hunden setter seg kan den bli belønnet.

Oppsummering

En klassisk betinget atferd vil utløses uavhengig av konsekvensene atferden har. En operant betinget atferd vil endres av konsekvensene atferden har. Leggen din spretter fortsatt opp når legen sjekker refleksen din selv om det gjorde vanvittig vondt sist gang du sparket i benken - du har ingen kontroll på det som skjer. Hunden kan derimot slutte å sette seg når du sier «sitt» dersom den får et heftig klaps på ryggen hver gang den setter seg. Når du sier «sitt» vil altså ingen refleks utløses, men hunden kan velge å sette seg eller velge å la være. Man kan si at den diskriminative stimulusen ikke utløser atferd - men den øker nok sannsynligheten for at atferden blir utført.

Kilde; (<http://www.canis.no/bibliotek/artikkel.php?artid=179>, lest 11.05.2017)

KLASSISK BETINGING – OPERANT BETINGING

Klassisk betinging handler om refleks. Disse refleksene utløses og kan ikke styres av individet. Refleksene er like for alle innen samme art, og kan ikke forandres. De påvirkes ikke av konsekvensene atferden får.

Operant betinging handler om læring av atferd som er "måltrett" og viljestyrt, der individet gjør noe for å oppnå et eller annet (f.eks. setter seg for å få en godbit). Operant atferd styres av konsekvensene atferden får der vi ser mer av atferd som forsterkes og mindre av atferd som straffes



Oppgaver til kompetansenivå 2

(fyll ut det du har lært)

1. **Har du eksempler på foranledninger for din atferd?**
2. **Hva tenker du om rettssystemet i Norge? Fengselsstraff/ bøter ol. Fungerer det som en straffeprosedyre?**

Fyll ut det som mangler:

	Atferd øker	Atferd reduseres
Noe tilføres	Positiv forsterkning	
Noe fjernes		Negativ straff

Kenneth kjører en helt strøken Tesla X. Han glemmer vikeplikten, og får en bil i siden og dermed en stygg bulk. Han retter ut bulken og bilen er igjen strøken. Dersom Kenneth ved senere anledning overholder vikeplikten, kan vi kalle dette for _____.

Jonny er ute og går tur med hunden sin. Hunden bjeffer på en forbipasserende. Jonny spruter vann på den, og hunden slutter å bjeffe. Hvis hunden ikke bjeffer på forbipasserende neste gang, kaller vi dette for _____. Den aversive stimulusen er _____ og atferden som blir straffet er _____.

Carl sitter og spiller på datamaskinen. Han begynner å hyle. Personalet fjerner datamaskinen. Hvis Carl ikke hylar neste gang han sitter og spiller, kaller vi dette for _____.

Raymond snakker ofte og høyt i timen uten å rekke opp hånden først. Læreren kjefter på han, og ber han om å be om ordet hvis han vil si noe. Hvis Raymond slutter å snakke uten å be om ordet først, kaller vi dette for _____. Kjeftingen er den _____ og atferden som blir straffet er _____.

Fyll ut det som mangler:

	En stimulus vi ikke har noe forhold til og som ikke utløser responser
	En stimulus som vi har et medfødt forhold til og som utløser en medfødt/automatisk/ulært respons
	En tidligere nøytral stimulus som utløser responser, etter at den har blitt parert med en ubetinget stimulus eller andre betingede stimuli
	Medfødte, automatiske, og ulærte responser
	En respons som er lært gjennom gjentatt paring med ubetinget stimulus

Vi sier at operant atferd er selektert og opprettholdt av tidligere _____.

_____ atferd er atferd som direkte utløses av en foranledning og vi omtaler det ofte som reflekser.

Kommandoen "sitt" kalles på atferdsanalytiskspråk for en _____ stimulus. Det er en stimulus som signaliserer at en bestemt atferd vil få bestemt konsekvens.

Fyll ut det som mangler:

FAK – SKJEMA			
ABC- SKJEMA	A (Antecedent)		C (Consequence)
Sd – R – Sr – SKJEMA	Sd (Diskriminativ stimulus)		

Kompetansenivå 3

– Utvidet kunnskap

Alle miljøterapeuter og ledere i Tilrettelagte boliger – Tiltak for utviklingshemmede, skal i tillegg til kompetansenivå 1 og 2 ha utvidet kunnskap om

- Tegnøkonomi
- Atferdsavtaler
- Funksjonell kartlegging
- Forsterkningsskjemaer
- Prompt
- Shaping
- Atferdsmomentum
- Premacks prinsipp
- Differensiell forsterkning
- Vernepleierens metoderekke

Tegnøkonomi



Et velkjent eksempel på tegnøkonomi, er alle de bonuskortene man får utdelt, eks hver 5. kaffe gratis.

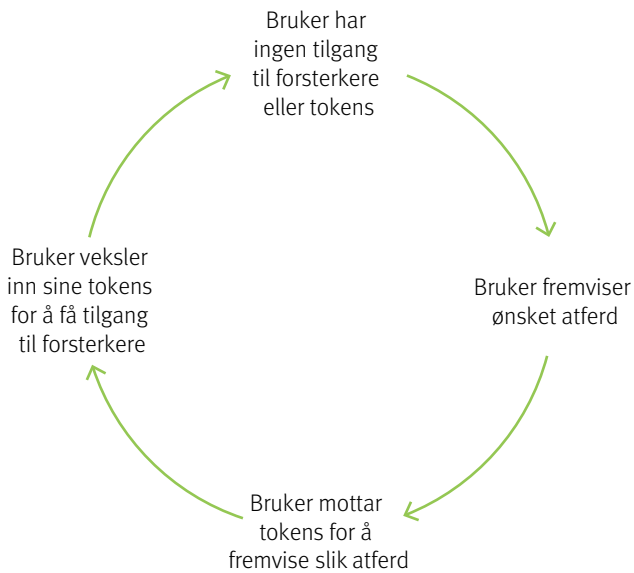
Tegnøkonomisystemet ble utviklet på 1960-tallet, og baserer seg på prinsippet om operant betingning (Ayllon & Azrin, 1968). Operant betingning vil si at atferd selekteres av sine konsekvenser som følger atferden umiddelbart, hvor en konsekvens i

form av en forsterker gjør at det er en økt sannsynlighet for at lignende atferd gjentas i fremtiden (Cooper et al., 2007). Det vil si at hva som etterfølger en atferd påvirker hvordan atferden vil se ut i fremtiden. Tegnøkonomi er et atferdsendrende system som enkelt kan tilpasse seg til enkeltindivider og små grupper. Gjennom en rekke studier har det vist seg at tegnøkonomi effektivt kan endre atferd hos mennesker med utviklingshemming, skolebarn og psykiatriske pasienter (Kazdin, 1972, 77, 82; Doll et al., 2013).



Konsekvenser som etterfølger atferd i et tegnøkonomisystem er tokens. Ifølge Kazdin & Bootzin (1972) er det en rekke ulike fordeler med å bruke tokens som forsterkere. De er fysiske og håndfaste, slik at de kan telles. Tokens er lett å bære med seg, og man har muligheten til å oppnå presis forsterkerlevering. De er holdbare i påvente av en sluttforsterker, og på den måten så lager man en bro mellom tokens og sluttforsterkere. Ofte kan slike tokens ta form som sjetonger, klistermerker, kryss eller mynter. Tokens har i utgangspunktet ingen forsterkende verdi i seg selv, men kan gis en forsterkende verdi gjennom at de pares sammen med ubetingede forsterkere eller primære forsterkere. Sluttforsterkere kan være ønskelige goder i form av for eksempel mat, drikke eller aktiviteter. Fordi tokens kan veksles i en rekke sluttforsterkere kalles de for generaliserte betingede forsterkere. Penger er et annet eksempel på en generalisert betinget forsterker. Cooper et al., (2007) påpeker at styrken til generaliserte betingede forsterkere er at de i liten grad påvirkes av motivasjonelle operasjoner. Du kan lese mer om motivasjonelle operasjoner under nivå 4.

Figuren illustrerer gangen i et tegnøkonomisystem. En bruker av tegnøkonomi har i utgangspunktet ingen tilgang til tokens. For å få tilgang til tokens må bruker fremvise ønsket atferd. Bruker får da tilgang til tokens, og disse kan i neste omgang veksles inn i ønskelig goder. Slutten av sirkelen viser at bruker på nytt ikke har tilgang til tokens og må fremvise mer ønsket atferd for igjen å få tilgang til nye tokens.



Et motivasjonssystem kan gjøre det lettere å fokusere på det positive fremfor det negative, noe som igjen gjør det lettere å lykkes med de endringene man ønsker å oppnå. Det er viktig at man i starten har realistiske krav til hva målpersonen kan klare, for å tilrettelegge for opplevelsen av mestring og motivasjon til å fortsette. Isaksen og Karlsen (2013, s. 79) peker på tre vesentlige faktorer ved bruk av motivasjonssystemer;

1. Atferd som skal forsterkes, er identifisert og definert
2. Hvordan forsterkere skal formidles (klippekort, knapper, smilefjes etc.) er bestemt
3. Sluttforsterkere er tilgjengelige

Her har vi eksempler på tegnøkonomitavler som har vært i bruk på våre tjenestesteder:

Sette på vaskemaskinen (ved 5 kryss utløser dette cola eller pølse...)					
X	X	X			= cola
					= pølse



Så enkelt kan det også gjøres...



Full pott og målet er nådd! Godt jobba!

Atferdsavtaler

Atferdsavtaler, tidligere kalt avtalestyring, er en atferdsanalytisk metode som er vitenskapelig dokumentert. Metoden kan anvendes bredt og inneholder alt fra enkle avtaler som kun går på en og en handling, til mer dekkende avtaler som inneholder flere handlinger og gjerne dekker en vakt eller et døgn. Avtalene beskrives av Holden & Finstad (2013) som fleksible og kan lett tilpasses enkeltindividet ut ifra brukerens behov. Atferdsavtaler skal ikke påtvinges noen, og de skal legges frem som et tilbud til brukeren.

Atferdsavtaler kan være like aktuelt når målpersonen ikke er motivert for endring, som når målpersonen er motivert. Fordele med atferdsavtaler er at de skal være med på å motivere en bruker til å gjøre en endring, de skal gi en strukturert hverdag og gi brukeren mulighet til å medvirke i å utarbeide avtalen. Det at brukeren får være med, gjør at han/hun kan føle et eierskap til avtalen, får bestemme over sin egen hverdag og blir motivert til å gjennomføre avtalen. Brukeren må ta konsekvenser av egne valg og fokuset blir satt på mestring og gjennomføring av oppgaver. En annen fordel er at det er atferdsavtalen i seg selv som skal motivere til igangsetting av aktiviteter, slik at bruker blir mindre avhengig av instruks fra personal (Holden og Finstad, 2013).



Flytt pucken rundt, og hockeykamp i Stockholm er et faktum

Atferdsavtaler kan defineres som;

«En spesifisert atferd/handling som avtales utført på en bestemt måte (gjerne på et gitt tidspunkt eller under visse betingelser) og som leder til en konkret konsekvens (belønning)».

(Monika Vandbakk, Kurs i atferdsavtaler, Havainstituttet 10.02.2016)

Vilkår for bruk av atferdsavtaler – hvem er det aktuelt for?

Ifølge Holden & Finstad (2013) inneholder en atferdsavtale verbal kommunikasjon. Dersom man forstår ord, ordbilder eller bilder i en avtale er det mulig å følge den. Atferdsavtaler er ikke aktuelt hos demente, personer med alvorlig psykose eller personer med tyngre grad av utviklingshemning. Målpersonen må ha en viss språkforståelse, forståelse for konsekvenser av å bryte avtalen, hvilke betingelser som ligger til grunn for å oppnå forsterkere og de må også kunne mene noe om egen atferd.

Hvilke utfordringer kan atferdsavtaler fungere på?

- Manglende motivasjon for endring.
- Manglende utføring av alminnelige og dagligdagse plikter, eks skole, arbeid og økonomi.
- Liten erfaring med å yte noe.
- Ivaretagelse av egen helse, for eksempel dusj, pusse tenner, vaske klær.
- Hjelpavhengighet, for eksempel har behov for beskjeder/håndledning til oppgaver som egentlig mestres på egen hånd.
- Impulsivitet.

- Motarbeider forsøk på endringer, for eksempel snakker usant om oppgaver han/hun har utført, verbal manipulering. (Holden & Finstad, 2013, s 38-44)

Hva kan en atferdsavtale inneholde?

- Tydelig definert hvilke oppgaver eller problematferd som gjelder i avtalen
- Tidspunkt for når oppgavene skal være utført
- Oppgavene blir delt inn i skal-oppgaver (viktige) og bør-oppgaver (mindre viktige)
- Aktuelle forsterkere og bonussystemer (Holden & Finstad, 2013, s. 55)

Gjennomføring

Når man så har valgt å sette i gang med atferdsavtaler må man begynne å forberede hvordan man skal gjennomføre det. Det er vanlig å ha ett eller to møter i løpet av dagen. På disse møtene evaluerer man den forrige planen, personalet utleverer tokens for utførte oppgaver og eventuelle forsterkere. Her lager man også en ny plan. Møtene bør gjennomføres på faste steder, til samme tidspunkt og med samme agenda hver gang.

Oppgavene på avtalen deles inn i SKAL og BØR oppgaver. SKAL-oppgavene skal det være få av og de skal gi høy uttelling i tegnøkonomisystemet. Oppgavene lar seg ikke forskyve til neste plan og de kjennetegnes ofte med at hvis bruker velger bort disse har det påvirkning på andre. For eksempel ikke å dra på jobb og personalet blir stående å vente, eller ikke å dra på planlagt legetime og legen egentlig kunne brukt tiden på en annen pasient. BØR-oppgavene skal det være flere av, men de gir mindre uttelling i tegnøkonomisystemet. Disse oppgavene lar seg forskyve til senere plan og det er bare bruker selv som taper på ikke å gjøre det.

Alle atferdsavtaler inneholder et tegnøkonomisystem som er delt inn slik at bruker kan tjene opp møteforsterker og i tillegg tjene opp til bonusforsterkere. Avtalen skal legges opp slik at det er mulig å velge bort BØR-oppgaver, men hvis bruker velger bort én SKAL-oppgavene vil det ikke være mulig å tjene opp møteforsterker eller bonusforsterker. Det er vanlig at det går an å velge bort for eksempel to av ni BØR-oppgaver, men at det da likevel går an å tjene opp møteforsterker uansett hvilke sju oppgaver bruker velger å gjøre. Eksempel på neste side viser en måte å sette opp en atferdsavtale.

Eksempel på en atferdsavtale for Ola Nordmann kl 09.00

Hverdager kl 09.00-14.00

Dag og dato:

Valg av forsterker (Ola setter kryss)				
	Pizza til kveldsmat			
	Valgfri film og popcorn			
Skal oppgaver				
Skal oppgaver		Mulige poeng	Opparbeidet poeng	Evt kommentar
	Dusje	25		
	Spise frokost	25		
	Tatt medisin	25		
	Gå til jobb	25		
	SUM	100		
Bør oppgaver				
	Re opp seng	5		
	Trene 30 minutter	10		
	Ta på deodorant	5		
	Bruke munnskyll	5		
	Pakke sekk klar til jobb	10		
	SUM	35		
Totalt				

Pris på forsterker: 115 poeng

Ola har tjent: _____ -115 poeng

Poeng overført til bonustavle: _____

Signatur for bruker av planen

Signatur personal

Kommentar; Ola velger først hvilken forsterker han vil spare til, pizza eller film og popcorn. Deretter går man gjennom planen og setter opp hvilke oppgaver han skal utføre. I dette eksempelet kreves det at han utfører 4 skal oppgaver (til sammen 100 p), og i tillegg må han få 15 poeng for BØR-oppgavene for å utløse valgt forsterker. Overfløydige poeng setter man på egen bonustavle. Avalen skal signeres av Ola og personalet som går gjennom planen.

Funksjonelle kartlegginger

Med funksjonelle kartlegginger prøver man å identifisere de variablene som kan gjøre anledning for og opprettholde en atferd. En forutsetning for å gjøre en funksjonell kartlegging er å kunne utelukke andre faktorer. Dette kan for eksempel være medisinske årsaker (sykdommer, lavt blodsukker) eller medisiner som gir bivirkninger (f.eks. noen antiepileptiske medisiner) (Hanley, 2012). Man må også se nærmere på personens økologi og livskvalitet, dvs. lever personen et fullverdig liv i et beriket miljø?

En atferds funksjon innebærer: 1) Hvilke foranledninger gir anledning til eller utløser en atferd 2) Hvilke konsekvenser opprettholder en atferd og 3) Samspillet mellom alle slike faktorer i en persons miljø. Prinsippene som er relevante i slike tilfeller er bl.a. forsterkningsprinsipper, forsterkningskjemaer, stimuluskontroll og motiverende operasjoner.

Funksjonelle kartlegginger er mest brukt for å kartlegge problematferd og startet med en grunnleggende studie som ble publisert i tidsskriftet *Analysis and Intervention in Developmental Disabilities* året 1982 av Iwata, Dorsey, Slifer, Bauman, & Richman (Se også Larson, Normand, Morley & Miller (2013) for et alternativ bruk av funksjonelle kartlegginger).

Funksjonelle kartlegginger kan deles inn i indirekte kartlegginger, deskriptive kartlegginger og funksjonelle analyser. En indirekte kartlegging går ut på at det brukes spørreskjema eller intervjuer for å kartlegge en atferds funksjon, uten en direkte observasjon av atferden. En deskriptiv kartlegging innebærer at atferden blir observert i sin naturlige setting, uten at man gjør noen form for endringer av miljøbetingelser eller variabler som kan påvirke en atferd. Registrering av en atferds foranledninger og konsekvenser i naturlige settinger er et eksempel på det.

Funksjonelle analyser er de kartleggingsmetodene som det har vært forsket mest på og som viser seg å være de mest effektive metodene til å oppdage en atferds funksjon (Beavers & Iwata, 2013). Av de mest evidensbaserte behandlingsmetodene baserer de fleste eller alle seg på funksjonelle analyser. Det finnes hundrevis av publiserte fagfelleverderte artikler om studier som har vist at behandling av problematferd er effektiv kun hvis den er basert på kunnskap om en atferds funksjon (se Beavers & Iwata, 2013 for en oversikt). De andre kartleggingsmetodene er enten ikke pålitelige eller gir en dårlig indikasjon på en atferds funksjon og er ikke effektive i det hele tatt.

ET EKSEMPEL PÅ FUNKSJONELL KARTLEGGING

Et eksempel fra Hanley (2012) viser hvordan kunnskap om en atferds funksjon er avgjørende for å lage et effektivt og etisk forsvarlig forebyggende tiltak. La oss se for oss at du hadde fått en midlertidig lammelse i alle lemmer og ansiktsmuskler på grunn av en hjerneblødning. Du blir innlagt på sykehus. Du føler at du blir tatt godt vare på, men opplever likevel at du ikke får i deg nok væske og er tørst hele tiden. Du prøver å formidle dette til pleierne på forskjellige måter, du blunker med øynene, lager lyder med stemmen, lager ennå høyere lyder og til slutt begynner du å skrike. Først når du begynner å skrike kommer pleierne med ting til deg; en ny pute, noe å spise og ofte kommer det drikke. Du lærer deg fort hva du må gjøre neste gang du er tørst. Men ingen andre enn deg vet hva som er galt. En fagperson blir tilkalt som prøver å hjelpe deg og pleierne med problemet ditt. Fagpersonen foreslår at du får popkorn eller potetgull hyppig når du ikke skriker. Han kaller prosedyren en DRO. Problematferden skjer nå mye oftere og stemmebåndene blir såre inntil det blør ut av munnen. Etter hvert registreres det at du skriker mye sjeldnere (fordi du er så sår at du ikke kan skrike lenger). Du har fått litt krefter i den ene armen som du slenger mot siden av senga for å oppnå det samme som før. Fagpersonen kommer inn igjen og foreslår at du skal få samme goder for og ikke slå.

I eksemplet over går fagpersonen i en vanlig felle: At man ikke prøver å finne ut funksjonen av atferden; hvorfor vedkommende gjør det hun gjør. En funksjonell analyse kunne ha avdekket at du skriker for å få tilgang til vann. Et funksjonsbasert tiltak i dette tilfellet hadde for eksempel vært:

1. Lære deg å bruke en knapp styrt med øyebevegelser for å be om vann
2. Et langt sugerør koblet til din munn hvor du kan drikke når du vil.

Med slike funksjonsbaserte tiltak på plass har du ikke lenger behov for å skrike (Hanley, 2012).

Ofte brukes begrepene funksjonelle kartlegginger og funksjonell analyse om hverandre. En analyse innebærer derimot alltid bruk av ett eller flere individuelle forskningsdesign. Registrering

av foranledninger, atferd og konsekvenser er en deskriptiv kartlegging av funksjoner og er dermed ikke en analyse. Analyse i anvendt atferdsanalyse forutsetter at man bruker individuelle forskningsdesign for å isolere visse miljøvariabler og holde andre faktorer konstante (Neef & Peterson, 2007). Dette kan gjøres på forskjellige måter og kan ikke utdypes her. Alle typer funksjonelle analyser som brukes i dag innebærer at man gjør en direkte test av miljøbetingelser. Det minner dermed mest på en allergitest. I en allergitest prøver man å gjøre en kort prøve på hvilke allergener som setter i gang en allergisk reaksjon. Målpersonen må dermed komme i direkte kontakt med et allergen, eller kjemikaler som likner mye på allergenene i naturlig miljø. På samme måte prøver man med en funksjonell analyse å teste ut, med bakgrunn i innhentet informasjon, under hvilke betingelser en målatferd forekommer og gjentar seg mest. Når man har fått et svar på dette så er man nærmere en løsning på et eventuelt problem fordi man har oppdaget én eller flere miljøvariabler som opprettholder en problematferd.

Hvis en problematferd er opprettholdt av tilgang til oppmerksomhet pluss at manglende oppmerksomhet utløser eller gjør anledning for atferden, så kan det hende at ubetinget, regelmessig og programmert oppmerksomhet fra tjenesteytere holder for å redusere problematferden. Uansett må en slik test og tiltak bli gjennomført av- eller under veiledning av en kompetent atferdsanalytiker. Dette er bl.a. fordi mange etiske problemstillinger må tas opp (f.eks. analysen kan se ut som fremprovosering), sannsynligheten for farlig atferd må minimeres og dyp kunnskap og anvendt erfaring med bruk av ulike atferdsprinsipper i ulike settings må være på plass.

Voksne personer med problematferd kan ha lange læringshistorier bak sin problematferd. Måten problematferden blir opprettholdt kan være «skjult» for tjenesteytere fordi problematferden forekommer på tynne forsterkningskjemaer. Så selv om man gjør en FAK registrering av problematferd så er det ikke sikkert at man oppdager noen sammenheng der fordi at de konsekvensene som faktisk er naturlige forsterkere for problematferden blir sjeldent observert. Dette er nok grunnen til at atferdsanalytikere sjelden bruker FAK som grunnlag for en tiltaksplan. Det kan heller være hensiktsmessig å snakke nøye med tjenesteytere som har lang kunnskap til bruker for å prøve å få dem til å beskrive de situasjonene som vanligvis gjør anledning for atferden. Når man vet dette så kan man lage korte «tester» på atferden. Testene innebærer om atferden forekommer og om atferden gjentar seg under gitte betingelser. De eneste metodene som får det til og som i tillegg er de mest

vitenskapelig dokumenterte er nettopp funksjonelle analyser.

Forsterkningskjemaer

Forsterkningskjemaer beskriver regler for hvilke tidspunkter og hvor ofte forsterkere formidles når en spesifikk atferd forekommer. Når det skal innlæres nye ferdigheter må man ha et bevisst forhold til hvilke forsterkningskjema som benyttes. Kontinuerlig forsterkning innebærer at atferden blir forsterket ved hver forekomst og det er effektivt når man skal lære en ny atferd, fordi man oppnår en rask læringskurve. Intermitterende forsterkning forsterker atferden av og til og det er effektivt når man skal opprettholde atferden. Intermitterende forsterkning gir også en mer motstandsdyktig atferd.

Et eksempel er eieren av en ny bil som alltid har startet hver morgen, vil raskere ringe etter hjelp dersom bilen ikke starter en morgen, enn bonden med en gammel Mazda 323 som har erfaring med at bilen starter etter en del forsøk. I eksempelet vil eieren av den nye bilen være på FR1 skjema, dvs bilen starter hver gang. Mens bonden er på VR skjema, Mazdaen fusker litt innimellom.

Når vi går over fra kontinuerlig forsterkning til intermitterende forsterkning, kaller vi dette for å tynne ut forsterkningskjemaene. Dette bør foregå gradvis, da målpersonen kan reagere negativt på endringen. (Isaksen & Karlsen, 2013). Endringen kan skje ved at man gradvis øker tiden på hvert intervall eller gradvis øker /senker antall forekomster av responser før forsterkning blir presentert.

Fast ratio (FR)

Her forsterkes atferden etter en fast ratio (fastsatt antall responser). Hvis vi for eksempel skal forsterke at Stian setter på vaskemaskinen kan vi gi han forsterker hver gang han setter den på. Da er han på det vi kaller et FR1-skjema. Vi kan forsterke hver femte gang han setter den på, da er han på et FR5-skjema. FR betyr fast ratio, og tallet står for antall responser som kreves for at forsterker skal gis.

Variabel ratio (VR)

Her varierer antallet av responser som fører til forsterkning for hver gang. Forsterker kan bli utløst annenhver gang eller hver 10. gang. Her vil det allikevel være aktuelt å ha et gjennomsnitt på hvor ofte responsen må forekomme før det utløser forsterker, og er snittet 5 ganger kalles dette er VR5-skjema. Dette

skjemaet regnes som det mest virkningsfulle, ved at atferd opprettholdes med få forsterkere, samtidig som den blir motstandsdyktig mot utslukking. Spilleautomater blir programmert etter VR-skjema.



Fast intervall (FI)

Her er det ikke antall forekomst av atferd som er det sentrale, men tidsintervaller. Hvis man venter på at vannet skal koke, har det ingen konsekvens hvor ofte du sjekker gryta, men først når vannet koker leder handlingen (sjekke gryta) til forsterkning. Tar dette 5 minutter, kan vi kalle det et FI5-skjema.

Variabel intervall (VI)

Her er tidsintervallene variable (ulike). Første respons etter ett gitt og variabelt intervall blir her forsterket. Et eksempel her kan være når det er opptatt på linjen når man ringer et nummer. Det er uavhengig hvor mange ganger man ringer før man får svar, det er først når linjen er ledig at det er mulighet til å få svar på den andre linjen. Her er intervallene uforutsigbare (det kan være du venter på en lang eller kort samtale til å bli ferdig).

(Cooper et al., 2007)

Prompt

Prompt innebærer å gi hjelp som øker sjansen for at personene utfører handlingen riktig. Når ferdigheten er innlært snakker vi om promptfading som handler om at man planlagt og gradvis fjerner hjelpen når det ikke lenger er behov for den.

Cooper et al., (2007, s 402) definerer prompt slik;

«Prompt er en hjelpestimulus som blir benyttet for å øke mulighetene for å fremvise korrekt respons ved presentasjon av bestemte stimuli».

Det skiller mellom 3 ulike typer respons prompts;

1. Verbale instruksjoner, hjelp gjennom bruk av verbalt språk som uttale, bilder og tekst.
Det kan være så enkelt som at man sier svaret før man stiller spørsmål, eks; «Bilen er rød. Hvilken farge er bilen?». Litt mer avansert kan promptet være at man spør «hvilken farge er bilen? Og starter med å si «rrr» for å hjelpe i gang med riktig svar.
2. Modellering, hjelp gjennom fysisk å demonstrere hvordan noe utføres. Dette kan gjøres ved at man gjør øvelsen fysisk, slik at vedkommende kan se hvordan det ser ut. Dette er en enkel, praktisk og suksessfull måte å vise øvelsen på, forutsatt at vedkommende er i stand til å utføre de fysiske elementene i hele øvelsen. Det er ingen poeng i å vise et barn hvordan man knytter skolissa, dersom barnet ikke er i stand til å holde i skolissa selv. I tillegg må vedkommende være i stand til å rette sin oppmerksomhet og konsentrasjon til den som demonstrerer, og være i stand til å skjønne konseptet «imitering».
3. Fysisk håndledning, gjennom en øvelse. Dette brukes oftest på yngre barn og eldre med fysiske begrensninger og utfordringer. Her går man fysisk inn og veileder vedkommende i utførelsen av en spesifikk øvelse. Dette er ofte brukte prompts blant barn og voksne med fysiske begrensninger. Dette er en effektiv prompt, men regnes som mer påtrengende enn de to øverste. Det kan også være en utfordring å utføre handlingen uten denne hjelpebetingelsen. Noen brukere kan ha motstand mot fysisk kontakt, og da er dette et inngripende hjelpetiltak da det krever direkte fysisk samhandling partene.

Stimulusprompt, såkalte cues, betyr at man ved å bevege eller plassere en stimulus i en posisjon gjør det enklere for vedkommende å fullføre handlingen riktig. Dette kan være peking, berøring eller blikk. Andre eksempler kan være å plassere det riktige alternativet nærmere brukeren, eller man kan bruke farger, størrelser eller form som pares med det riktige alternativet.

Man velger den type prompt som passer avhengig av oppgavens art og målpersonens ferdigheter. Vi skiller mellom begrepene prompt og hjelp ved at det er en planlagt nedtrapping av de valgte hjelpebetingelsene allerede når man introduserer prompting.

Promptfading er når man på en planlagt måte gradvis trapper ned prompt, til man ikke lenger gir prompt i det hele tatt. Målet er at atferden eller responsen utføres selvstendig uten

noen form for hjelpebetingelser. Et eksempel kan være når et barn lærer å sykle med støttehjul. Støttehjulene heves gradvis fra bakken inntil de kan fjernes helt når barnet har lært seg å sykle uten støttehjulene (Isaksen & Karlsen, 2013).

Shaping

«Betegnelsen på en prosedyre hvor forsterkning systematisk blir benyttet for å frembringe en atferd som ikke har forekommet før».

(Cooper et al., 2007, s. 421)

Shaping er en prosedyre som handler om å forme atferd. Se for deg en skulptør som skal hogge ut en statue av en stein. Til å begynne med er det bare en stor stein, men etter hvert som skulptøren begynner å forme steinen, med haking og pussing, kommer han nærmere resultatet han ønsker. Du kan tenke på samme måte om shaping og atferd. Du ønsker å forme atferd på en måte som fører til et ønsket sluttresultat. Hvordan atferden skal se ut til slutt må defineres på forhånd med en god operasjonalisering.



Prinsippet som brukes for å forme atferd er differensiell forsterkning. Dette er enkelt forklart å forsterke en type atferd, men ikke andre typer atferd. Operasjonaliseringen setter rammene for hvilken type atferd vi skal forsterke og hvilken type atferd som faller utenfor rammene. For eksempel kan du ønske å lære barnet ditt å spørre pent om å gå fra bordet etter middag. Du kan definere det å spørre pent som å si «kan jeg være så snill» eller «kan jeg». Hver gang barnet ditt sier dette vil du la henne gå fra bordet, men hvis hun sier «jeg går på rommet» eller «jeg vil gå fra» så vil dette havne utenfor rammene og hun må prøve på nytt.

Eksempelet over tar for seg en atferd som allerede er lært og etablert, men ofte med shaping så jobber vi med atferd som må

læres opp fra bunnen. Da er det veldig viktig med operasjonalisering både av den endelige atferden og av hva som er suksessfulle tilnærminger til den endelige atferden. Når vi snakker om suksessfull tilnærming snakker vi om en atferd som ligner litt mer på den endelige atferden enn den atferden som ble fremvist før. Et eksempel kan være ved innlæring av språk. Ønsker man at brukeren skal lære seg å si ordet «krokodille», kan man eksempelvis først forsterke opp «dille», deretter «krodille», og til slutt forsterker man bare når brukeren sier hele ordet korrekt. «Dille» og «krodille» kan begge være suksessfulle tilnærminger til den endelige atferden «krokodille».

Atferdsmomentum

Holden (2009) oversetter dette til å «skape bedre stemning før krav». Vi kjenner alle til at det kan være tungt å komme i gang med en mindre lystbetont aktivitet. Spesielt om man har sunket langt ned i sofaen etter en lang arbeidsdag. «Man blir bare lat av å gå hjemme dagen lang» eller «hvis jeg først går hjem etter jobb kommer jeg meg aldri på trening» er også uttrykk vi har hørt mange ganger. Det er altså lettere å holde noe i gang enn å få noe i gang, dette er fakta hentet fra fysikken. Det er også lettere å stoppe atferd som bare så vidt beveger seg, enn atferd som er godt i gang (i flyt). I forbindelse med utfordrende atferd kan det være lurt å sette brukeren i gang med noen lystbetonte aktiviteter i forkant av de mindre lystbetonte. Det er da større sjanse for gjennomføring av aktiviteten i umiddelbar forlengelse av de lystbetonte aktivitetene. Denne typen tilnærming kalles high-probability request sequence. Vi presenterer først noen korte oppgaver som brukeren tidligere har vist at han liker å utføre for så å presentere kravoppgaven. For eksempel hvis vi har en bruker som liker å gi høy fem, som liker å snurre rundt i sirkel og som liker å gjøre hode, skulder, kne og tå. Da kan vi be han utføre disse oppgavene først for så å be han vaske bordet. Dette har vist å øke antallet gjennomførte kravoppgaver.

Premacks prinsipp

«Dersom en type aktivitet forekommer oftere enn en annen aktivitet, vil det være en mulighet for at den høyfrekvente aktiviteten vil virke forsterkende på den mindre frekvente aktiviteten».

(Mallott, 2008, s 165)

Dr David Premack (1959) hadde en hypotese om at man kunne identifisere forsterkere ved å se på valgte aktiviteter i fri lek. Han mente at man kunne bruke disse aktivitetene som forsterkere for annen aktivitet man ønsket økt forekomst av. Premacks prinsipp handler om å bruke foretrukne aktiviteter som forsterker i etterkant av mindre foretrukne aktiviteter (lavfrekvent aktiviteter). For en student som bruker mer tid på å se på TV fremfor å studere i en baselineperiode, kan «Etter at du har lest ferdig for dagen, kan du få se på TV» være et eksempel på bruk av Premacks prinsipp. Man forsterker her opp atferden å studere med å gi tilgang til TV etter at man har studert. (Cooper et al., 2007)



«Når du har spist opp grønnsakene dine (lavsannsynlig), skal du få is (høysannsynlig).»

Differensiell forsterkning

I følge Cooper et al., (2007) innebærer differensiell forsterkning at responser av en bestemt type (frekvens, topografi, varighet, ventetid, størrelse) forsterkes, mens andre utsettes for ekstinksjon (les mer om dette på nivå 4).

Med andre ord forsterker man bare den atferden man ønsker å styrke, samtidig som man ikke gir forsterkning på annen type atferd.

Det snakkes ofte om ulike differensielle forsterkningsprosedyrer. Her vil vi kort forklare hva som er hovedtrekkene til noen av de mest kjente prosedyrene;

- **DRI** – (Differential Reinforcement of Incompatible behavior) innebærer at man forsterker atferd som ikke kan forekomme samtidig med den type atferd man ønsker å redusere. Eks ønsker man å redusere «spising med hendene» – kan man forsterke atferden «spise med kniv og gaffel», eller man ønsker å redusere uro (tid borte fra stol) kan man forsterke tiden eleven sitter på stolen.
- **DRO** – (Differential Reinforcement of Other behavior) innebærer at man forsterker annen type atferd enn den uønskede. Det vil si at man gir forsterkning ved fravær av målatferd, uavhengig om annen atferd som har oppstått var ønskelig eller ikke.
- **DRA** – (Differential Reinforcement of Alternative behavior). Det vil si at man forsterker atferd som er et ønsket alternativ til atferden man ønsker å redusere. Man kan eksempelvis forsterke fysisk aktivitet, som et alternativ til rusmidler. Man kan forsterke å sitte med hendene i fanget i stedet for å fikle med diverse ting. Eller man kan forsterke at man rekker ut hånden når man ønsker å hilse, fremfor for å kaste seg rundt halsen på delvis kjentfolk.

Metoderekka for vernepleiere

Vernepleierutdanningene har ofte et stort fokus på vernepleierens arbeidsmodell, den såkalte metoderekka. Her er det kort forklart hvilke punkter man må følge hvis man skal iverksette et nytt tiltak, fra start til slutt.

1. Observasjon og kartlegging

Vi forsøker å danne oss et så komplett bilde som mulig av bruk-

erens ressurser, utfordringer og potensial ved å gjennomgå skriftlige dokumenter, informasjon fra pårørende og andre, samt i møter med brukeren selv. I tillegg til direkte observasjon kan vi bruke standard verktøy som basiskartlegging, sosial ferdighetskartlegging og funksjonelle analyser i dette arbeidet. Funksjonelle analyser er analyser av forholdet mellom foranledninger, atferd og konsekvenser. Man vil for eksempel se på i hvilke situasjoner en gitt form for atferd oppstår og hvilke konsekvenser denne atferden får. Ofte vil man i denne prosessen samle inn data over forhold som ferdighetsnivå, omfang og frekvens av utfordrende atferd gjennom kvalitative og kvantitative målinger. Dette gir en status og grunnlinje for videre arbeid og innsats. Viktige deler av kartleggingen vår foregår i uformelle settinger og i avslappet, åpent samspill. Å bygge relasjoner og å vinne innpass kan være avgjørende for å kunne gjennomføre en vellykket kartlegging, samtidig som informasjonen som innhentes gjennom kartleggingen fortløpende brukes til å styrke relasjonen. En kartlegging avfør tiltak blir iverksatt kaller vi for baseline.

2. Målvalg

Kartleggingen og analysen vil danne utgangspunkt for valg av mål, både på kort og lang sikt. På denne måten kan man sikre at målene er realistiske samtidig som man har et godt evaluering grunnlag. Alle mål skal være formulert på en slik måte at det er mulig å påvise måloppnåelse eller eventuell manglende måloppnåelse. Dette gjøres gjennom grundig operasjonalisering og definering av målatferd (den atferd som skal måles).

3. Metodevalg

Valg av metode (tiltak) for å arbeide systematisk mot de mål som er formulert gjøres ut fra tilgjengelige og dokumenterte metoder man mener er aktuelle for den utfordringen det skal arbeides med. Metodene skal i tillegg være anerkjente i fagmiljøet og sosialt valide. En del av metoden vil alltid være planlegging av hvordan implementering skal gjøres, inklusive alle forberedelser og utarbeidelse av nødvendige motivasjonssystemer. Noen av de metodene vi kan velge basert på forutgående kartlegging, analyse og målvalg kan være avtalestyring, tegnøkonomi eller differensiell forsterkning. Vi kan også velge blant forskjellige mer fastlagte opplegg innen sosial ferdighetstrening, sinnemestring eller nyere former for samtaleterapi.

4. Iverksetting og registrering

Alle parter involveres og forberedes ved iverksetting av ethvert

tiltak. Her vektlegges veiledning, lik praksis og løpende evalueringer og justeringer. Tiltaksintegritet er avgjørende for å sikre lik praksis i gjennomføring av tiltak, og også for å foreta evalueringer på riktig grunnlag.

Parallelt med iverksetting starter også systematisk datainnhenting i form av registreringer eller rapporteringer av effekt av tiltaket.

5. Evaluering

Det bør lages en plan for evaluering. Her må det fremkomme tidspunkt for evaluering, hyppighet, hva som skal evalueres og hvem som skal delta i evalueringen. Her vil data fra baseline bli sammenlignet med registreringen fra tiltaksgjennomføringen. Slik kan man si noe om effekt, manglende effekt eller eventuelle bieffekter (ønskede og uønskede). Her vil også grunnlaget for rapportering ligge. Evalueringen gir føringer for det videre arbeidet, og dersom et tiltak ikke har hatt ønsket effekt vil det bli avsluttet og man kan arbeide systematisk videre med nye tiltak (metoder).

Hentet inspirasjon 20/9-16 på http://voksenliv.no/index.php?page_id=27

Et alternativ for målrettet tiltaksarbeid er sjekklista til Løkke og Salthe (2012). Denne er mer detaljert, inneholder 10 punkter og skal fungere som en sjekkliste.

1. *Beskrivelse av observert problem*
2. *Foreløpig Normativ beslutning:
Grunn til å gjøre noe?*
3. *Gjennomgang av relevant teori*
4. *Omfattende beskrivelse av bruker*
5. *Normativ vurdering av tiltakene*
6. *Valg av mål og tiltak*
7. *Tiltaksbeskrivelse*
8. *Plan for datainnsamling*
9. *Evaluering*
10. *Dokumentasjon*

Oppgaver til kompetansenivå 3

(fyll ut det du har lært)

1. **Jobber du med en bruker som har et fast eller variabelt forsterkningskjema? Hva slags type tiltak?**
2. **Hva slags tokens brukes på «din bruker» eller på din arbeidsplass?**
3. **Hvilke hjelpebetingelser har du brukt for å lære «din bruker» nye delhandlinger?**
4. **Hva er prompt?**
5. **Brukes atferdsavtaler på din arbeidsplass?**

Hva er de typiske kaffekortene eksempel på?

Nevn de fem punktene i metoderekka

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Funksjonell kartlegging kan deles i tre typer:

1. _____

2. _____

3. _____

Kan du gi 3 eksempler på prompts?

1. _____

2. _____

3. _____

Kan du nevne minst 3 ulike differensielle forsterkningsprosedyrer?

1. _____

2. _____

3. _____

Kompetansenivå 4

– Helhetlig kunnskap

Det er forventet at ledende miljøterapeuter og fagkonsulenter i Tilrettelagte boliger – Tiltak for utviklingshemmede, skal ha en helhetlig kunnskap om følgende punkter:

- Ekstinksjon
- Nonkontingent forsterkning
- Regelstyring
- Motivasjonelle operasjoner
- Verbal atferd

Ekstinksjon

Ekstinksjon innebærer å holde tilbake en forsterker som tidligere har opprettholdt atferd. Dette vil medføre at atferden opphører. Det kan være flere grunner til at vi ønsker at en atferd skal slutte å forekomme, men ofte er det fordi det er noe uønsket, noe upassende, eller at atferden er farlig.

Ekstinksjon er en prosedyre hvor tidligere forsterket atferd ikke lenger blir forsterket, og frekvensen av den atferden synker (Cooper et al., 2007). For at ekstinksjon skal være effektiv er det helt avgjørende at forsterkeren vi holder tilbake er den samme som opprettholder atferden. Dette kan vi forsikre oss om gjennom funksjonell kartlegging.

Ekstinksjon kan brukes på atferd som er opprettholdt av positiv, negativ og automatisk forsterkning. Når atferden er opprettholdt av positiv forsterkning er det ekstinksjon når den atferden ikke lenger produserer positiv forsterkning (Cooper et al., 2007). Et eksempel på dette er ikke lenger å gi oppmerksomhet til en kamerat som alltid klager når han kommer hjem fra jobb. Gitt at din oppmerksomhet er det som opprettholder atferden vil klagingen antageligvis først øke, for så å minke og kanskje til og med bli helt borte etter hvert.

Når atferden er opprettholdt av negativ forsterkning er det ekstinksjon når atferden ikke lenger fører til unnslippelse

eller unngåelse fra en aversiv stimulus eller aversiv situasjon (Cooper et al., 2007). Et eksempel på dette kan være å stille krav til en bruker. Hvis bruker da fremviser problematferd for å unnsnippe blir vi stående i kravet til det er gjennomført. Gitt at unnslippelse fra kravet er det som opprettholder problematferden vil vi antageligvis først se en økning i problematferd før vi ser en nedgang, og problematferden blir borte. Dette kan ofte være vanskelig å gjennomføre fordi problematferd kan være skadelig både for personalet og for bruker selv. Her må man ta etiske vurderinger fortløpende, og ofte kan det være bedre å lære bruker en alternativ respons hvis han ønsker å avslutte en oppgave eller slippe unna et krav.

Når atferden er opprettholdt av automatisk forsterkning er det ekstinksjon når atferden ikke lenger produserer sensoriske konsekvenser (Cooper et al., 2007). Dette kan ofte være litt vanskelig fordi atferden i seg selv produserer forsterkeren og det er ikke så enkelt å kontrollere eller manipulere. Et eksempel på dette kan være ved selvskading i form av slag mot hodet, da kan vi montere en hjelm på hodet til bruker som kan dempe slagene. Gitt at slagene mot hodet produserer forsterkeren vil selvskading antageligvis avta fordi slagene ikke lenger produserer noe følelse.

Det er noen effekter av ekstinksjon som det er viktig å vite om og som kan oppleves ubehagelig. Som vist i figuren under kan det forventes en ekstinksjonsburst. Dette beskrives som en umiddelbar økning i atferden etter at den positive, negative eller automatiske forsterkeren har blitt fjernet (Cooper et al., 2007). Det kan være lett å tenke at tiltaket ikke fungerer fordi man ser en økning i atferd, og da er det viktig at vi er klar over at dette er en helt vanlig effekt som ikke varer veldig lenge. Så lenge alle rundt brukeren følger ekstinksjonsprosedyren vil atferden avta igjen etter den umiddelbare økningen. En annen effekt som er vanlig er det vi kaller spontan tilbakekomst og det kjennetegnes ved at atferden kommer tilbake i en liten periode etter at den har sluttet å forekomme (Cooper et al., 2007). Her det også viktig å vite at det er en vanlig effekt som ikke varer lenge og at så lenge alle rundt brukeren følger ekstinksjonsprosedyren vil atferden igjen slutte å forekomme. Det er likevel viktig at avbrytelseskriteriene er tydelige og at tiltaket avbry-

tes dersom det er fare for liv og helse. Ekstinksjon blir sjeldent brukt som en prosedyre alene, men som en komponent av en differensiell forsterkningsprosedyre.



Nonkontingent forsterkning (NCR)

Nonkontingent forsterkning (NCR) går ut på at man presenterer positiv, negativ eller automatisk forsterkning, uavhengig av hva personen gjør. Dette gjøres etter fast intervall skjema, eller variabelt intervall skjema. Målet er at forsterkere eller mulighet for unnslippelse skal forekomme ofte nok til at utfordrende atferd ikke utløses for å oppnå de samme konsekvensene (Holden, 2009).

NCR kan være en effektiv metode for å redusere problematferd, men det er avhengig av korrekt identifisering av forsterker som faktisk opprettholder en problematferd. Ved bruk av NCR med positiv forsterkning gis det forsterker avhengig av forsterkningskjema, og uavhengig av atferd. Ved NCR med negativ forsterkning gis det mulighet for unnslippelse ved for eksempel å gi personen pauser etter forsterkningskjema, uavhengig av atferd. (Cooper et al., 2007). Ved bruk av NCR på automatisk forsterket atferd kan et eksempel være at personen har fri tilgang til prefererte forsterke til enhver tid, som at en person med stereotyp og repeterende atferd kan promptes til å leke med spesielle leker avhengig av forsterkningskjema som kan utkonkurrere den stimuleringen stereotypisk atferd kan frem-

bringe (Britton, Carr, Landaburu, & Romick, 2002)

For å øke sjansen for å lykkes med en NCR-prosedyre er det vanlig å kombinere med ekstinksjon, men det kan også kombineres med differensielle forsterkningsprosedyrer som DRO. Fordeler ved bruk av NCR er at det kan være enklere å bruke enn andre prosedyrer som krever mer tilrettelegging, og at det legger til rette for et positivt læringsmiljø. Ulemper kan være at det oppstår metning av forsterker, eller at fri tilgang til forsterker reduserer motivasjon for å delta i mer hensiktsmessig aktiviteter som kan være viktig for læring og utvikling av selvhjelpsferdigheter (Cooper et al., 2007).

Regelstyring

Ofta kan en tenke på at det å få lønn for å jobbe en måned er en form for positiv forsterkning. Forskning tilsier at hvis en atferd skal være positivt forsterket, må forsterker utleveres så rask som overhodet mulig og helst innen 3 sekunder for best effekt. Dette betyr at det å jobbe heller over til regelstyrt atferd, altså at en følger de normer og regler som følger med i jobben og til slutt får lønn for strevet.

Vi kan skille mellom begrepet regler i dagligtalen og i fagterminologien, selv om det nødvendigvis ikke behøver å være så store forskjeller. I slutten av 1960 – tallet definerte Skinner, at en regel er en kontingensspesifiserende stimulus (Cooper et al., 2007). I korte ordelag betyr det at er en form for verbal beskrivelse av kontingenser, altså av atferd og forsterkningsbetingelser. Regelstyring blir ofte omtalt i faglitteratur som verbal atferd eller atferd som er verbalt påvirket. Et par eksempler; «vekker du meg før du drar» eller «jeg er sulten, sjekk kjøleskapet», er enkle former for verbal atferd som påvirker både en selv og andre man er i samhandling med og som altså utløser en konsekvens. Regelstyring refererer til situasjoner der personer reagerer på verbale direksjoner når de skal gjøre ting. Disse beskriver ofte en konsekvens som er tydelig uttalt, uten at denne konsekvensen er erfart av vedkommende. En atferdsendring behøver ikke skje umiddelbart, det kan også skje senere i tid. Et eksempel kan være foreldre som lærer barnet at «når den grønne mannen lyser, kan du gå over gaten». Hvis barnet i ettertid krysser gaten når den grønne mannen lyser, kan vi kalle dette for en regelstyrt atferd. En forutsetning for å regelstyre atferd er at hver enkel atferd som inngår i regelen, er lært i forkant. Ofta kan en også skille mellom kontingensformet og regelstyrt atferd i form av at det som er kontingensformet

skjer mer naturlig, og ofte raskere. Årsaken til det er at enkelte gjerne har utført slike handlinger såpass mange ganger at det er automatisert, mens for andre som mottar instruksjoner og forklaringer (regelstyring) for «ukjent» atferd, ofte kan reagere litt «klossete». Et mer naturlig forløp er at jo oftere en opplever regelstyrt atferd, mer kontingensformet blir atferden. Det vil i praksis si at handlingene blir mer naturlig (Emaa.no, leksjon 6).

Vi kan skille mellom fire typer regler;

- **løfter**, -atferd og konsekvens er spesifisert, og konsekvensen oppleves som ønsket.
- **trusler**, -atferd og konsekvens er spesifisert, men her oppleves konsekvensen som uønsket.
- **råd**, -atferd og konsekvens er spesifisert, men rådgiveren vet ikke om mottaker vil oppleve konsekvensen som ønsket.
- **advarsler**, -atferd og konsekvens er spesifisert, men sjansen er stor for at konsekvens oppleves uønsket

(Isaksen & Karlsen, 2013)

Motivasjonelle operasjoner

Motivasjonelle operasjoner kan påvirke effekten av både forsterkere og frekvensen av atferd. Motivasjonelle operasjoner er hendelser i miljøet som kan påvirke sannsynligheten for at vi utfører oppgaver eller behovet vårt for forsterkere. Det er i hovedsak to effekter av motivasjonelle operasjoner. Den første heter «value-altering effect» og påvirker hvor effektiv forsterkeren er. Den kan enten etablere forsterkeren som mer effektiv, eller oppheve effekten av forsterkeren, altså gjøre den mindre effektiv. Vi har snakket om deprivasjon og metning tidligere i dette heftet og det er eksempler på motivasjonelle operasjoner. Metning er en opphevende effekt som gjør forsterkeren mindre effektiv, og deprivasjon er en etablerende effekt som gjør forsterkeren mer effektiv.

Den andre effekten av motivasjonelle operasjoner heter «behavior-altering effect» og den påvirker frekvensen av atferd. Litt mer presist påvirker den frekvensen av atferden som er knyttet opp mot den motivasjonelle operasjonen. For eksempel matdeprivasjon som har en etablerende effekt på mat som forsterker vil også ha en «evocative effect» på atferd som tidligere har blitt forsterket av mat. «Evocative effect» er en økning i frekvens av atferd som tidligere har blitt forsterket av stimuli knyttet til den motivasjonelle operasjonen. Motsatt av det har

vi «abative effect» som er en reduksjon i frekvens av atferd som tidligere har blitt forsterket av stimuli knyttet til den motivasjonelle operasjonen.

Motivasjonell operasjon	Etablerende effekt	Evocative effect
Matdeprivasjon	Øker effekten av mat som forsterker	Øker frekvensen av atferd tidligere forsterket av mat
Søvndeprivasjon	Øker effekten av søvn som forsterker	Øker frekvensen av atferd tidligere forsterket av søvn
Aktivitetsdeprivasjon	Øker effekten av aktivitet som forsterker	Øker frekvensen av atferd tidligere forsterket av aktivitet
Sexdeprivasjon	Øker effekten av sex som forsterker	Øker frekvensen av atferd tidligere forsterket av sex

(Cooper et al., 2007, s. 379, egen oversettelse).

Motivasjonell operasjon	Opphevende effekt	Abative effect
Spise mat	Reduserer effekten av mat som forsterker	Reduserer frekvensen av atferd tidligere forsterket av mat
Sove	Reduserer effekten av søvn som forsterker	Reduserer frekvensen av atferd tidligere forsterket av søvn
Utføre aktivitet	Reduserer effekten av aktivitet som forsterker	Reduserer frekvensen av atferd tidligere forsterket av aktivitet
Orgasme/sex stimulering	Reduserer effekten av sex som forsterker	Reduserer frekvensen av atferd tidligere forsterket av sex

(Cooper et al., 2007, s. 380, egen oversettelse).

Figurene viser sammenhengen mellom etablerende og evocative effect og sammenhengen mellom opphevende og abative effect.



Verbal atferd

Kommunikasjon og språk er en viktig del av menneskers samhandling, og atferdsanalysens tilnærming til dette blir kalt for verbal atferd. Skinner (1957) påpekte at det var viktig å skille mellom de formelle og strukturelle egenskapene ved språk. De formelle egenskapene involverer topografien og strukturen til den verbale responsen, mens de funksjonelle egenskapene involverer årsaken til responsen.

Den som fremviser verbal atferd kalles for en snakker, og dennes atferd er opprettholdt av forsterkning formidlet av en lytter. I tillegg må lytterens atferd være lært, altså etablert under diskriminativ kontroll av atferden til den som snakker. Det å se på interaksjoner mellom snakker og lytters atferd er hva Skinner (1957) kaller for en total verbal episode.

Skinner mente at språk er lært atferd, som opprettholdes

av de samme variablene og prinsippene som kontrollerer ikke-verbal atferd, men etter Skinners definisjon kan i prinsippet all atferd være verbal. Med verbal atferd menes ikke kun hørbare verbale ytringer, men det kan være alle former for kommunikasjon som tegnspråk, PECS, tenking osv. Ved en analyse av verbal atferd vil man se på den funksjonelle relasjonen mellom en type respondering og de samme uavhengige variablene som kontrollerer all annen atferd, henholdsvis motiverende operasjoner, diskriminativ stimuli og konsekvenser. Den avhengige variabelen vil være responsen, de primære verbale operantene:

- En **mand** er en verbal operant hvor responsen er forsterket av en spesifikk konsekvens, og er derfor under kontroll av relevante stimulus betingelser av motiverende operasjoner. Det kan være aversive situasjoner vi ønsker å unnsnippe fra, som for eksempel at du føler deg veldig varm

og spør Jonas som sitter ved vinduet om å åpne det. Eller det kan være at du er tørst, deprivasjon, og spør om Jonas kan sende deg vannmuggen. En mand forekommer når vi spør om å få noe vi trenger eller ønsker oss. Begrepet mand kommer fra det engelske ordet demand eller command.

- En **tact** er en verbal operant hvor en bestemt respons blir evokert av en nonverbal stimulus som et objekt, en hendelse eller en egenskap ved et objekt. En tact kan sies å være benevnning i nærvær av en gitt stimulus. For eksempel er et barn som peker på et fly på himmelen, og sier «fly». Tact kommer fra det engelske ordet contact.
- **Ekoikk** er en type verbal operant som forekommer når en snakker gjentar den verbale atferden til en annen snakker (Cooper et al., 2007). Hvis for eksempel et barn gjentar ordet kake etter å ha hørt moren si ordet kake. Ekoikk er kontrollert av en verbal diskriminativ stimulus. Det at moren sier kake er et eksempel på en verbal diskriminativ stimulus. Det forteller barnet at hvis han gjentar ordet kake vil han motta ros fra moren.
- **Tekstuell** er en verbal operant som ligner på ekoikk. En tekstuell operant er å lese høyt noe som er skrevet. For eksempel kan det stå ordet «kake» på et papir også sier barnet ordet «kake». Tekstuell handler også om å gjenta en verbal diskriminativ stimulus. Forskjellen mellom ekoikk og tekstuell er den verbale diskriminative stimulusen. Ved ekoikk er stimulusen muntlig og ved tekstuell er den skrevet.
- **Intraverbal** er en type verbal operant som forekommer når en verbale diskriminativ stimulus ikke evokerer en respons som er lik den verbale stimulusen (Cooper et al., 2007). Denne operanten går videre fra ekoikk hvor vi gjentar det som blir sagt til at for eksempel mor kan si «Hva slags kake er det?» og vi kan svare «Sjokoladekake».
- **Transkripsjon** er en verbal operant som forekommer når vi skriver eller staver ord som blir sagt (Cooper et al., 2007). Vi kan på en måte si det er det motsatte av tekstuell. Hvis moren sier «kake» og barnet skriver «kake» er det transkripsjon.

Alle de primære verbale operantene bortsett fra mand, er opprettholdt av generalisert betinget forsterkning, som ros eller oppmerksomhet. Mand er opprettholdt av forsterkning knyttet til den spesifikke konsekvensen.

Verbal atferd er sjelden under kontroll av en enkelt variabel, men under multipl kontroll av flere variabler. For eksempel kan det være at en mor holder opp en ball, og samtidig spør «hva er dette»? Responsen er da under kontroll av objektet ball, og den verbale foranledningen hva er dette, som illustrerer en tact-intraverbal operant.

Ved trening av verbal atferd kan ulike prosedyrer som for eksempel funksjonell kommunikasjonstrening brukes for å lære viktige ferdigheter som å spørre om hjelp, å spørre om en pause, eller det å si nei. Disse ferdighetene kan redusere aversive situasjoner, og kan dermed føre til en reduksjon av problematferd.

Avslutningsvis

Atferdsanalyse er et omfattende kunnskapsfelt. Hensikten med dette heftet har vært å gi en grunnleggende innføring samt skape forståelse for metoder og terminologi som benyttes i det daglige arbeidet for medarbeidere i Seksjon for Tilrettelagte boliger. Dersom du ønsker å innhente mer kunnskap om temaene vi har beskrevet i dette heftet, kan litteraturlista brukes som et utgangspunkt. Bruk ellers de ressursene du har på tjenestestedet ditt til å få økt forståelse for atferdsanalyse.

Oppgaver til kompetansenivå 4

(fyll ut det du har lært)

1. **Hva er ekstinksjon?**

2. **Hva kan være farene ved slike prosedyrer?**

3. **Hvilke ulemper har man ved NCR?**

4. **Hva mener man med motivasjonelle operasjoner?**

5. **Hvordan vil du beskrive en etablerende operasjon?**

6. **Hva menes med tacting?**

7. **Hva med manding?**

Referanseliste

Litteratur

- Ayllon, T., Azrin, N. (1968): The token economy. New York: Appleton-Century Crofts.
- Cooper, J. O, Heron, T. E., Heward, W. L. (2007): Applied Behavior Analysis. New Jersey: Pearson education Inc.
- Eikeseth, S., Svartdal, F. (2003) Anvendt atferdsanalyse. Teori og praksis. Oslo: Gyldendal Akademisk
- Holden, B. (2009): Utfordrende atferd og utviklingshemming. Atferdsanalytisk forståelse og behandling. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
- Holden, B., Finstad, J. (Red.) (2013): Atferdsavtaler. Et hjelpemiddel for å velge hensiktsmessig atferd. Oslo: Gyldendal Akademisk
- Horne, H. A., Øyen, B. (1991): Måltrettet miljøarbeid. Atferdsanalytisk arbeid med psykisk utviklingshemmede. Oslo: G.R.D. Forlag
- Horne, H. A., Øyen, B. (2005). Måltrettet miljøarbeid: Anvendt atferdsanalyse: Vol. 1. Læringsteori og dagliglivets pedagogikk. Oslo: G.R.D. forlag.
- Isaksen, J., Karlsen, A. (2013): Innføring i atferdsanalyse. Oslo: Universitetsforlaget
- Malott, R. W., Shane, J. T. (2014): Principles of behavior. New York: Routledge
- Skinner, B. F. (1957). Verbal behavior. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Svartdal, F., Flaten, M.A. (1998). Læringspsykologi. Oslo: Ad notam Gyldendal
- Svartdal, F., Holth, P. (2003). Læringspsykologiske grunnbegreper. Oslo: Gyldendal Akademisk
- The efficacy of noncontingent reinforcement as treatment for automatically reinforced stereotypy. Behavioral Interventions Volume 17: 93-103
- Doll, C., McLaughlin, T.F., Barretto, A. (2013): The Token Economy: A Recent Review and Evaluation. International Journal of Basic and Applied Science. Vol. 02, No. 01, July 2013, pp. 131-149.
- Hanley, G. P. (2012). Functional Assessment of Problem Behavior: Dispelling Myths, Overcoming Implementation Obstacles, and Developing New Lore. Behavior Analysis in Practice, 5, 54–72.
- Iwata, B. A., Dorsey, M. F., Slifer, K. J., Bauman, K. E., Richman, G. S. (1994). Toward a functional analysis of self-injury. Journal of Applied Behavior Analysis, 27, 197–209. (Reprinted from Analysis and Intervention in Developmental Disabilities, 2, 3–20, 1982) doi:10.1901/jaba.1994.27-197.
- Kazdin, A. E., Bootzin, R. R. (1972). The Token Economy: An evaluative Review. Journal of Applied Behavior Analysis, 5(3), 343-372. doi: 10.1901/jaba.1972.5-343
- Laraway, S., Snyderski, S., Michael, J., Poling, A. (2003), Motivating operations and terms to describe them: some further refinements. Journal of Applied Behavior Analysis, 36: 407–414. doi:10.1901/jaba.2003.36-407
- Larson, T. A., Normand, M. P., Morley, A. J., Miller, B. G. (2013), A functional analysis of moderate-to-vigorous physical activity in young children. Journal of Applied Behavior Analysis, 46, 199–207. doi:10.1002/jaba.8
- Løkke, J. A., Arntzen, E., Løkke, G. E. H. (2012). Om Begreper. Inndeling av atferdsanalysen i subsystemer eller arbeidsområder. I: Norsk tidsskrift for atferdsanalyse, 39, 63–71
- Løkke, J. A. & Salthe, G. (2012). Sjekkliste for måltrettet tiltaksarbeid: Fra normative og deskriptive premisser til tiltak og behandling. Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse, 39, 1, 17-32.
- Moore, J., Cooper, J. O. (2003). Some proposed relations among the domains of behavioranalysis. The Behavior Analyst, 26, 69–84
- Neef, N. A., Peterson, S. M. (2007). Functional Behavioral Assessment. I: J.O: Cooper, T.E. Heron og W.L. Heward (red). Applied behavior analysis (2. utg). Upper Saddle River, N.J: Pearson Prentice Hall.

Internett

<http://emaa.no/atferdsskolen/leksjon-2> [lest 04.08.2017]

<http://www.canis.no/bibliotek/artikkel.php?artid=179>
[lest 04.08.2017]

http://voksenliv.no/index.php?page_id=27 [lest 04.08.2017]

Vedlegg 1

Prioritering av målatferd

Er atferden farlig for bruker eller andre personer?	
Hvor ofte forekommer målatferden?	
Over hvor lang tid har målatferden forekommet?	
Vil endring av denne atferden føre til økt forsterkning for bruker?	
Hvor viktig er atferden for videre utvikling?	
Vil ending av denne atferden føre til redusert negativ oppmerksomhet fra andre personer?	
Vil denne atferden føre til forsterkning for nærpå personer?	
Hvor stor sannsynlighet er det for at man klarer å endre atferden?	
Hvor mye vil det koste å endre atferden?	

(fritt oversatt fra Cooper 2007, s.63)

Dato	Klokkeslett	Handling/situasjon	Total latens/ Tidsbruk
	Kl. start _____ Kl. slutt _____		
	Kl. start _____ Kl. slutt _____		
	Kl. start _____ Kl. slutt _____		
	Kl. start _____ Kl. slutt _____		
	Kl. start _____ Kl. slutt _____		

Notater

Velferdsetaten 2017

Postboks 30, Sentrum

0101 Oslo

Telefon

02 180

www.vel.oslo.kommune.no

ISBN: 978-82-93361-18-3