

Adfærdens ABC

S. G. Friedman, Ph. D., Utah State University

Publiceret i Original Flying Machine, Issue 9: Nov-Dec, 2001

Oprindeligt præsenteret på Grey Pooon Challenge Conference, dec. 2000

Oversat til dansk af Helle Brunnich

Baggrund

Jeg havde engang en psykologi professor, som indledte hver lektion rystende på hovedet og chantende "Adfærd er ikke, hvis ikke kompleks". Sandere ord har ikke været sagt, og når det kommer til kompleks adfærd hos vores selskabspapegøjer, så har vi virkelig fået hænderne fulde. Med risiko for at de plukker fjer, hakker, trevler og klipper ... uophørligt skriger, snakker, kalder og skræpper ... for ikke at nævne bider, napper, gnaver og river – så jeg er aldrig helt sikker på, hvem jeg skal vende mig til for at få hjælp; Dr. Skinner eller Dr. Seuss!

At mindske problemadfærd kan synes meget vanskeligt. Jeg har et billede i hovedet af et stykke legetøj til skrivebordet, hvor der hænger sølvkugler i snore ned fra en træramme. I det øjeblik du trækker én af kuglerne tilbage og slipper den, så sætter den de andre kugler i bevægelse, og de fortsætter i lang tid med at støde på hinanden, inden de til sidst falder til ro igen. Ligesom dette legetøj, sætter en adfærd gang i en kaskade af uendelige interaktioner – så, at analysere en enkeltstående adfærd er meningsløst. Adfærd er en del af et endeløst gensidigt samspil mellem et individs genetik, adfærdsmæssige historie og det miljø, hvor adfærden opstår.

Når man står overfor sådan en kompleksitet, så er det ikke så underligt, at der er øjeblikke, hvor vi føler os overvældet og tomhændet i arbejdet med vores papegøjer. For at forbedre vores evne til at forstå og påvirke vores papegøjers adfærd, har vi behov for en systematisk tilgang til at lave en struktur, som forenkler den tilsyneladende kompleksitet, der truer med at sløre vores indsigt.

Lige så enkel som ABC

En sådan tilgang til at forstå specifik adfærd er kendt, som en ABC-analyse. Bogstaverne står for de tre elementer af en forenklet adfærdsmæssig 'ligning', som består af *antecedenter*, *adfærd* og *konsekvenser* (*Antecedents, Behavior and Consequences*). Med denne strategi kan vi omhyggeligt identificere, via nøje observationer, de begivenheder og forhold, som går forud for den ønskede adfærd – *antecedenterne*, samt at identificere resultatet, som følger efter *adfærden* – *konsekvenserne*. Denne simple form for analyse vil samme med gode observationsevner og kreativ problemløsning, hjælpe os til at afdække, hvordan

adfærdens grundlæggende komponenter er sammensat. Det er denne indsigt, som leder os videre til vigtig viden og indlæringsstrategier.

Hvordan

Der er 6 trin i en ABC-analyse: (1) beskriv den ønskede adfærd i klare og observerbar termer; (2) beskriv de antecedenter, som forekommer og forhold, som eksisterer umiddelbar før adfærden sker; (3) beskriv konsekvenserne, som umiddelbart følger efter adfærden; (4) gennemgå antecedenterne, adfærden og konsekvenserne i sekvenser; (5) planlæg nye antecedenter og/ eller konsekvenser for at indlære ny adfærd eller ændre allerede eksisterende adfærd; (6) evaluer resultatet.

Lad os se på et eksempel: Veda, min ellers charmerende alexandrinske papegøje, *Psittacula eupatria*, bider hurtigt og kraftfuldt, når jeg beder hende om gå op på min hånd inde fra hendes bur. Set isoleret på dette problem og i sin fulde kompleksitet, så kunne vi opstille den hypotese, at hun er aggressiv, territorial, hormonal, defensiv eller dominant. Alternativt kunne hun også være genstridig, stædig, ikke samarbejdsvillig eller blot mæg forkælet! Hver og en – eller alle, af disse hypoteser kunne være korrekte, men, som problemløsning, fungerer de kun som mærkat for adfærden, de hjælper ikke med til at løse problemet. Og eftersom de ikke beskriver en observerbar adfærd, kan man aldrig være helt sikker på nøjagtigheden af mærkatet.

ABC Analysen

Her kommer min analyse af Vedas bideadfærd med udgangspunkt i ABC analysen:

Først baggrunden og omstændigheder: Når Veda bliver bedt om at gå op på min hånd, inde fra sit bur, så bider hun mig ofte, dog ikke altid. Hun bider mig ikke under andre omstændigheder eller i andre situationer. Hun kan bide på alle tidspunkter af dagen og alle medlemmer af familien. Men når hun er kommet ud af sit bur, så går hun uden tøven op og ned fra alle pladser, også fra toppen af hendes bur. Hver dag leger Veda 3-4 timer på hendes klatretræ i stuen og nyder at blive kælet for og er generelt afslappet, når hun pudser fjer og leger med sit legetøj. På alle områder er hun en fantastisk selskabspapegøje.

Trin 1: beskriv adfærden i observerbare termer.

Veda udvider sine øjne, strammer grebet om sin pind, trækker kroppen tilbage og venter i denne position i et til to sekunder. Hvis jeg ikke flytter min hånd, så bider hun hårdt i den.

Trin 2: beskrive antecedenterne.

Hver gang jeg passerer Veda bur, så hilser jeg på hende, for at lade hende vide, at jeg er der. Jeg åbner lågen ind til hendes bur, og langsomt stikker min hånd ind foran hende, og siger: "Hop op, Veda".

Trin 3: beskriv konsekvenserne.

Jeg trækker min forbidte hånd til mig (såret og irriteret), og Veda forbliver i sit bur. Lågen, eller skal jeg sige *døren*, lukkes.

Trin 4: gennemgå antecedenterne, adfærd og konsekvenser i sekvenser

Hver gang jeg passerer Vedas bur, hilser jeg på hende for at lade hende vide, at jeg er her; jeg åbner lågen ind til hendes bur, og langsomt stikker min hånd ind foran hende og siger: "Hop op, Veda". Veda udvider sine øjne, strammer grebet om sin pind, trækker kroppen tilbage og venter i denne position i et til to sekunder. Hvis jeg ikke flytter min hånd, så bider hun hårdt i den. Jeg trækker min forbidte hånd til mig (såret og irriteret), og Veda forbliver i sit bur.

Lad os et øjeblik stoppe op her og gennemgå den viden, der er kommet ud af denne analyse, da den kan hjælpe mig med at få bedre indsigt i flere vigtige ting. For det første, så lærte jeg, at Veda ikke er en *bider* eller har et *bideproblem* i nogen kronisk eller generel forstand, men at Veda har meget specifikke reaktioner i et specifikt miljø med andre antecedenter end dem jeg havde forventet. Inden jeg lavede en ABC-analyse af Vedas bideadfærd, havde jeg ikke bemærket, at hun spændte sin krop, trak sig væk og udvidede sine øjne i et tappert forsøg på at advare mig om, at jeg skulle trække mig. Hvor bemærkelsesværdigt!

I dette lys bliver det meget klart, at de kritiske antecedenter for hendes bideri ikke er, at jeg stikker min hånd ind i hendes bur; det er det, at jeg ignorerer hendes ikke-aggressive kommunikation, hvor hun beder mig om at fjerne hånden. Da jeg ignorerer hendes kommunikation og fortsætter, er hendes eneste udvej at bide. Så hvem var det der satte sølvkuglen i bevægelse denne gang; Veda eller mig?

Det er også indlysende at det, at jeg trak min hånd ud af hendes bur, rent faktisk var med til at forstærke hendes bideri. Med hvert eneste af disse tilfælde har jeg uforvarende, men effektivt lært Veda, at det at bide var en effektiv, men nødvendig metode til at få min hånd ud af hendes bur; når nu ikke-aggressive advarsler ikke virkede på mig. Jeg er sikker på, at hun ville sige, at det ikke var personligt, men at jeg var meget ... dum! Kan du lige høre hende forklare vores unge kakadue: "Hør her, lille ven. Lige meget hvor sød og kærlig du gerne vil være, så reagerer de der mennesker kun på en ting - og det er aggression. Det er den rene jungle her inde!".

Trin 5: planlæg nye antecedenter og/ eller konsekvenser

Efter at have gennemgået mine muligheder, valgte jeg at ændre antecedenterne for at mindske Vedas bideri. Først og fremmest, så siger jeg ikke længere: "Hop op!", når jeg vil have hende til komme ud af sit bur. I stedet spørger jeg hende: "Vil du op?". Hvis hun udviser den advarende adfærd, så tolker jeg det som et "Nej, men tak fordi du spurgte!" og jeg kan roligt fjerne min hånd fra hendes bur. Jeg vil så lade hendes lem i buret stå åben, og dermed give hende mulighed for selv bestemme hvornår - og om, hun vil ud af

buret. Et yderligere tiltag, er, at jeg har trænet hende til at hoppe op på en pind, for de sjældne tilfælde, hvor det ikke er muligt for hende at være i sit bur. Et par gange om ugen træner vi, at hun skal hoppe op på en pind, og for dette får hun en kæmpe portion ros og kys.

Trin 6: evaluer resultatet

Ændringen af antecedenterne for at mindske Vedas bideri har været en stor succes. Selvfølgelig kommer det ikke som en overraskelse, at hun ikke længere bider mig – ved at være opmærksom på hendes advarsler, opstår der ingen muligheder eller årsager til, at hun skulle gøre det. Jeg fortsætter med at præsentere min hånd for hende og spørger om hun vil hoppe op. Hvis hun spænder i kroppen, trækker sig væk og/ eller udvider sine øjne, så flytter jeg min hånd og gør noget andet i stedet (som at rense buret eller hælde frisk vand i skålen)

Hvad der er meget uventet, er, at efter blot nogle få måneder, hvor hun selv har kunnet bestemme, hvordan hun vil komme ud af buret, så er det nu meget sjældent, at hun afslår mit tilbud om at komme op på min hånd - ofte hopper hun lige så nydeligt op og får et lift. Hvem ved... måske er det muligheden for selv at vælge, som var vigtig for hende eller det, at hun selv fik mere kontrol over sit liv; måske blev hendes tillid forøget, da jeg mindskede min dominans. De er alle meget interessante muligheder.

Afsluttende tanker

Efter min mening, så fokuserer vi generelt for meget på konsekvenserne for at påvirke adfærd. Dette er særligt tydeligt, når vi taler om en negativ adfærd, som vi ønsker at mindske eller eliminere. På den måde begrænser vi os selv til kun at belønne eller straffe mere eller mindre. En af de spændende fordele ved denne simple analysestrategi, er, at det fremmer vores overvejelser af antecedenter, det vil sige, de ting, som vi gør for at fremme ... eller fremprovokere... adfærden. Antecedenter skal omhyggeligt arrangeres, så de sikrer, at den ønskede adfærd opstår. Gøres dette, er det enkelt at vælge konsekvenserne – når adfærden er den ønskede, er konsekvenserne altid positive! Jeg tror oprigtigt på (og det er også mine erfaringer fra mit arbejde med børn) at bag hver negativ adfærd, så ligger der nogle dårligt arrangerede antecedenter.

Nogle af jer har måske indsigelser til min analyse eller andre løsningsforslag. Og der er med sikkerhed flere produktive metoder til at analysere en adfærdssækvens på, og mere end én nyttig løsning, der kan udarbejdes. Den rigtige analyse og den rigtige løsning er den, som giver det ønskede resultat, passer til den stil du og din fugl er komfortable med, og som forbedrer dit forhold til din fugl. Med Veda blev alle disse tre kriterier opfyldt. Vores træning er kun begrænset af vores evne til at observere, vores kreativitet og vores vilje til at behandle vores papegøjer human og med indlevelse.

Selvfølgelig optræder adfærd ikke altid så lineært, som det kan synes når man analyserer ABC'erne, men jeg tror, at den vigtigste indsigt, er, at ingen af os, inklusiv vores fantastiske papegøjer, opfører os isoleret uden at blive påvirket af vores omgivelser. Sommetider kan adfærdsanalyser være som at gå ind i en spejlsal i et tivoli, og andre gange kan adfærd være ligetil. Det er på de tidspunkter, at en mere forenklet tilgang til at

analysere adfærd er lige, hvad vi behøver for at øge vores forståelse og udvikle bedre læringsstrategier. Min erfaring er, at ABC-analysen er rigtig god at bruge på papegøjeadfærd, og til at finde de relaterede komponenter for mange forskellige former for adfærd. Når disse relationer er afdækket, er vejen til kreative, positive løsninger og læringsplaner også meget tydeligere. Jeg håber, du vil prøve ABC analysen og finde ud af, at den er et brugbart redskab i din værktøjskasse til at forstå din papegøje.

Den originale version af denne artikel er gengivet med tilladelse fra TGPC Internet Conference, december 2000.