



## Förstå funktionen

### - och du har nyckeln till att påverka beteendet!

av Eva Bertilsson

publicerad i *Canis* 2016

Att konsekvenser styr beteenden är ett välbekant faktum. Om jag vill att min hund ska göra mer av något – till exempel komma när jag ropar, vänta innanför dörren, eller göra snygga sidoflyttningar i fotgåendet - så ser jag till att just dessa beteenden leder till för hunden önskade konsekvenser.

Hunden använder sitt beteende för att åstadkomma konsekvenser. Det här är helt självklart i vår träning, men också helt fundamentalt för att förstå hur beteende faktiskt fungerar. *Varför* kommer hunden när jag ropar? *Varför* väntar den innanför dörren? *Varför* gör den såna snygga sidoflyttningar? Jo, för att uppnå en önskad effekt – t ex för att få en smarrig godbit, chans att springa ut i trädgården, eller en skojig lekstund.

Beteendeanalytiker pratar här om *beteendets funktion*. ”Vad är beteendets funktion” kan översättas till ”Vad är det för konsekvens som upprätthåller beteendet” eller ”Vad är det som förstärker beteendet?”. Mer vardagligt kan man säga ”Vad är det individen försöker åstadkomma med sitt beteende?”.

### Varför följer ankungen sin mamma?

Ett intressant exempel är ankungarna som följer efter sin mamma (eller annat objekt som ungen blivit präglat på). Det kunde man ju tro var ett rent reflexmässigt beteende – men nej, även här spelar konsekvenserna in. ”Närhet till mamma” är en väldigt effektiv förstärkare för små ankungars beteende, så ankungarna går efter mamman för att hålla henne i närheten!

Så här funkar det i naturen:

- Om ankungen rantar efter mor Anka när hon går sin väg, så förblir ungen i närheten av mamma.
- Om ankungen står kvar när mor Anka går iväg, så blir ungen ensam.

De här sambanden upptäcker ankungen snabbt, och gör sedan det som fungerar d v s knatar efter ankamman vart hon än går. Om det var något annat beteende som funkade bättre för att hålla ankamman i närheten, ja då skulle ankungarna göra det istället.

I ett klassiskt experiment riggades en situation där det istället var ett annat beteende, t ex att trycka på en knapp, som ledde till att mammafiguren kom närmare. De små ankungarna satte snabbt igång att göra det som funkade (alltså trycka på knappen) och slutade med det som inte funkade (alltså att gå efter). De båda beteendena ”följa efter” och ”trycka på knapp” hade samma funktion: Att hålla mamma nära!

Precis som i exemplet med ankungarna kan olika beteenden fylla samma funktion hos våra hundar.

Vad gör din hund för att få en dörr att öppna sig? Krafisar kanske, eller skäller, eller sätter sig stilla och väntar? Det hunden gör kan se väldigt olika ut, men funktionen kan vara densamma: att få dörren att gå upp!

### **Att ändra oönskade beteenden**

Vissa beteenden vill vi av olika anledningar se mindre av. Vi kan kalla dem oönskade beteenden, eller till och med ”problembeteenden”. Även dessa beteenden finns därför att de fyller en funktion – hunden använder beteendet till något.

[[BILD ”Vad vill jag just nu? Vad behöver jag?” – ”Vad kan jag göra för att få detta?” ]]

Om vi förstår vad det är hunden är ute efter med sitt beteende, så kan vi lättare designa en hållbar och hundvänlig plan för förändring.

Här är några möjligheter:

- Gratis tillgång till förstärkaren:
- Låt ett ersättningsbeteende ta över samma funktion.
- Träna in ett alternativt beteende med en annan förstärkare.

(Att släcka ut det oönskade beteendet är en ytterligare möjlighet, som kan användas i kombination med de ovanstående eller möjligen separat. Utsläckning är klurigare än man kan tro vid första anblicken och kräver ett helt eget avsnitt; mer om det senare i artikeln...)

### **Gratis tillgång till förstärkaren**

En möjlighet till problemlösning är att helt enkelt ge gratis tillgång till förstärkaren. Om dörren står öppen behöver ju inte hunden krafsa för att få upp den! Eller se till att öppna dörren ofta, utan att hunden behöver göra något särskilt för att få det att hända.

Ett icke-hundexempel kan vara fåren som bryter sig igenom staketet för att komma åt det grönare gräset på andra sidan. Om man ser till att det finns tillräckligt med mat och andra resurser på rätt sida staketet så har djuren ingen anledning att rymma!

Ett annat icke-hundexempel kommer från skolans värld: ”Störiga” beteenden i klassrummet blir inte sällan förstärkta av uppmärksamhet från lärare och kompisar. Att oftare ge uppmärksamhet ”gratis”, utan att barnet behöver stoja och störa först, är då en lyckosam strategi. (Kallas ”non-contingent reinforcement” för den som vill läsa mer om detta).

Strategin med gratis tillgång till förstärkaren gör alltså att individen inte längre behöver använda sig av det oönskade beteendet. Resursen finns där ändå.

Som tränare kan det här nästan kännas som en *för* enkel lösning – nästan som att man fuskar... Men faktum är att det här alternativet är både effektivt och djurvänligt, och bör vara det första man tänker på när det gäller att minska oönskade beteenden. Vad är det hunden försöker åstadkomma med sitt beteende? Kan jag se till att detta finns tillgängligt ändå, så att beteendet inte behövs?

### **Låt ett ersättningsbeteende ta över samma funktion**

En annan användbar strategi för att minska ett oönskat beteende är att låta ett ersättningsbeteende fylla samma funktion. Säg att vi vill få hunden att sluta krasa sönder dörren. Vilket alternativt beteende skulle hunden kunna använda, istället för att krasa, för att få den stängda dörren att öppna sig? Stå stilla vid dörren? Gå till en matta nära dörren? Ringa i en klocka? Trycka på en automatisk dörröppnare? Precis som ankungarna bytte från ”följa efter” till ”trampa på pedal”, så kan hunden ersätta krasandet med ett annat beteende som ger samma effekt dvs att dörren öppnas.

Tricket är alltså att ge hunden precis det den vill ha, men genom något annat beteende. Då behöver hunden inte längre göra det där ”problematiska”, eftersom den har ett annat sätt att uppnå samma effekt.

Vad annat kan hunden göra för att få smakbitar från bordet, så att den inte behöver nosbuffa så kaffekoppen skvimpar över? Ligga på golvet, kanske? Och vad annat kan hunden göra för att få den mötande hunden att hålla sig på avstånd, så att den inte behöver skälla och göra utfall? Snegla på husse/matte, kanske? Eller vāja lite åt sidan? Eller bara stelna till en aning?

Om vi lyssnar när hunden pratar med små bokstäver så behöver den inte skrika!

Ersättningsbeteendet kan vara något av det som hunden redan gör, och som du nu ser till att det omedelbart lönar sig. Hunden står vid dörren = dörren öppnas! När hunden blivit duktig på att använda den är nya strategin för att öppna dörrar så kan du om du vill shejpa fram mer beteende (t ex stå vid dörren längre tid, eller kanske titta på sin matta, eller till och med gå till mattan), fortfarande med dörröppning som belöning.

Du kan också intensivträna ett nytt beteende separat (med andra belöningar), och sedan låta hunden använda detta för att öppna dörren. När hunden är duktig på att bjuda på ”gå till mattan” eller ”ring-i-klockan” så kan du erbjuda den möjligheten när hunden vill att dörren ska öppnas, och då belöna med dörröppning förstås.

Strategin med ersättningsbeteende bygger alltså på att låta ett annat beteende ta över samma funktion, d v s leda till samma förstärkare. Hunden får precis det den från början var ute efter, men använder ett annat beteende istället för det oönskade.

### **Träna in ett alternativt beteende med en annan förstärkare.**

En annan möjlighet är att konkurrera ut det oönskade beteendet genom att lägga till en annan, ännu mer värdefull förstärkare för ett alternativt beteende. Krasar hunden på badrumsdörren för att komma in till dig? Intensivträna ”sitt på din filt” med smarrigaste godiset som belöning, och smyg in dina badrumsbesök som störningar i ”sitt-på-filten-träningen”.

Ett annat exempel på samma tema kan vara hunden som drar i kopplet för att komma till en spännande luktfläck, men som istället tränas att gå fint i slakt koppel med godbitar eller lek som förstärkare. Ett ytterligare exempel är hästen som lyfter huvudet högt, högt upp för att slippa bli borstad i ansiktet, och

som istället tränas att stå lugnt och stilla under borstningen i utbyte mot morotsbitar och bli kliad på bringan.

I många situationer är det en alldeles utmärkt strategi! Tillvaron kryddas med intressanta möjligheter till nya, attraktiva belöningar. De oönskade beteendena får helt enkelt inte plats, för hunden är fullt upptagen med att jobba på andra sätt och för andra resurser.

Det man måste vara medveten om att det nya beteendet här *inte* fyller samma funktion som det gamla. Med det nya beteendet jobbar individen för en annan belöning.

Man får alltså komma ihåg att om den gamla förstärkaren är riktigt viktig, så är risken stor att det gamla beteendet dyker upp igen. Hästen håller huvudet stilla och vad händer då, jo i och för sig levereras det morotsslantar - men den jobbiga borstningen bara fortsätter och fortsätter... Vad ska en stackars häst då göra? Kasta med huvudet kanske? Och så var ”problem”beteendet tillbaka igen.

En lösning kan vara att följa upp det alternativa beteendet med både den nya och den ursprungliga förstärkaren. Sitta på filten utanför badrummet kan ju ge både godis och att du snart kommer ut igen. Och hästen som snällt håller huvudet stilla så att du når att borsta kan ju få både morotsbitar och en paus från borstningen.

### **Några ord om utsläckning**

Utsläckning innebär att ett beteende inte längre leder till sin förstärkning. Beteendet slutar fungera. Den förväntade effekten, alltså just den konsekvens som upprätthåller beteendet, uteblir. Därmed kommer beteendet till slut att försvinna.

Jag har med avsikt sparat utsläckning till slutet av den här artikeln. När man pratar om oönskade beteenden och deras funktion är det lätt hänt att utsläckning kommer upp som första tanke. Exempel: Hunden krasar på dörren för att den ska öppna sig – se då till att dörren aldrig öppnas! Fåren går igenom staketet för att komma åt gröngräset utanför – bättra på staketet så att utbrytningsförsöken inte lyckas. Eleven stör ordningen för att få uppmärksamhet – ignorera! Hunden buffar med nosen för att få en smakbit – låt bli att ge! Och så vidare. Hmm...Det bör blinka varningsljus vid dessa lösningar!

Utsläckning *kan* vara en lämplig strategi *när den kombineras med andra strategier*. Men det bör faktiskt inte vara första alternativet. Och utsläckning bör definitivt inte användas som enda lösning. Vi kan bättre än så!

Om man ger sig på att använda utsläckning som enda strategi så tar man bort individens möjlighet att påverka sin situation. Inte så schysst ur ett djurvälståndsperspektiv. Dessutom kan man räkna med den berömda utsläckningskaskaden, alltså att beteendet eskalerar och kombineras med känslomässiga utspel innan det börjar försvinna. Plus, om man misslyckas med utsläckningstaktiken och råkar förstärka ändå så kommer beteendet genast tillbaka, nu mycket mer motståndskraftigt mot framtida utsläckningsförsök.

Mycket bättre då att i första hand jobba med någon av de andra strategierna, och möjligen använda utsläckning som ett komplement.

Den gamla vanliga rekommendationen alltså, när det gäller att bli av med oönskade beteenden: Lägg fokus på de beteenden du vill ha istället, och se till att dessa lönar sig! Här med den extra påminnelsen att samtidigt väga in funktionen till det ursprungliga beteendet i ekvationen.

### **Sensmoral**

Förstå funktionen, och du har nyckeln till att påverka beteendet! Även ”oönskade” beteenden finns därför att de fyller en funktion. Hunden agerar för att påverka sin omvärld. Så utgå ifrån hundens perspektiv och fundera på kreativa möjligheter. Hjälp hunden att få det den vill ha - eller möjligen något ännu bättre – på andra sätt, så blir det oönskade beteendet överflödigt!

## **Referenser**

Cooper, Heron & Heward (2007) Applied Behavior Analysis.

Charles Catania (2007) Learning.

Susan Friedman (2010) What’s wrong with this picture? Effectiveness is not enough.

---

### ***Med funktionen i fokus***

#### **Lathund för träningsplanering när du vill förändra ett oönskat beteende**

Identifiera först det aktuella beteendet och dess funktion.

1. Vilket är beteendet du vill se mindre av?
2. I vilken/vilka situationer förekommer beteendet?
3. Vilken är konsekvensen som i dagsläget förstärker beteendet?
4. Är den här konsekvensen viktig för hundens välbefinnande? Hur kan du se till att hunden får tillgång till förstärkaren utan att behöva använda sig av ”problem”beteendet?

Om du bestämmer dig för att träna ett alternativt beteende som hunden kan göra istället:

1. Vilket beteende skulle hunden kunna göra istället?
  2. Hur tänker du arrangera situationen då att hunden lätt kan göra det nya beteendet?
  3. Hur tänker du förstärka det nya beteendet? (Samma förstärkare? Annan förstärkare?)
-