

## WHAT'S WRONG WITH THIS PICTURE? EFFECTIVENESS IS NOT ENOUGH

Susan G. Friedman, Ph. D.  
Department of Psychology  
Utah State University, Logan, UT

käännös: Jarmo Tuutti

### Mikä kuvassa on vikana? - Tehokkuus ei yksin riitä

#### Mitä sairauksiin tulee, ota tavaksi nämä kaksi asiaa: joko auta, tai älä aiheuta vahinkoa. - Hippokrates

Luultavasti tärkein näkökulma Hippokrateen yksinkertaisen ajatuksen tärkeiden näkökulmien joukossa on sen universaalisuus. Todellakin, tämä eettinen periaate sopii niin lemmikkien hoitajiin kuin lääkäreihin; sekä käyttäytymisongelmiin että sairauksiin; ja papukaijoihin sekä ihmisiin. Vaikka kahtiajako voikin alkuun vaikuttaa suoraviivaiselta, siitä voi tulla monimutkainen asia, kun puhutaan eläinten käyttäytymisen muokkaamiseen käytetyistä menetelmistä.

#### Mikä kuvassa on vikana?

Ei valitettavasti ole ennenkuulumatonta, että lintu painetaan maahan kepin avulla puremisen takia, siltä viedään ruoka ja sosiaalinen vuorovaikutus, koska se ei astunut kädelle, tai jätetään kylmään suihkuun pitkään jatkuneen huutamisen takia. Onneksi suurin osa ihmisistä ymmärtää, että nämä menetelmät eivät ole soveliaita, koska ne sisältävät jopa fyysistä pahoinpitelyä. Mieti kuitenkin seuraavia yleisten käyttäytymisongelmien ratkaisuksi annettuja neuvoja:

- Kun lintu puree, pudota se lattialle
- Kun lintu ei suostu tulemaan ulos häkistä, nappaa se sieltä pyyhkeen tai hanskan avulla
- Kun lintu pitää meteliä, peitä sen häkki tai heiluta sitä kädessäsi, kunnes se on hengästynyt siipien läpytyksestä
- Kun lintu puree hyllyä, ruiskuta sen päälle vettä tai paukuta lusikkaa paistinpannuun

Voi olla vaikeampaa arvioida näiden menetelmien soveltuvuutta, sillä niitä on suositeltu lemmikkien omistajille kauan. Näitä levittävät ihmiset toimivat näin siksi, että nämä strategiat voivat olla tehokkaita käyttäytymisongelmien vähentämiseksi. He kohauttavat olkapäitään ja sanovat: "Kunhan se toimii!" Todellakin, nämä lähestymistavat toimivat ajoittain. (Se, että nämä strategiat toimivat vain ajoittain selittää sen, miksi niitä käytetään edelleen, kuten ajoittaiset suuret voitot aikaansaavat jatkuvaa uhkapelaamista.) Tehokkuuden alta löytyy kuitenkin paljon suurempi ongelma: kriteereiden puute, joiden

pohjalta valitsemme käyttäytymisongelmien vähentämiseksi käyttämämme menetelmät. Tehokkuus on yksi kriteeri, mutta tehokkuus yksin ei riitä.

## **Tungettelevuus ja sosiaalinen vastuu**

Käyttäytymisen vähentämiseksi käytettävien menetelmien valintaa avustavien normien puute on vakava ongelma. Tällaisten normien puuttuessa valitsemme puuttumistavat herkästi pohjautuen vain tehokkuuteen, emme humanisuuteen. Ollakseen humaaneja, väliintulojemme pitäisi olla mahdollisimman vähän tungettelevia ja edelleen tehokkaita. Carter ja Wheeler (1) määrittelevät tungettelevuuden kahden tärkeän kriteerin pohjalta: 1) Väliintulon sosiaalisen hyväksyttävyyden taso, sekä 2) Hallinnan taso, jonka oppija säilyttää, kun väliintuloa toteutetaan.

Käyttäytymisenmuokkausmenetelmän sosiaalisen hyväksyttävyyden taso on henkilökohtainen ratkaisu pohjautuen siihen, mikä on sopivaa ja mikä ei, huomioiden kyseisen ongelman ja eläimen. Eri menetelmien hyväksyttävyydestä tehty tutkimus osoittaa säännönmukaisesti, että opettajat, psykologit, vanhemmat ja lapset arvostelevat positiiviseen vahvistamiseen pohjautuvat menetelmät paremmiksi, kuin rankaisuun pohjautuvat. (2, 3) Rankaisuun pohjautuvien menetelmien tunnetut haittavaikutukset edelleen vahvistavat tätä näkemystä. Näitä haittavaikutuksia ovat mm. lisääntynyt aggressio, yleistetty pelko, apatia sekä pako-/välttelykäyttäytyminen; kaikki asioita, joita havaitsemme usein myös papukaijoilla. Kun havaitsemme tällaisia käyttäytymismalleja lemmikeissämme, se voi tarkoittaa, että ne kokevat elämän ihmisen kanssa rankaisevana parhaista yrityksistämme huolimattamme. Rankaisuun pohjautuvissa menetelmissä on myös muita huomion arvoisia ongelmia:

- Rankaisu ei opeta oppijalle, mitä tehdä ongelmakäyttäytymisen sijaan
- Rankaisu ei opeta opettajalle, miten opettaa vaihtoehtoisia käyttäytymismalleja
- Rankaisu on oikeastaan kaksi luotaantyöntävää (linnun kannalta negatiivinen asia, jota se pyrki normaalisti välttämään) tapahtumaa: rankaisuun käytetyn ärsykkeen tuominen sekä vahvisteen poistaminen, joka on aikaisemmin ylläpitänyt tiettyä toimintamallia
- Rankaisu vaatii luotaantyöntävän ärsykkeen lisäämistä, jotta tietyt toimintamallit saadaan pidettyä poissa
- Toimiva rankaisu vahvistaa rankaisijaa, joka on tämän seurauksena rankaisee myös tulevaisuudessa, vaikka edeltäjien uudelleenjärjestely ja positiivinen vahvistaminen voisi olla yhtä tehokasta, ellei peräti tehokkaampaa.

## **Tungettelevuus ja oppijan hallinnan taso**

Carterin ja Wheelerin toinen kriteeri, miten paljon käyttäytymisen muokkaamisen menetelmä säilyttää tilanteen hallintaa oppijalla, on oleellinen, kun kehitämme tehokkaan ja humanin toiminnan standardeja. Tutkimus osoittaa, että eläimillä tulisi olla mahdollisimman suuri mahdollisuus vaikuttaa merkittäviin tapahtumiin elämässään, eli käyttää omaa toimintaansa tehokkaasti saavuttamaan toivotun lopputuloksen. Tätähän varten käyttäytyminen on kehittynyt. Kun eläimen yritykset paeta luotaantyöntävältä ärsykkeeltä estetään, ne usein lopettavat yrittämisen, vaikka mahdollisuus pakenemiseen annetaan. Tämä ilmiö, nimeltään opittu avuttomuus, on toistettu monilla eri lajeilla (kuten koirilla, kissoilla, apinoilla, torakoilla, lapsilla ja aikuisilla). Vastineen estäminen liitetään moniin patologisiin vaikutuksiin, kuten masennukseen, oppimishäiriöihin, tunne-elämän häiriöihin (4) sekä immuunijärjestelmän heikkenemiseen (5).

Papukaijojen tavoitteellinen toiminta muuttuu tehottomaksi, kun jätämme niiden puremat huomioimatta, pakotamme ne menemään häkkiin tai tulemaan sieltä ulos, sekä pakotamme

ne astumaan kädelle. Jopa papukaijan lukitseminen häkkiin pelottavan lelun kanssa, logiikalla "se tottuu siihen", poistaa papukaijalta tarpeettomasti mahdollisuuden paeta. Kun hallinnan puutteesta tulee elämäntyyli, se voi johtaa poikkeuksellisiin käyttäytymismalleihin vankeudessa elävissä papukaijoissa, kuten kovaan huutamiseen, höyhenten nyppimiseen, itsensä silpomiseen, parin tappamiseen sekä fobioihin.

### **Väliintulokeinojen hierarkia**

Sovelletun käyttäytymisanalyysin alueella on 40-vuotinen standardi, joka suosittelee käyttämään mahdollisimman positiivista, sekä mahdollisimman vähän tungettelevaa keinoa käyttäytymismallien vähentämiseksi (tunnetaan myös nimellä mahdollisimman vähän rajoittava väliintulo käyttäytymiseen, *least restrictive behavior intervention*, LRBI). Tätä standardia pidetään yllä Yhdysvaltojen liittovaltion lapsia suojelevassa laissa (IDEA, 1997) sekä käyttäytymisanalyystien vastuuntuntoisen käyttäytymisen ohjeistuksessa (Behavior Analyst Certification Board, 2004). Tämän liittovaltion lain sekä ammattilaisten standardin mukaan menetelmät, jotka sisältävät luontaatyöntävän ärsykkeen, ovat tungettelevampia ja niitä suositellaan vasta, kun vähemmän tungettelevia keinoja on kokeiltu.

Ratkaisujen tekemisen avuksi Alberto ja Troutman (6) kuvailevat eri vaihtoehtojen hierarkiaa, joita voidaan käyttää toiminnan vähentämiseen. Hierarkian huipulla ovat tason 1 menetelmät (vaihtoehtoisten käyttäytymismallien valikoivan vahvistamisen variaatiot), joita pidetään sosiaalisesti hyväksyttävimpinä ja jotka tarjoavat oppijalle mahdollisimman suuren hallinnan ympäristöstään. Pohjalla ovat hierarkian tason 4 menetelmät, joita pidetään sosiaalisesti vähiten hyväksyttävimpinä sekä jotka tarjoavat oppijalle pienimmän mahdollisen hallinnan ympäristöstään (positiiviseen rankaisuun pohjautuvat keinot).

Vastaus kysymykseen "Riittääkö tehokkuus yksin" on kaikuva "EI!", kun kyseessä on väliintulomenetelmien valinta lapsien käyttäytymiseen liittyen. Varmasti vastaava hierarkia, jonka käyttöönotto olisi sekä eettistä, että toteuttamiskelpoista, olisi sekä vankeudessa elävien eläinten, niiden omistajien että käyttäytymisongelmien parissa työskentelevien ammattilaisten etujen mukaista. Valisemalla vähiten tungettelevan ja toimivan menetelmän (eli positiiviseen vahvistamiseen pohjautuvan sekä hallinnan antavan) lisäämme väliintulojemme humanisuutta ilman, että joudumme tinkimään opettamiseen liittyvistä tavoitteistamme.

### **Ehdotettu väliintulostrategioiden hierarkia**

Laajentaen Alberton ja Troutmanin opettajille suunnattua hierarkiaa, kuva 1 esittää ehdotetun väliintulostrategioiden hierarkian, joka ottaa huomioon välittömät ja kaukaiset edeltäjät. Selkeä enemmistö käyttäytymisongelmista on mahdollista ratkaista käyttäen yhtä tai useampaa tasojen 1-4 strategiaa (järjestämällä kaukaiset ja välittömät edeltäjät, positiivisella vahvistamisella sekä valikoivalla vahvistamisella. Taso 5 (negatiivinen rankaisu, negatiivinen vahvistaminen sekä sammuminen) voi ajoittain olla eettinen ja tehokas vaihtoehto tietyissä tilanteissa. Taso 6, positiivinen rankaisu (luotaantyötävän ärsykkeen käyttö, joka pienentää tätä edeltäneen toiminnan esiintymisen todennäköisyyttä) on harvoin tarpeen (tai esitetty käytettäväksi parhaiden toimintatapojen puolesta), kun henkilöllä on vaadittava ymmärrys käyttäytymisestä sekä tarvittavat osaaminen opettamisesta.

#### **Taso 1: Kaukaiset edeltäjät - huomioi lääketieteelliset, ravinnolliset sekä fyysisen ympäristön tekijät**

Esimerkki: Ratkaise höyhenten nyppiminen kirurgisesti poistamalla syötyä metallia,

parantamalla ruokavaliota, lisäämällä luonnollisia oksia ja paperiesineitä häkkiin sekä lisäämällä mahdollisuuksia stimuloiville aktiviteeteille ja harjoittelulle.

**Taso 2: Välittömät edeltäjät - suunnittele tilanne uudelleen, muuta motivaattoreita sekä lisää tai poista ongelmakäyttäytymiseen liittyvä vihje**

Esimerkki: Siirrä leikkipaikka pois ikkunanpuutteen vierestä estääksesi jyrsiminen, tarjoa aikaa kanssasi leikkipaikalla ennen poistumistasi vähentääksesi vaeltelua, poista korvakorut ennen linnun pitelyä vähentääksesi niiden repimistä.

**Taso 3: Positiivinen vahvistaminen - Johdonmukaisesti toimita ongelmakäyttäytymistä vahvistavampi seuraus oikeasta käyttäytymisestä**

Esimerkki: Kun omistaja sanoo "matkahäkki" (A, edeltäjä), jos papukaija kävelee matkahäkkiin (B, toiminta), omistaja kehuu tätä ja antaa herkun (C, seuraus). Matkahäkkiin meno lisääntyy.

**Taso 4: Vaihtoehtoisen toiminnan valikoiva vahvistaminen - Vahvista hyväksyttävää toimintaa ja poista ongelmakäyttäytymisen vahvistava tekijä**

Esimerkki: Kun omistaja kävelee huoneeseen (A, edeltäjä), jos lintu pitää molemmat jalkansa orrella (B, toiminta), omistaja kehuu ja rapsuttaa lintua. Kun omistaja kävelee huoneeseen (A) ja lintu ravaa orrella edestakaisin (B), omistaja jättää linnun huomioimatta. Molempien jalkojen pitäminen orrella lisääntyy ja ravaaminen vähenee.

**Taso 5 (ei tungettelevuuden mukaisessa järjestyksessä)**

**a. Negatiivinen rankaisu - säännöllisesti poista positiivinen vahviste, jotta ongelmakäyttäytyminen ilmenisi harvemmin.**

Esimerkki: Omistaja laittaa häkkiin siemenkupin (A), jos papukaija puree häkin pinnoja (B), omistaja poistaa siemenkupin 5 sekunniksi (C). Pureminen todennäköisesti vähenee.

**b. Negatiivinen vahvistaminen - säännöllisesti poista luontaatyötävä edeltävä ärsyke lisätäksi toivomasi toiminnan ilmenemisen todennäköisyyttä**

Esimerkki: Omistaja tarjoaa käden pitäessään pyyhettä toisessa kädessä (A). Jos papukaija astuu kädelle (B), pyyhe viedään pois (C). Kädelle astuminen todennäköisesti lisääntyy.

**c. Sammuminen - Pysyvästi poista toimintaa vahvistava tekijä vähentääksesi sitä tai saadaksesi se edeltävälle tasolle.**

Esimerkki: Pidä huoli, että lapsesi jättävät papukaijan huomiota hakevan kiroilun huomioimatta. Kiroilu todennäköisesti vähenee.

**Taso 6: Positiivinen rankaisu - säännöllisesti toimita luontaatyötävä ärsyke vähentääksesi ongelmakäyttäytymisen ilmenemisen todennäköisyyttä**

Esimerkki: Omistaja kävelee oviaukosta läpi (A). Jos papukaija puree (B), omistaja ravistaa kättään pudottaen sen lattialle (C). Pureminen todennäköisesti vähenee tulevaisuudessa.

*Kuva 1: Esitetty hierarkia käyttäytymisen muokkaamisen menetelmiksi käyttäen mahdollisimman positiivista ja mahdollisimman vähän tungettelevaa toimivaa menetelmää*

*(taso 1 suositelluin - taso 6 vähiten suositeltu).*

## **Huomio käyttäytymisen konsultointia tekeville ammattilaisille**

Baileyn ja Burchin mukaan (7) se, mikä tekee käyttäytymisanalyysistä uniikin on olennaista myös eläimien käyttäytymisen parissa työskenteleville ihmisille: Sekä käyttäytymisanalystit että eläinten käyttäytymistä konsultoivat ihmiset valvovat muita ihmisiä, jotka toteuttavat väliintuloon liittyviä suunnitelmia, kuten puoliammattilaiset ja lemmikkien hoitajat. Väliintulot toteutetaan usein toimiston sijaan siellä, missä ongelmakäyttäytyminen tapahtuu. Osallistujat ovat usein erittäin haavoittuvaisia eivätkä pysty suojelemaan itseään vahingolta. Nämä seikat, sekä muut alla listatut seikat viittaavat siihen, että käyttäytymisanalystien eettisillä standardeilla voi olla laajaa merkitystä minkä tahansa eläinten kanssa työskenteleville käyttäytymiskonsulteille. Esimerkiksi seuraavat käyttäytymisanalystien standardit vaikuttavat olevan suotavia kaikille käyttäytymiseen liittyville ammattilaisille.

- Suojele aina osallistujien hyvinvointia
- Käytä väliintuloja, jotka on suunniteltu kyseistä yksilöä varten
- Suunnittele väliintulot pohjautuen ongelmakäyttäytymisen toiminnalliseen arviointiin (functional assesment)
- Käytä vain menetelmiä, joiden toimivuudesta on tieteellisiä todisteita (todisteisiin pohjautuva hoitaminen)
- Käytä tieteellisiä metodeja väliintulojen toteuttamiseen ja arviointiin (eli kerää väliintuloa edeltävää dataa sekä hoidon aikaista dataa, kunnes väliintulo on loppunut)

## **Päätelmät**

Tehokkuus ei yksin riitä, kun kyseessä on eläinten käyttäytymistä muokkaavien väliintulotapojen valinta. Lainaten ihmisoppijoihin liittyvää käyttäytymisanalyysiä esitetään menetelmien hierarkia, joka lisää tehokkuuden lisäksi toisen kriteerin: suhteellinen tungettelevuus. Ilman tällaista eettistä standardia väliintulomenetelmät valitaan luultavasti pohjautuen mukavuuteen, tunnettavuuteen, nopeuteen tai sokeaan auktoriteettien seuraamiseen, ja ne voivat tahattomasti saada aikaan rankaisun haitallisia haittavaikutuksia ja opittua avuttomuutta papukaijoissamme. Sitoutuminen käyttämään mahdollisimman positiivista, vähiten tungettelevaa ja toimivaa menetelmää hidastaa meitä, jolloin voimme ajatella ennen kuin toimimme, ja tehdä tapoihin liittyviä valintoja, joilla saavutamme käyttäytymiseen liittyvät tavoitteemme. Tällä tavalla pystymme olemaan sekä tehokkaita että humaaneja; minimistandardi, johon meidän pitäisi tähdätä vankeudessa elävien eläinten ja niiden hoitajien hyvinvoinnin takia.

**Kirjoittajan huomio:** Ilmaisen vilpitöntä kiitollisuutta niitä loistavia vapaaehtoisia kohtaan Parrot Behavior Analysis Solution (PBAS) Administraattoreista sekä Threadleaderin sähköpostilistalta, jotka auttoivat tämän artikkelin kanssa; sekä Pohjois-Amerikan eläinlääkärien konferenssille, joka tarjosi mahdollisuuden esittää aikaisemman version tästä tekstistä tammikuussa 2009.

## **Lähteet**

1. Carter, SL, Wheeler, JJ. Considering the intrusiveness of interventions. The International Journal of Special Education; 2005, 20, 132-142.
2. Elliot, SN. Acceptability of behavioral treatments: review of variables that influence treatment selection. Professional Psychology: Research and Practice; 1988. 19, 68-80.

3. Miltenberger, R. Assessment of treatment acceptability: A review of the literature. Topics in Early Childhood Special Education; 1990. 10, 24-38.
4. Maier, SF, Seligman, MEP. Learned Helplessness: Theory and evidence. Journal of Experimental Psychology: General; 1976 105, 3-46.
5. Laudenslager, ML, Ryan, SM, Drugan, RC, Hyson, RL. Coping and immunosuppression: Inescapable but not escapable shock suppresses lymphocyte proliferation. Science; 1983. 221, 568-570.
6. Alberto, PA, Troutman, AC. Applied Behavior Analysis for Teachers (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Merrill Prentice Hall; 1999.
7. Bailey JS, Burch MR. Ethics for Behavior Analysts. Mahwah, NJ: LEA; 2005.