

ABC's van Gedrag

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

Gepubliceerd in Original Flying Machine, Issue 9: Nov-Dec, 2001

Oorspronkelijk gepresenteerd op de Grey Poopon Challenge Conference, Dec. 2000

Achtergrond

Ik had eens een psychologieprofessor die elke les voortdurend begon met zijn hoofd te schudden, 'gedrag is niets als het niet complex is.' Meer waardevolle woorden werden nooit besproken en wanneer het aankomt om complex gedrag van onze metgezelpapegaaien, daaraan hebben wij absoluut onze handen vol.

Met het potentieel voor veerplukken, pikken, verscheuren, knippen... het onophoudelijk gillen, krijsen, roepen en gillen... niet nader te vermelden bijten, knijpen, knagen aan en het krabben – ben ik er nooit zeker van tot wie ik me zal richten voor hulp, Dr. Skinner of Dr. Seuss!

Het verminderen van probleemgedrag schijnt vooral ingewikkeld te zijn. Ik heb het beeld voor me van een stuk bureauspeelgoed met zilveren ballen die aan koorden hangen vastgemaakt aan een houten frame. Op het moment dat één van de ballen terug wordt getrokken en los wordt gelaten, worden de anderen in beweging gebracht en blijven ze voor langere tijd tegen elkaar klikken alvorens ze definitief tot rust zijn gekomen. Net zoals dit stuk speelgoed, brengt het gedrag een waterval van eeuwige interactie in beweging zodat hoofdzakelijk de analyse van elk afzonderlijk gedrag zonder betekenis is. Het gedrag maakt deel uit van eindeloos wederkerige interactie onder de genetica van een individu, gedragsgeschiedenis en omgevingscontext waarin het gedrag wordt uitgevoerd.

In het aanzien van dergelijke complexiteit, is het geen wonder dat we op alle momenten waar wij ons overweldigend voelen met lege handen staan wanneer we werken met onze papegaaien. Om onze capaciteit te verbeteren papegaaien te begrijpen en het gedrag te beïnvloeden, hebben wij een systematische benadering nodig. Hiermee worden we van een georganiseerd en vereenvoudigt kader voorzien waarmee de schijnbare complexiteit van onze kijk op de dingen wordt vereenvoudigd.

Zo Eenvoudig zoals ABC

Één dergelijke benadering om specifiek gedrag te begrijpen is bekend als de ABC analyse. De letters betekenen de drie elementen van een vereenvoudigde gedragsvergelijking welke de antecedenten, het gedrag en de gevolgen omvatten. Met deze strategie willen wij door zorgvuldige observatie de gebeurtenissen en de voorwaarden (*antecedenten*) die plaatsvinden vóór het doelgedrag identificeren, evenals de resultaten identificeren die het *gedrag* volgen (*gevolgen*). Deze eenvoudige analyse, gecombineerd met scherpe observatievaardigheden en het creatieve oplossingen voor problemen, zal ons helpen de weg te verduidelijken waarin de basiscomponenten van het gedrag met elkaar zijn verbonden. Het is deze duidelijkheid welke ons tot belangrijk inzicht en onderwijsstrategieën zal leiden.

Hoe te....

Er zijn zes stappen bij het analyseren van ABCs:

- (1) beschrijf het doelgedrag in duidelijk waarneembare termen
- (2) beschrijf de voorafgaande gebeurtenissen die voorkomen en de voorwaarden die onmiddellijk vóór het gedrag plaatsvinden
- (3) beschrijf de gevolgen die onmiddellijk het gedrag volgen
- (4) onderzoek de antecedenten, het gedrag en het gevolg in de juiste volgorde
- (5) bedenk nieuwe antecedenten en/of gevolgen om nieuw gedrag aan te leren of bestaand gedrag te veranderen
- (6) evalueer het resultaat.

Laten we een voorbeeld bekijken: Veda, mijn anders normale charmante Alexander Parkiet, *Psittacula eupatria*, bijt snel en krachtig wanneer ik haar vraag op mijn hand te stappen binnen haar kooi. Als we het probleem afzonderlijk bekijken vanaf de basis in zijn volledige ingewikkeldheid, zouden wij ons kunnen voorstellen dat zij agressief, territoriaal, hormonaal, verdedigend of overheersend kon zijn.

Als alternatief zou zij recalcitrant, koppig, niet meewerkend kunnen zijn of eenvoudig een mispunt die ook nog eens verwend is! Elke, of alle, van deze hypothesen zijn nauwkeurig, maar in probleemoplossende termen, dienen zij om het gedrag slechts te labelen, niet om het op te lossen. En sinds zij zelf geen waarneembaar gedrag beschrijven, kan men nooit werkelijk zeker zijn over de nauwkeurigheid van het label.

De ABC analyse

Wat volgt is mijn analyse van het bijtgedrag van Veda gebruik makend van ABC benadering: Eerst, de achtergrond en de plaats: Wanneer haar gevraagd wordt om op mijn hand te stappen van binnenuit haar kooi, bijt Veda me vaak, maar niet altijd! Zij bijt niet in een andere omstandigheid of in een andere situatie. Zij doet het op elk moment van de dag en met al haar metgezelpapegaaien in de buurt. Echter, eenmaal uit haar kooi stapt Veda op en af zonder aarzeling, van alle plaatsen met inbegrip van de bovenkant van haar kooi. Drie of vier uur per dag, speelt Veda gelukkig op haar boomtoppositie in de familie ruimte, geniet van knuffels, ontspant over het algemeen bij het gladstrijken van haar veren, speelt en knaagt met speelgoed. Zij is met alle maten een voortreffelijke metgezelvogel.

Stap 1: Beschrijf het gedrag in waarneembare termen.

Veda verwijdt haar ogen, haalt haar greep op haar topositie aan, trekt haar lichaam terug en wacht binnen deze positie voor een seconde of twee. Als ik mijn hand niet beweeg bijt zij het hard.

Stap 2: Beschrijf de antecedenten.

Elke keer als ik naar de kooi van Veda ga, begroet ik haar om haar te laten het weten ik daar ben. Ik open haar kooideur, doe langzaam mijn hand aan de voorzijde van haar en zeg, „stap op, Veda.“

Stap 3: Beschrijf de gevolgen.

Ik verwijder mijn gebeten (gekwetst en geërgerde) hand, en Veda blijft in haar kooi. Zaak, of zou ik moeten zeggen *deur, gesloten*.

Stap 4: Onderzoek de één na de ander de antecedenten, het gedrag, en de gevolgen in de juiste volgorde.

Elke keer als ik naar de kooi van Veda ga, begroet ik haar om haar te laten het weten ik daar ben; Ik open haar kooideur, doe langzaam mijn hand naar de voorzijde van haar en zeg, „stap op, Veda.“ Veda verwijdt haar ogen, haalt haar greep op haar toppositie aan, strekt haar rug en wacht in deze positie een seconde of twee. Als ik mijn hand niet beweeg, bijt zij het hard. Ik verwijder mijn gebeten gekwetste hand en Veda blijft in haar kooi.

Laten we hier even stoppen om de diepere gedachte te onderzoeken dat uit deze analyse voortvloeit, aangezien het me hielp verscheidene belangrijke dingen te verduidelijken. Ten eerste, verre van een bijter te zijn of een bijt*probleem* te hebben in elke chronische of algemene betekenis, leerde ik dat Veda een zeer specifieke *reeks* reacties vertoont, op een specifieke plaats met een ander voorafgaande antecedent dan ik oorspronkelijk had verondersteld. Alvorens ABCs van het bijtgedrag van Veda te analyseren, had ik niet gerealiseerd dat zij haar lichaam spande, wegtrok van haar toppositie en haar ogen verwijdt in een moedige poging om me te waarschuwen om mij terug te laten trekken. Hoe opmerkelijk!

In dit licht, wordt het duidelijk dat kritieke antecedent voorafgaand aan haar bijtgedrag niet het zetten van mijn hand is in haar kooi; het is het negeren van haar niet agressieve mededeling, daarmee verzoeken om de hand te verwijderen. Alleen wanneer ik haar mededeling neger en voortzet neemt zij haar toevlucht tot bijten. Zo, wie zorgt voor het bewegen van de zilveren ballen deze keer, Veda of ik?

Het is ook duidelijk dat door mijn hand terug te trekken en haar te laten in haar kooi, ik in feite het bijten aan het versterken was. Met elk van deze interactie, was ik uitdrukkelijk maar onbewust Veda aan het aanleren dat bijten een efficiënte en noodzakelijke manier is om mijn hand uit haar kooi te krijgen, aangezien de niet agressieve waarschuwing niet werkte. Ik ben er zeker van dat zij zou zeggen dat het niet persoonlijk, maar vrij dom was van me! Kunt u haar niet horen hoe ze dit verklaart aan onze babykaketoe? „Luister goed, baby. Hoe vriendelijk en zacht je ook zou willen zijn, mensen antwoorden slechts met één ding en enkel één ding, agressie. Waarom, het is binnen hier een wildernis!“

Stap 5: Bedenk nieuwe antecedenten en/of gevolgen.

Na zorgvuldige overweging van mijn opties, verkoos ik in dit geval om de antecedenten te veranderen om het bijten van Veda te verminderen. Als eerste zeg ik niet meer, „stap op!“ als ik wil dat ze uit haar kooi komt. In plaats daarvan vraag ik haar, „wil je opstappen?“ Als zij het waarschuwingsgedrag vertoont, neem ik dat als ongekwalficeerd ‘Nee’ aan, ‘maar bedankt voor het vragen!’ en ik verwijder rustig mijn hand uit haar kooi. Ik verlaat dan haar kooi en laat de kooideur open, hiermee sta ik toe dat ze weg kan gaan hoe en wanneer zij wil. Als extra strategie, leerde ik haar op te stappen op een zitstok voor die zeldzame momenten wanneer het blijven in haar kooi geen optie was. Wij oefenden op de stok te stappen voor een paar keer per week, waarvoor zij een lawine van lof en kusjes verdiende.

Stap 6: Evalueer het resultaat.

Het veranderen van de antecedenten om het bijten van Veda te verminderen is een reusachtig succes geweest. Natuurlijk is het niet verrassend dat zij me niet langer meer bijt. Door aan haar waarschuwingen aandacht te besteden, geef ik haar niet de kans of de reden, dit te doen. Ik blijf mijn hand aanbieden aan haar en vragen of zij wil opstappen. Als zij haar houding

aanspant, trekt en/of ogen verwijdt verwijder ik mijn hand en ga andere dingen doen (zoals schoonmaken van kooien en water verversen, uh-huh).

Wat zeer onverwacht is geweest is dat na een paar maanden van het aan haar laten van de beslissing hoe uit haar kooi ze wilde komen, zij nu zelden mijn aanbieding afwijst om via mijn hand uit de kooi te komen, in plaats daarvan het verkiest ze om op te stappen en de rit te maken! Wie weet... misschien was de vrijheid van de keuze belangrijk voor haar of zij profiteerde van het feit dat ze meer controle over haar eigen lot kreeg. Misschien steeg haar vertrouwensniveau toen ik mijn duidelijke overheersing verminderde. Deze zijn allen zeer interessante mogelijkheden.

Afsluiten overpeinzingen

Naar mijn mening, concentreren wij ons over het algemeen teveel op gevolgen om gedrag te beïnvloeden. Dit is vooral het geval bij negatief gedrag welke wij willen verminderen of elimineren. Op deze wijze beperken wij ons tot min of meer het belonen of het straffen. Één van de opwindende voordelen van deze eenvoudige analysestrategie is het zorgvuldig overwegen van de antecedenten, d.w.z. de dingen die wij doen om gedrag te bevorderen of te veroorzaken. Antecedenten zouden briljant moeten worden geschikt om ervoor te zorgen dat het aangewezen gedrag wordt vergemakkelijkt. Op deze manier maakt dit de selectie van gevolgen makkelijker. Wanneer het gedrag allemaal aanvaardbaar is, zijn de gevolgen ook allemaal positief! Ik geloof echt (en mijn werkervaring met kinderen bevestigt dit) dat achter elk negatief gedrag is slecht geschikt antecedent.

Sommige onder u zullen een ander inzicht hebben welke toegevoegd kunnen worden aan mijn analyse of andere oplossingen toe kunnen voegen.

Er zijn zeker meer manieren om productief een gedragreeks te analyseren en meer dan één nuttige oplossing te bedenken. De juiste analyse en de oplossing zijn diegene die het gewenste resultaat veroorzaken. Pas de stijl aan waarin u en uw vogel comfortabele op elkaar inwerken en verbeter uw verhouding met uw vogel. Met Veda werd aan alle drie criteria voldaan. In het onderwijs worden wij beperkt door ons vermogen van observatie, onze creativiteit en ons besluit om onze papegaaien menselijk en met medeleven te behandelen.

Natuurlijk, is het gedrag niet altijd zo rechtlijnig wanneer het geanalyseerd wordt met het ABC; maar ik denk dat de belangrijkste gedachte is dat niemand van ons, inclusief onze papegaaien, zich gedraagt in isolatie van de gebeurtenissen rondom ons. Hoewel het analyseren van gedrag soms als het lopen in de zaal van spiegels bij een pretpark kan zijn, is het gedrag soms ook zeer ongecompliceerd. Het is op die momenten dat een vereenvoudigde benadering van het analyseren van gedrag enkel is wat wij nodig hebben om ons begrip te verhogen en het ontwikkelen van onderwijsstrategieën te verbeteren. Ik heb het analyseren van ABC's van papegaaigedrag als zeer nuttig ervaren om verwante componenten van velen, vele verschillende soorten gedrag te verduidelijken. Zodra deze verhoudingen duidelijk zijn, wordt het pad voor creatieve, positieve oplossingen en het onderwijsplannen eveneens duidelijker. Ik hoop dat u de analyse ABC's zult proberen en dit te doen als een nuttige toevoeging aan uw gereedschapskist van papegaaimentor.

De originele versie van dit artikel wordt herdrukt met toestemming van TGPC Internet Conferentie, December 2000.