



BBC 99: VET VI ALLTID HVA VI GJØR NÅR VI SPØR «HVORFOR» OM ATFERD?

Jeg har vært inne på noen former for problematisk språkbruk, eller verbal atferd som vi ofte sier, i flere BBC-er. Jeg skrev blant annet om usakligheter i BBC 48, avbrytelser i BBC 71 og baksnakking i BBC 73. I denne BBC-en skal jeg skrive om nok en språkbruk, eller «verbalt fenomen», som er helt naturlig, men som det også går an å reagere negativt på, og som *kan* være problematisk. Det er å spørre om *hvorfor* vi selv, og særlig andre, utfører forskjellige handlinger. Spørsmålet dukker ofte opp i faglige sammenhenger, og i dagligtalen.

Generelt er det ikke noe problem å stille hvorfor-spørsmål. I forskning er de sentrale. Også i dagliglivet trengs de, for eksempel for å finne årsaker til et problem, for i neste omgang å eliminere årsakene til problemet, og dermed løse det. Hvis vi setter en bøtte under et dryppende tak, og ikke lurert på hvorfor vi stadig må tømme den, er vi lite smarte. Også når det gjelder atferd, kan vi selvfølgelig lære mye av å høre om hvorfor handlinger gjøres. Svar på hvorfor-spørsmål hjelper oss også til å bedømme handlinger som moralske eller umoralske, til å sanksjonere dem deretter, og til å reagere med alt fra forakt til empati. Når noen gjør noe dumt, spør vi gjerne «Hvorfor gjør du det»? for å få dem til å tenke seg om, se dumheten, og gjøre noe annet. Vi gjør det også om tidligere handlinger, for å hjelpe andre til å lære av sine erfaringer, og for selv å lære av deres erfaringer. Vi stiller selvfølgelig de samme spørsmålene til oss selv, også kalt å resonnerer, reflektere og tenke oss om, med like stor nytte. Så hvilke problemer kan spørring og forklaring skape, eller rettere sagt: Hvorfor kan hvorfor-spørsmål skape problemer?

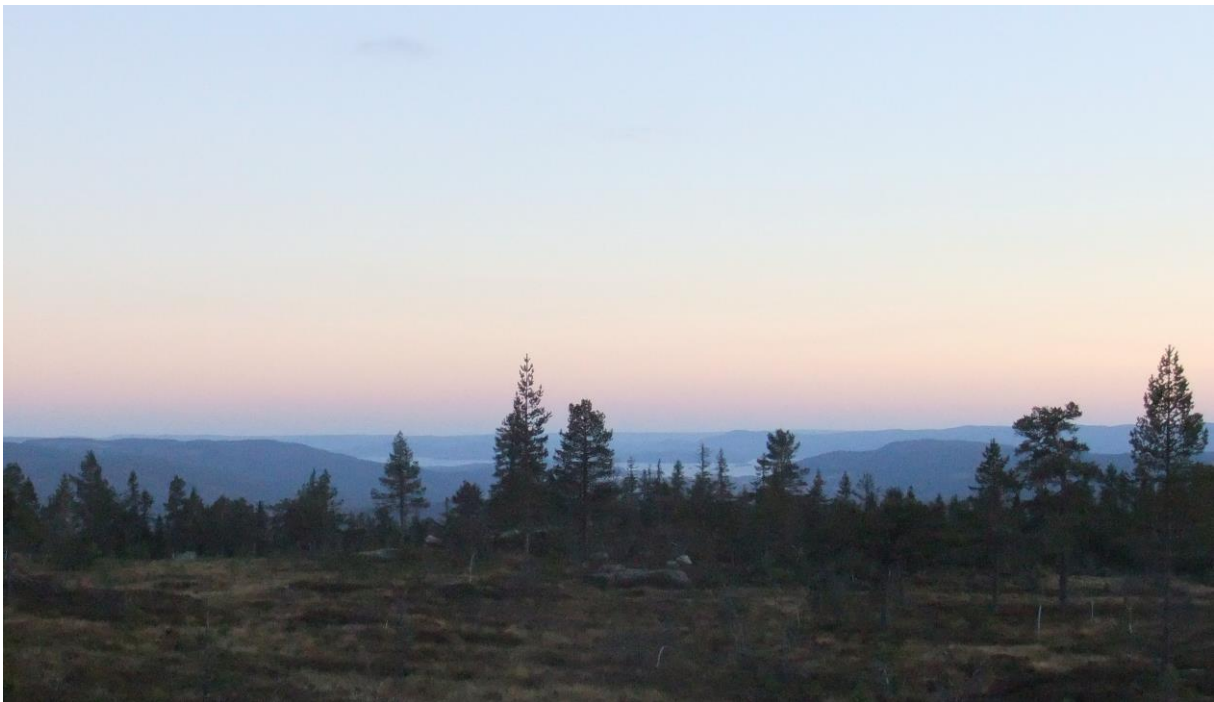
explain *v.* About 1425, make clear; borrowed from Latin *explānāre* to make plain or clear, explain, literally, make level, flatten (*ex-* out + *plānus* flat). — **explanation** *n.* Before 1382, borrowed from Latin *explānātiōnem* (nominative *explānātiō*), from *explānāre*; for suffix see *-ATION*. — **explanatory** *adj.* 1618; formed from English *explanat(ion)* + *-ory*, after the model of Late Latin *explānātōrius* having to do with an explanation, from Latin *explānātus*, past participle of *explānāre*.

Hvorfor-spørsmål innebærer per definisjon krav om å forklare. Vi har ordet «forklare» fra tysk erklären, som bokstavelig talt betyr å gjøre klarere, altså mer gjennomiktig, som når vann klarer. Da er det som kjent lettere å se. Det engelske ordet «explain» betyr å gjøre plant, eller flatt, altså oversiktig. Uansett er å forklare å gjøre det lettere å se. Så spørs det om alt kan gjøres gjennomiktig eller oversiktig.

Før jeg svarer må jeg diskutere hva som skal til for å kunne besvare hvorfor-spørsmål på gode måter. Da må vi kunne forklare det som spørsmålet dreier seg om, det vil si oppgi en eller flere årsaker til det, så hva skal til for å snakke om en årsak? Jo, noe må ha skjedd fordi noe *bestemt* har skjedd, og ikke fordi noe annet har skjedd, og ikke når det bestemte ikke har skjedd. Årsaker må også være noe konkret, det vil si observerbare hendelser. Oppdiktede hendelser kan ikke telle, for hvordan kan vi vite noe om dem? Heller ikke bare å sette et navn

på det som skal forklares, oppfyller kravene til en årsak: En årsak må være noe annet enn det som skal forklares, og da duger det ikke bare å kalle noe for noe annet. Å drikke for mye *på grunn av* alkoholavhengighet er en slik «forklaring» hvis konsumet er det eneste grunnlaget for å snakke om avhengighet. Ellers er årsaker mest opplagte når de kan observeres av flere som er enige om hva de observerer, så hva med årsaker som observeres av bare en person? Et klassisk eksempel i så måte er det som innenfor atferdsanalyse kalles «private hendelser», ofte tanker og følelser. Kan vi kalle det en årsak når vi utfører en handling etter at vi har følt eller tenkt noe? Det kan vi, etter min mening, hvis vi ikke hadde gjort det hvis vi *ikke* hadde tenkt eller følt det. Men vi befinner oss i et subjektivt landskap der den som «påberoper» seg private årsaker, kan «feilrapportere», enten fordi personen ikke vet bedre, eller lyver.

En enkelthendelse er sjelden hele årsaken til en handling. En veps stikker meg, og jeg skriker. En veps stikker deg enda mer, men du skriker ikke, eller mindre. Da er stikket *noe* av årsaken til at jeg skriker, men selvsagt ikke hele. Kanskje har jeg høyere smerteterskel, og kanskje er skriking en måte jeg kan bli «sett og forstått» på? Å si at «Det er ikke bare én årsak!», er derfor noe av det mest banale som kan sies. Årsaker kan også opptre som ledd i kjeder. Dermed kan en fullgod forklaring måtte redegjøre for flere, eller utallige, årsakskjeder. Alle forstår at det er umulig, men dess mer håndfaste ting det er tale om, dess muligere er det. For eksempel i medisinsk forskning er det litt av et puslespill, men det går stadig framover. Det ser vi på skolemedisinens suksess.



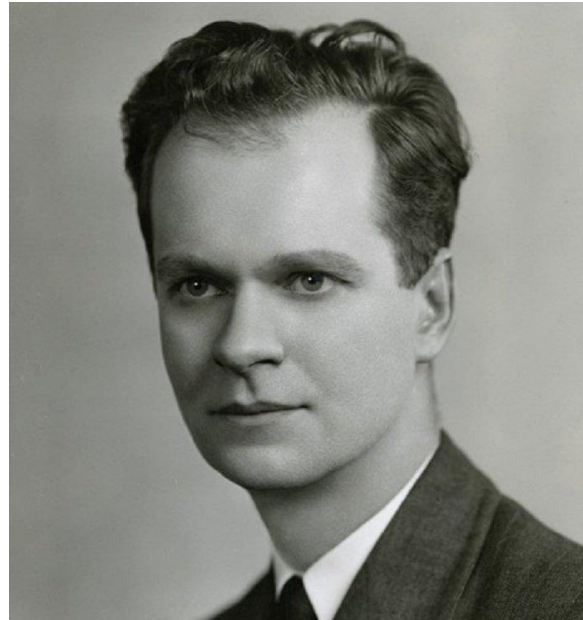
Det er høst ved Årkjølen, solen har gått ned, og det er den «blå timen». (Det gjelder å komme seg til bilen mens det ennå går an å se!) Odalen og Storsjøen i bakgrunnen.

Atferd er en spesiell «materie», og komplisert. Atferd påvirkes av genetiske og prenatale forhold, og av utallige hendelser gjennom livet. Likevel er det få områder der vi stiller så mange hvorfor-spørsmål, og kommer med så mange forklaringer. Det skyldes nok *delvis* – ingen årsaker er jo komplette – at atferd er viktig, og at vi er «laget slik» at vi konstant søker etter årsaker. Siden tidenes morgen har mennesker lurt på hvorfor stort og smått har skjedd. Våre tidlige forfedre tydde til animisme; at årsaker finnes i tingen eller i hendelsen selv, eller i dens sjel. Årsaker til at treet bøyde seg, var ikke vinden, men i treet selv. Årsaker til vind var ikke i fysiske hendelser som skapte den, men fantes i vinden selv. Det samme gjaldt selvfølgelig atferd. Selv om vi vet mer i dag, stilles mange hvorfor-spørsmål uten særlig forståelse av hvor

vanskelig det er å besvare dem. Mange hvorfor-spørsmål er håpløse, og mange forklaringer er mangelfulle eller ravgale. Vi ser det i psykologien generelt. Der sies det ofte at vi reagerer slik og slik *på grunn av* en viss personlighet, for ikke å si *personlighetsforstyrrelse*. Men personlighet er bare et ord for karakteristiske måter å oppføre seg på, det vil si et annet ord for atferd. Det er ikke noe vi «har» uavhengig av atferd.

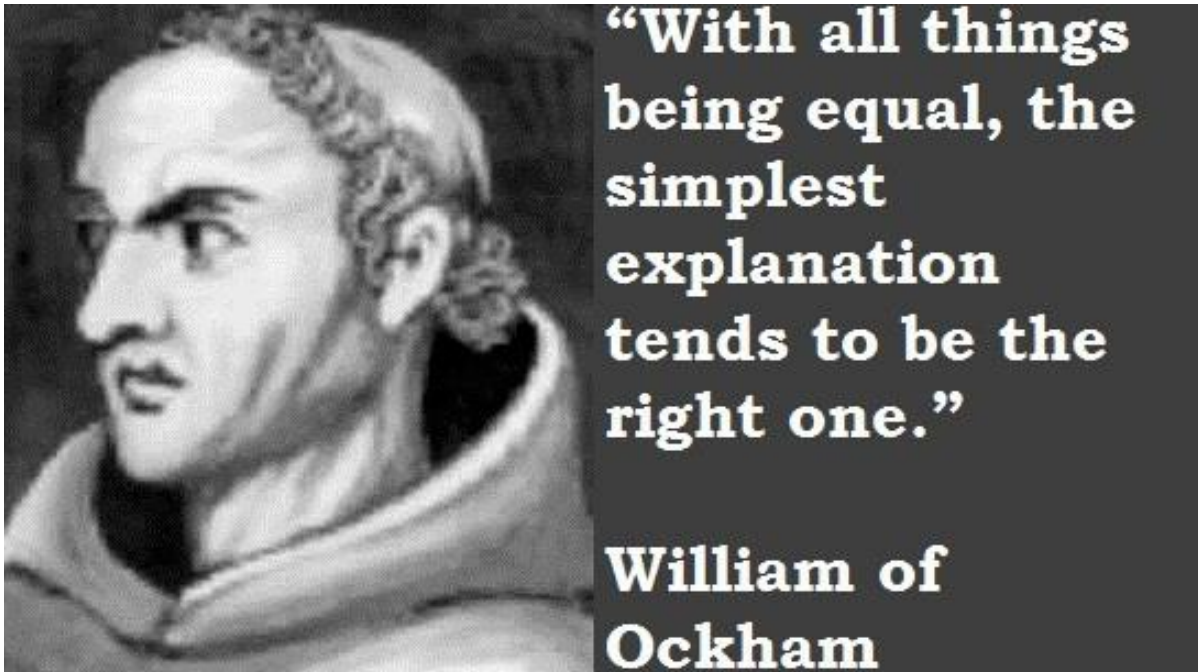
Men vi får feie for egen dør. Innenfor atferdsanalyse er vi temmelig bevisste på hva som er reelle forklaringer og ikke, og er fornøyde med oss selv. I all beskjedenhet mener jeg også at vi relativt sjelden stiller håpløse hvorfor-spørsmål, eller kommer med oppdiktede forklaringer, men forskånet er vi ikke. Når det gjelder hvorfor-spørsmål, er det vanskelig å forklare hvorfor en ting eller hendelse kan fungere som primær, eller ulært, forsterker. Vi kommer sjelden lenger enn å beskrive avgjørende kvaliteter ved den. *Hvorfor* kvalitetene er forsterkende, kommer det sjelden noe ut av å spørre om, men noen gjør det likevel. Når det gjelder forklaring, kan det være en reell forklaring å si at atferd forekommer fordi den tidligere har blitt forsterket i lignende situasjoner, vel og merke når fakta stemmer. Men noen ganger forutsettes en læringshistorie som det ikke er dekning for. At en person oppfører seg på en måte som *vanligvis*, eller *kan*, skyldes en viss historie, er ikke det samme som at den skyldes det. Det er ikke lett å holde tungen bent i munnen.

Noe av det mest unike ved atferdsanalyse er hvordan vi forklarer atferd. Atferdsanalyse sprang ut fra eksperimentet, som er den klareste måten å påvise årsaker på. Den dag i dag forekommer eksperimentbegrepet i klinisk praksis, særlig i forbindelse med eksperimentelle funksjonelle analyser, som utføres som klassiske eksperimenter ved at målpersonen systematisk «utsettes» for forskjellige betingelser. Et kjernebegrep i atferdsanalytisk årsaksforståelse, som i all eksperimentell vitenskap, er funksjonelle relasjoner. Det er mange relasjoner, men ikke alle er årsaker. En funksjonell relasjon er en påvist årsak, eller påvirkning. Det som påvirker, er en uavhengig variabel, og det som påvirkes, er en avhengig variabel. Dess mindre gap i tid og rom det er mellom årsak og virkning, dess mer spesifikk er årsaken, men gap utelukker ikke å snakke om årsak. Den lærdommen hadde vår stamfar, B. F. Skinner, mye fra fysikeren Ernst Mach.



Fysikeren Ernst Mach (1838–1916), og en som han påvirket, vår «stamfar» B. F. Skinner (1904–1990). Mach hadde stor innflytelse på unge Skinner, som på bildet har blitt 38 år. En lærdom Skinner fikk fra Mach, var at funksjonelle relasjoner er kausale selv om vi ikke kan redegjøre for det som skjer *mellom* uavhengig og avhengig variabel, en tankegang som er en bærebjelke i atferdsanalysen.

Tenk på astronomi, og på å handle ut fra erfaringer fra tidlig barndom. Det gjelder imidlertid å motstå fristelsen til å fylle gap med diktning, og ikke å gjøre ting mer komplekse enn det er dekning for, eller å bruke Ockhams barberkniv. Deler av tradisjonell psykologi har nok vært for opptatt av å fylle gap med hypotetiske prosesser og strukturer som ikke gir noen bedre forklaring på de observerte årsakene og virkningene. Å si at vi husker godt *på grunn av* god lagring, sier dessverre neppe mer enn at vi husker godt.



William av Ockham (ca. 1285–1347), teolog og filosof, og tydeligvis klok.

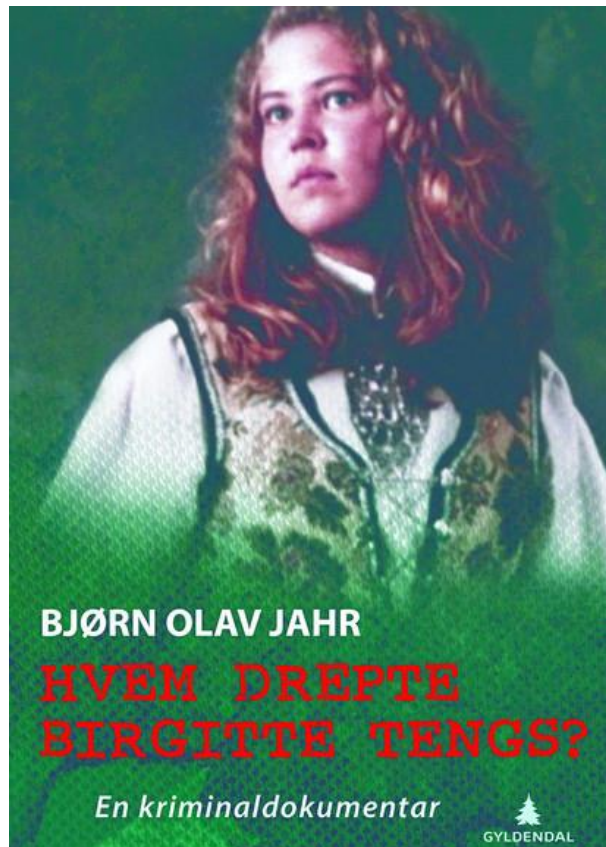
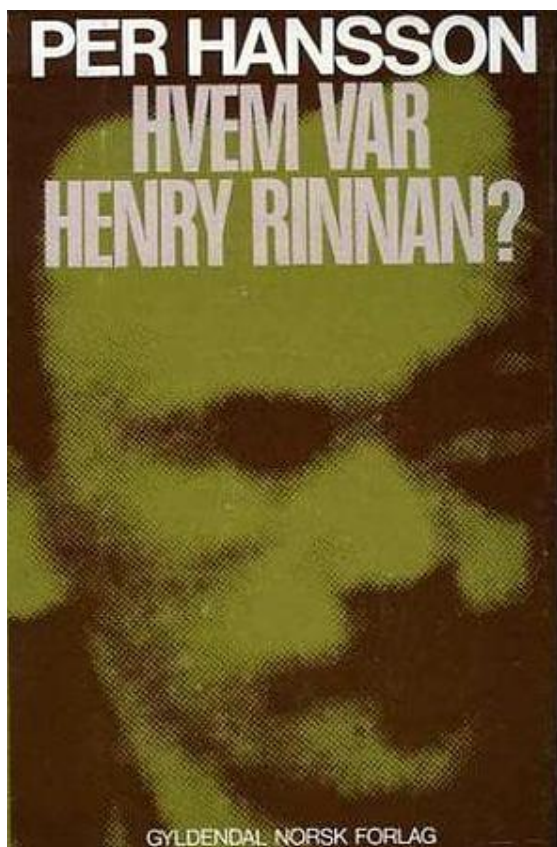
Våre strenge krav til forklaringer kan kollidere med annen psykologi, og med folkepsykologi. Prisen for å operere med reelle forklaringer kan være at de oppfattes som så enkle at de virker banale, mangelfulle og i verste fall irrelevante. «Det må være noe mer», tenker nok noen. En atferdsanalytisk tese er at atferd til *sjuende og sist* har ytre miljøårsaker, som ikke utelukker indre, private årsaker. Vektlegger vi indre årsaker lite, eller ser helt bort fra dem, oppfattes det gjerne som kaldt og lite empatisk, i tillegg til snevert. Reaksjonene gir oss faglige og pedagogiske «utfordringer».

Faglig sett kan vi bli for strenge i den forstand at vi bare godtar det mer eller mindre sikre – helt sikre blir vi jo aldri. Men også det som er litt sannsynlig, eller mulig, kan være interessant, og kan bli viktig. Eksperimentell puritanisme må derfor ikke få oss til å forkaste tolkninger for lett, eller til å gå glipp av mer komplekse og usikre årsaker som vi kanskje kan finne ut mer om. Ofte må vi lete med lys og lykte. Innenfor aksept- og forpliktelsesterapi, eller ACT, opereres det svært fantasirike forklaringer, gjerne verbale. Å forklare atferd kan være et puslespill der vi ofte må nøye oss med å sette sammen noen biter som gir et godt nok bilde.

Pedagogisk er det viktig å imøtekomme oppfatninger om at våre forklaringer er for snevre. Flere grep trengs. Vi må få fram at vi aldri kan finne ut alt, og at vi ofte må være fornøyde med å peke på viktige faktorer, særlig faktorer som det går an å gjøre noe med. Vi må også få fram det subjektive og individuelle; at *han* eller *hun* reagerer slik. Når vi peker på uakseptable årsaker, som at synet av blod, eller seksuell kontakt med barn, er forsterkende, er det viktig å få fram at det er uvanlig, men at det faktisk kan være slik for noen, på en saklig og «ydmyk» måte. Per Lorentzen har skrevet at når vi mener at handlinger opprettholdes av oppmerksomhet, mener vi at personen er «sleip», hvor han nå måtte ha det fra. Uansett er det viktig å få fram at vi ikke mener det. Tvert om må vi beskrive atferden som så forståelig som

mulig (men også si at personen manipulerer hvis det er tilfelle). Generelt må vi få med private årsaker til atferden, det vil si hva personen tenker og føler som kan være årsaker til atferden. Det er mulig uten å framstille indre forklaringer som absolutte og endelige. Skinner mente at indre atferd som oppfattes som årsaker til atferd, selv må forklares. Det har han rett i. Derfor kan det være lurt å prøve å forklare også den indre atferden, det vil si hvorfor personen trolig tenker eller føler slik personen gjør.

Forklaringer har uansett begrensninger. Selv om eksemplet ikke er særlig klinisk, forteller Skinner i *Verbal behavior* fra 1957 om da han i 1934 møtte den engelske filosofen Alfred North Whitehead, som utfordret ham til å forklare hvorfor han der og da sa at «Ingen svart skorpion faller ned på dette bordet». Det er det selvfølgelig umulig å forklare mer enn helt generelt. Det går nok an å si litt om hvorfor han utfordret Skinner til å forklare noe, men akkurat det spesifikke utsagnet er et av uendelig mange mulige. Han kunne like godt ha sagt at «Tomatsuppe lages ikke av gråstein», eller hvorfor han stakk en finger opp i luften. Skinner kunne ha forklart ham hvor vanvittig spørsmålet var, og bedt ham om å ryke og reise. Men Skinner tok det positivt, og spørsmålet bidro til at han gikk i gang med *Verbal Behavior*, som er en enorm samling av årsaker til at vi sier det vi sier.



Til venstre et av mange forsøk på å forklare kjente personers handlinger. Jeg synes å huske Per Hansson gjorde et ærlig og godt forsøk. Til høyre et mesterverk som viser hvor galt det kan gå når vi, eller i det tilfellet politiet, er desperate etter å forklare. (Se nedenfor.)

Også i dagliglivet, eller i folkepsykologien, er det rare spørsmål og forklaringer. Ikke minst stilles det hvorfor-spørsmål til barn som de umulig kan svare godt på. I en barnehage så jeg at en treåring uten klar foranledning slo en annen. Personalet spurte «Hvorfor slo du?», som om treåringen kunne forklare det. Men når forklaring kreves, må «gjerningspersonen» si noe. Da er det ekstinksjon av negativt forsterket atferd, eller av unnslippelse, som gjelder. Det ender ofte med enkle og umiddelbare forklaringer som er mest mulig akseptable. Slik læres vi opp fra vi er små til ofte å gi gale, eller sterkt mangelfulle, forklaringer på egen og andres atferd (med

den forskjell at forklaringer av andres atferd kan være mindre akseptable). Etter hvert får vi et svært repertoar av spørsmål og forklaringer. Måter å spørre og forklare på blir etablerte, og preger spørring og forklaringer i faglige sammenhenger og i psykologien generelt. Atferdsanalytikere må prøve å være hederlige unntak!

Det stilles også hvorfor-spørsmål når årsaker har liten interesse. Mange handlinger skal gjøres eller ikke gjøres, uavhengig av hvorfor, selv om det kan være lettere sagt enn gjort. Å spørre om hvorfor kan blant annet lede til det som innen ACT kalles begrunnelse, som kan være svært lite hensiktsmessig. Et annet merkelig fenomen er når noen forteller om noe som faktisk har skjedd, og møtes med spørsmål om hvorfor det skjedde, som om lytteren ikke tror at det har skjedd hvis fortelleren ikke kan forklare hvorfor. Å bli avbrutt av hvorfor-spørsmål før man har fått fram budskapet, kan virke mistroisk, og skape avstand. Empatisk lytting er ofte å vente med å be om forklaringer til historien er fortalt. Vi må anerkjenne at noe har skjedd, før vi kan forklare det, og gjøre noe med det.

Behovet for å forklare kan være så stort at det får tragiske følger. I Norge er fysisk tortur forbudt, selv om politimester Rynning-Tønnesen (1924–2013) sa at «Vi får ikke omelett uten å knuse egg». Men noen avhørsmetoder kan nok være psykisk tortur. I Birgitte Tengs-saken ble den hovedmistenkte holdt lenge i varetekt, og det ble gjort intense forsøk på å indoktrinere ham til å si at han hadde drept sin kusine. Etter langvarig press gikk han med på å si hvordan han kunne ha drept henne *hvis* han hadde drept henne, altså helt hypotetisk! Det skulle han ikke ha gjort, selv om det er lett å si. I tingretten ble han dømt for et mord han ikke kunne ha begått, og bare med nød og neppe ble han frikjent i lagretten.

På lokallagsfronten nærmer det seg heldagsseminar. Det blir på Oppstad samfunnshus i Sør-Odal fredag 30. november, om utfordrende atferd hos personer med utviklingshemning som også har en eller flere psykiske lidelser. Det blir et bredt og godt program, så merk av dagen dere som vil gå i «dybden» når det gjelder å forstå utfordrende atferd. Mange av oss ses!

20. september 2018

Børge Holden



Så har det blitt høst på Grytsetra. Lokking, rauting og bjelleklang har stilnet for i år, og roen har senket seg. Da kan det være enda mer stemningsfullt å gå der, og å la tankene flyte fritt.