



UiO : Universitetet i Oslo

NSSF  Nasjonalt senter for
selvmordsforskning
og -forebygging

Læringspsykologi for DBT- terapeuter

Martin Ø. Myhre

Nasjonalt senter for selvmordsforskning og forebygging, UiO

m.o.myhre@medisin.uio.no

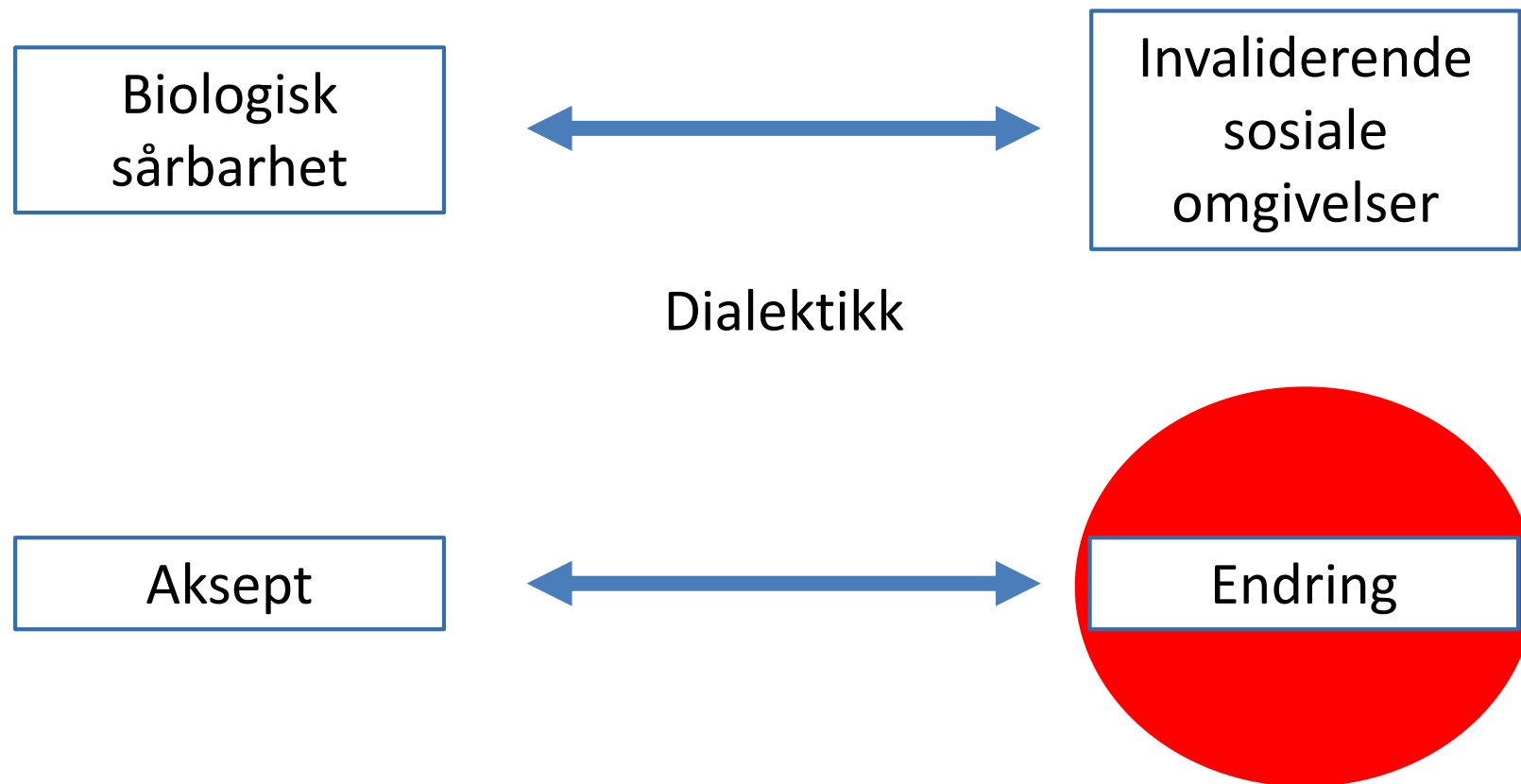
5. Nasjonale konferanse om Dialektisk atferdsterapi

Oslo, 17.04.2018

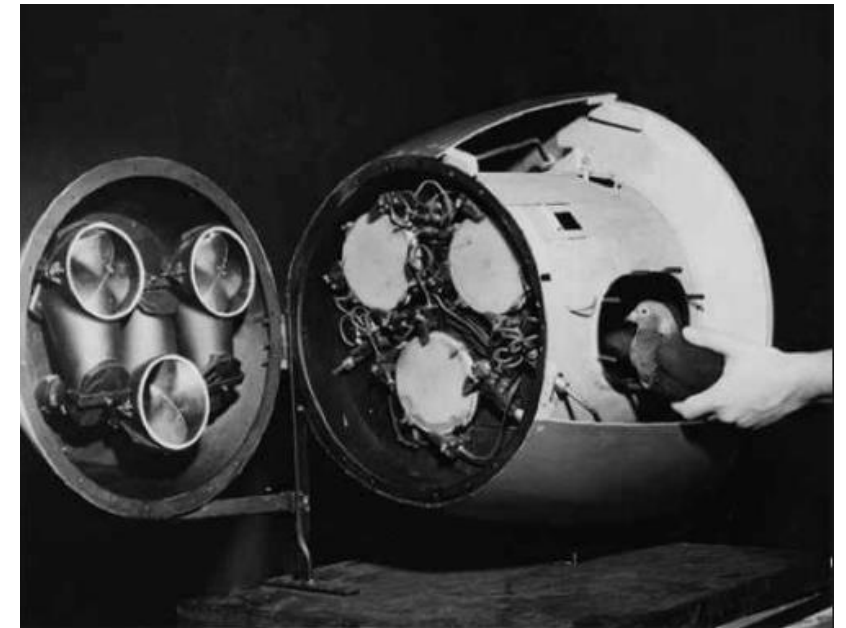
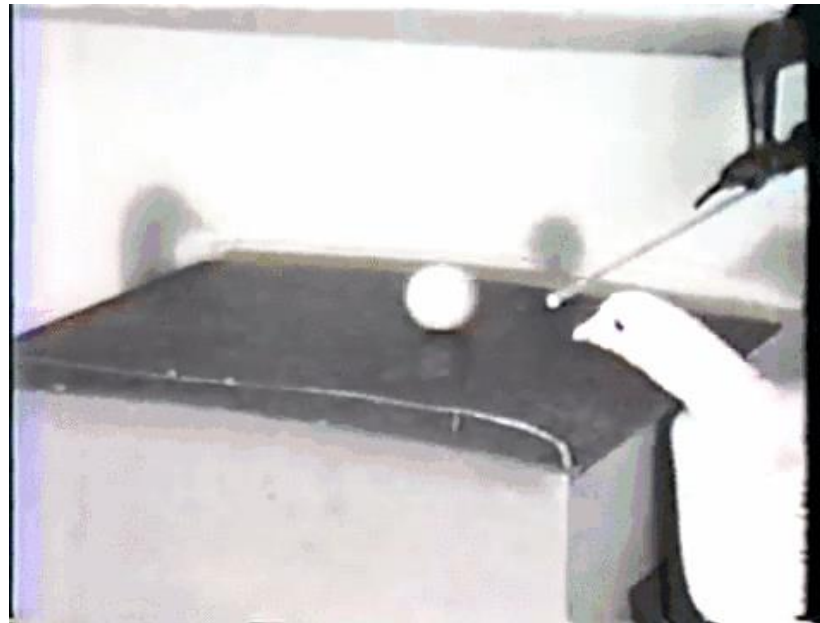
Læringsmål

- Vise hvordan kjedeanalyser er ett bindeledd mellom teori og praksis
- Ved hjelp av kjedeanalyser eksemplifisere og nyansere de grunnleggende læringsprinsippene som er involvert

Biopsykososial modell (Linehan, 1993)



Læringsprosesser



Atferdsanalyse

- En **vitenskapelig** tilnærming til atferd
- Omfatter **alt** en organisme gjør
- En **seleksjonsvitenskap** (Skinner, 1981)
- Det primære fokuset er analyse av **atferd**
- En **ideografisk** tilnærming
- Målet med atferdsanalyse er **prediksjon** og **påvirkning** av atferd (Hayes & Brownstein, 1986)

Tre terms kontingensen

$S^D : R \rightarrow S^+$

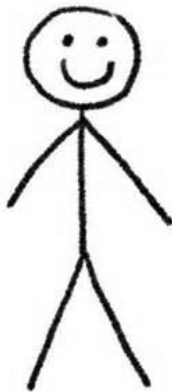
«Omvendt» kausalitet - seleksjon

Setting events

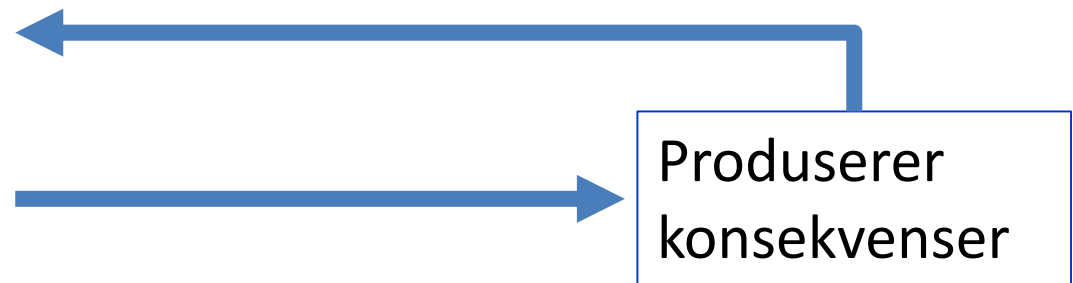
Motivasjonelle operasjoner

Situasjon (SD):

- Forsteker tilgjengelig
- Under aversiv stimulering



Konsekvensene påvirker sannsynligheten for gjentakelse i fremtiden



Funksjonelle analyser

- Operasjoner som avdekker atferdens funksjon (Skinner, 1953)
- Funksjonelle analyser er en del av alle atferdsorienterte behandlingsformer (DBT, ACT, FAP, atferdsaktivering.....)

Foranledning	Atferd	Konsekvens
Intens tomhetsfølelse etter å ha blitt avvist av samboer	Kutter seg to ganger over håndleddet	Angsten dempes; får hjelp av kontakt

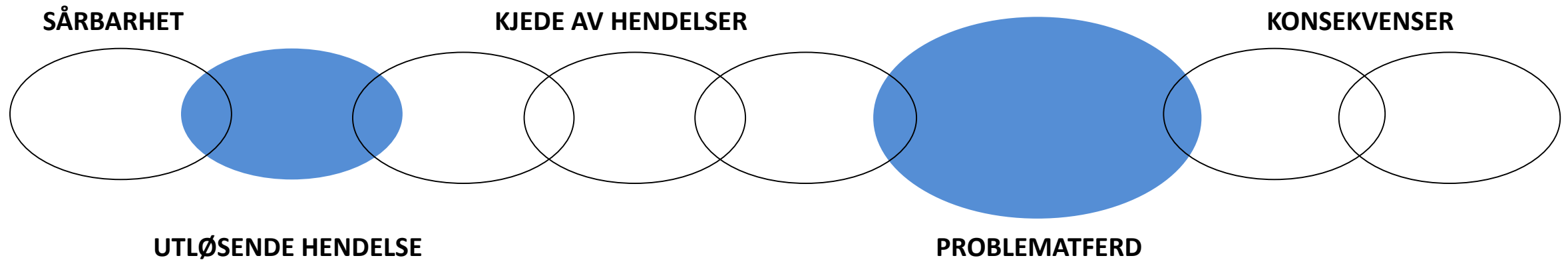
Funksjonelle analyser Arntzen (2003)

- **Indirekte funksjonelle analyser**
 - Intervjuer/spørreskjemaer
- **Deskriptive funksjonelle analyser**
 - Direkte observasjon uten manipulering av variabler
- **Eksperimentelle funksjonelle analyser**
 - Direkte observasjon med manipulering av variabler

Kjedeanalyse – generelt arbeidsark 2a

- Steg 1: Beskriv **PROBLEMATFERDEN**
- Steg 2: Beskriv den **UTLØSENDE HENDELSEN**
- Steg 3: Beskriv faktorer som var tilstede før den utløsende hendelsen som gjorde deg **SÅRBAR** i møte med kjeden
- Steg 4: Beskriv nøyaktige detaljer i **KJEDEN AV HENDELSER**
- Steg 5: Beskriv **KONSEKVENSENE**

Kjedeanalyse



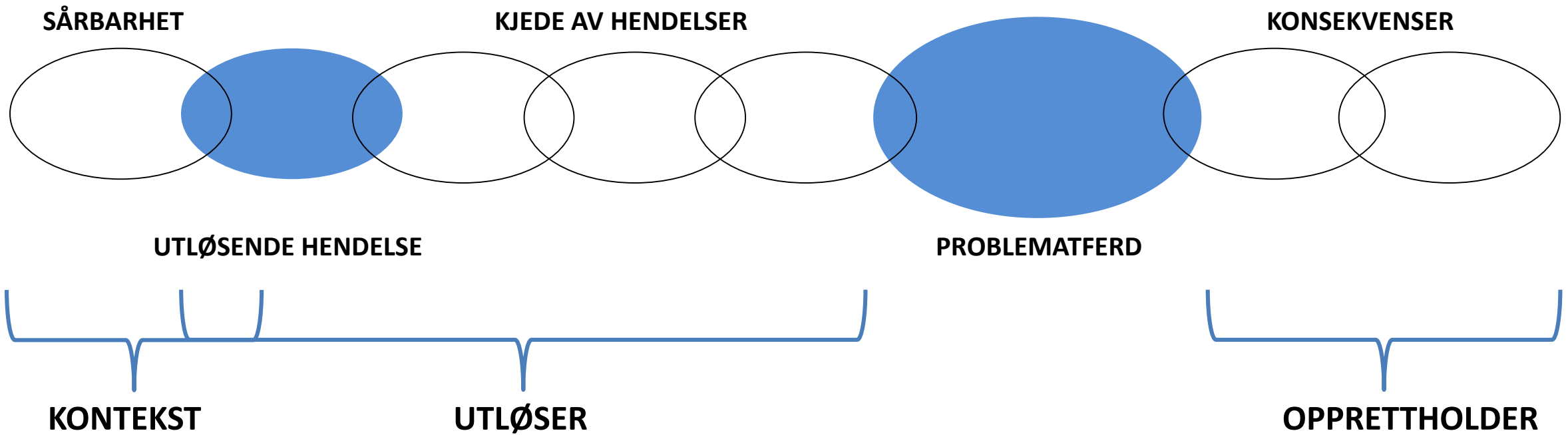
Kjedeanalyse -grunnpremisser (Linehan, 1993)

- Analysen er gjennomført i samarbeid mellom behandler og pasient
- Analysen omfatter hele sekvensen av hendelser (inklusive interne- og eksterne cues, og triggere)
- Konklusjoner i analysen benyttes som hypoteser som testes empirisk

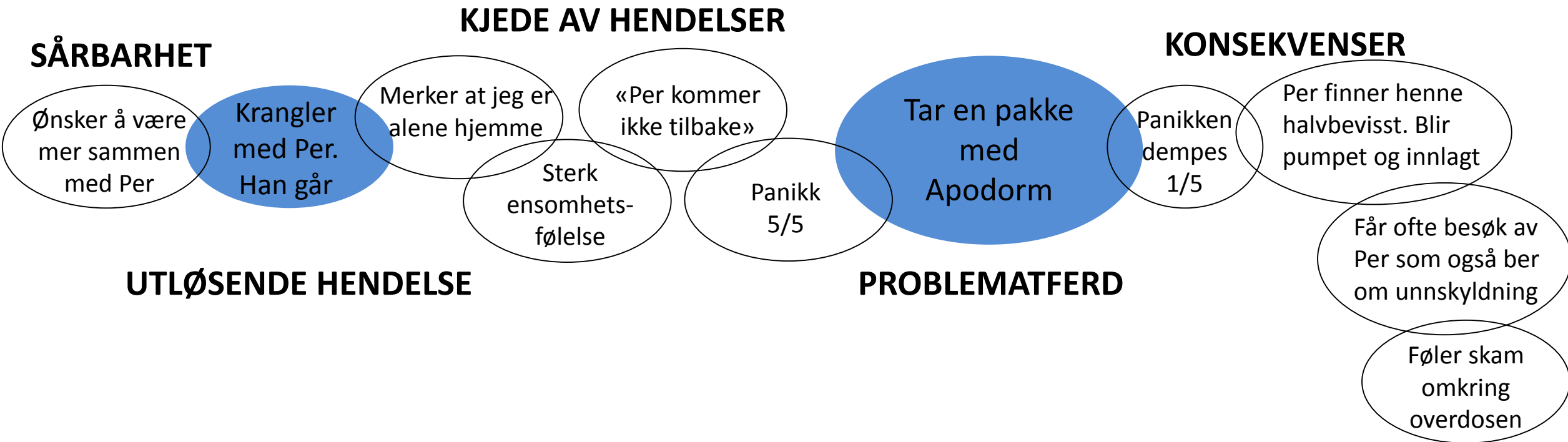
Hvorfor analysere atferd?

- Gir terapeuten informasjon om hva som **UTLØSER** og **OPPRETTHOLDER** problematferden i en **KONTEKST** (Swales & Heard, 2009)
- Atferd skjer her og nå
- Variablene som utløser og opprettholder problematferd befinner seg i tidsmessig nærhet
- Målet med analysen er å kunne påvirke atferd

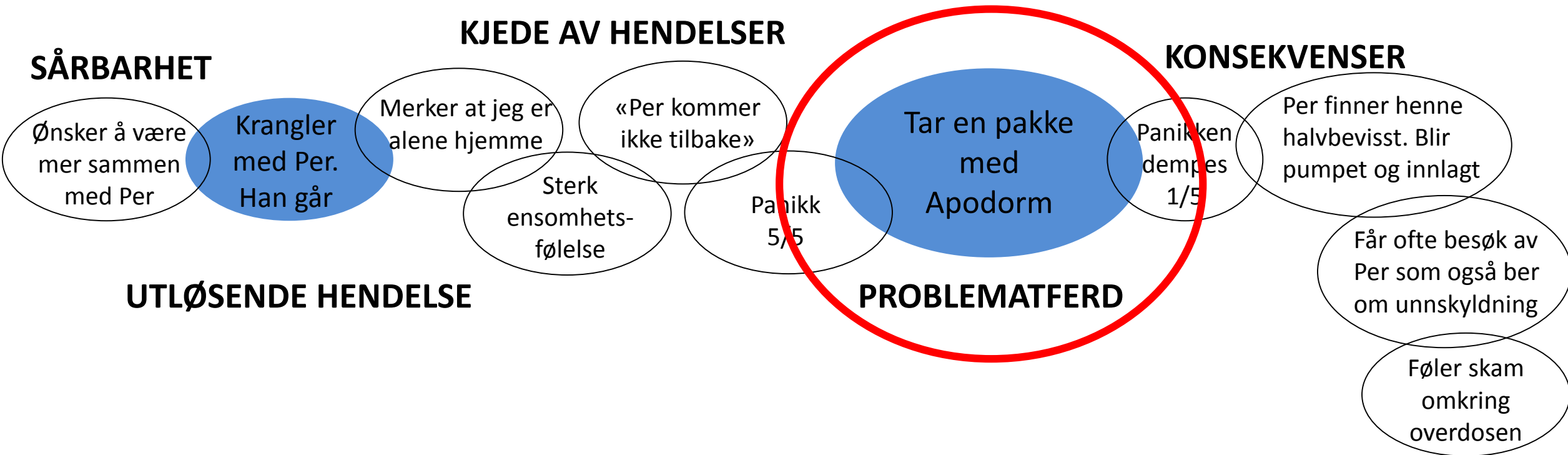
Kjedeanalyse



Kjedeanalyse - eksempel



PROBLEMATFERD



Problematferd

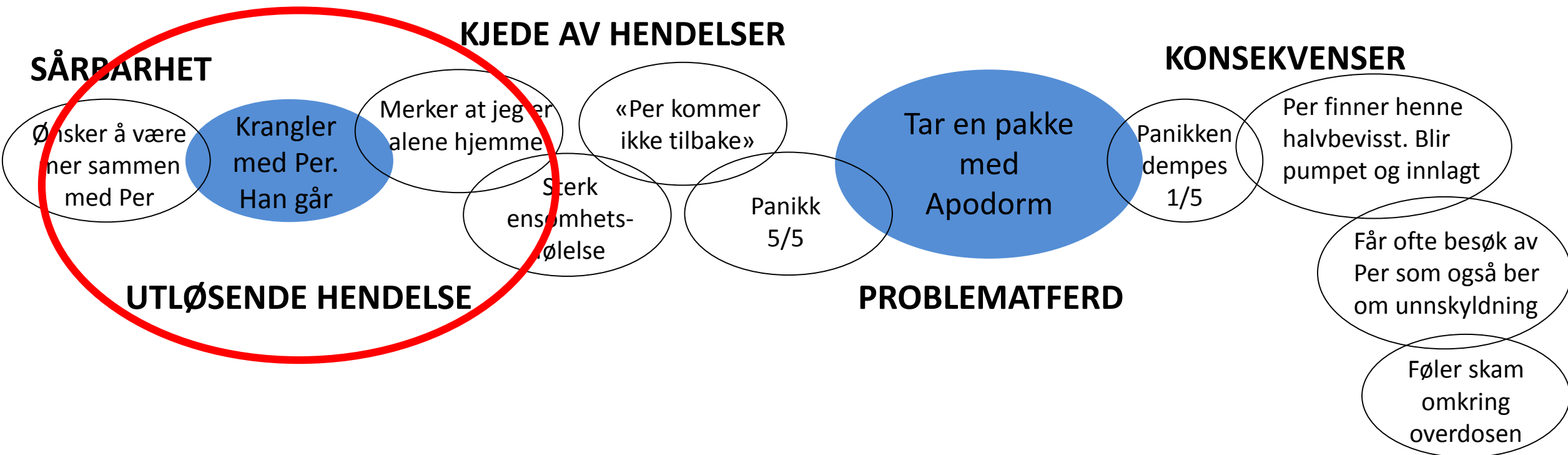
«HVA GJORDE DU?»

- Vær presis og få med alt i episoden av atferd
 - «The devils in the details»
 - Skill mellom problematferden og kjeden
- Beskriv atferd - ikke funksjoner eller intensjoner
- Bruk verb fremfor substantiver
- Unngå bruk av hypotetiske oppsummerende merkelapper
- Over- eller underskuddsatferd?

Problematferd - eksempler

- Stine tar masse tabletter fordi hun vil sove for alltid
- Liv kutter seg ?
- Per er følelsmessig dysregulert
- Roy kom ikke til timen fordi han har en depresjon

UTLØSENDE HENDELSE

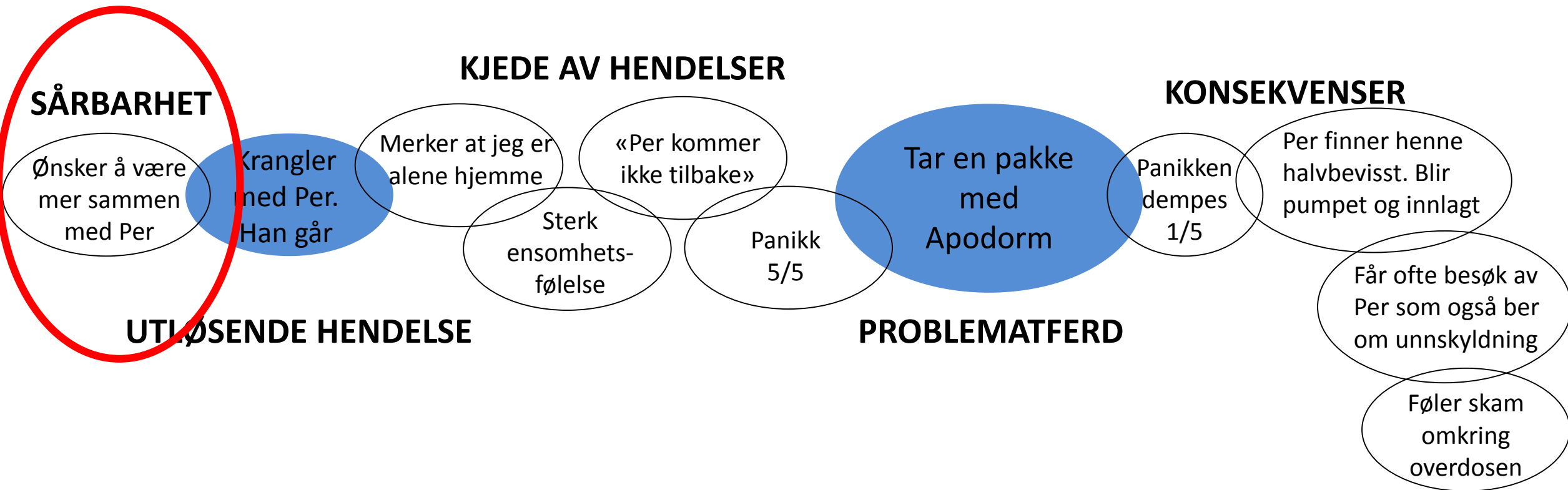


Utløsende hendelse

«HVA SKJEDDE FØR X?»

- Hendelser som foranlediger problematferden
- Skal være **HENDELSEN** som igangsetter kjeden under analyse
- **Diskriminative stimuli**
 - Stimulus som foranlediger forsterkning
- **Aversive stimuli**
 - En hendelse eller stimulus som organismen unngår

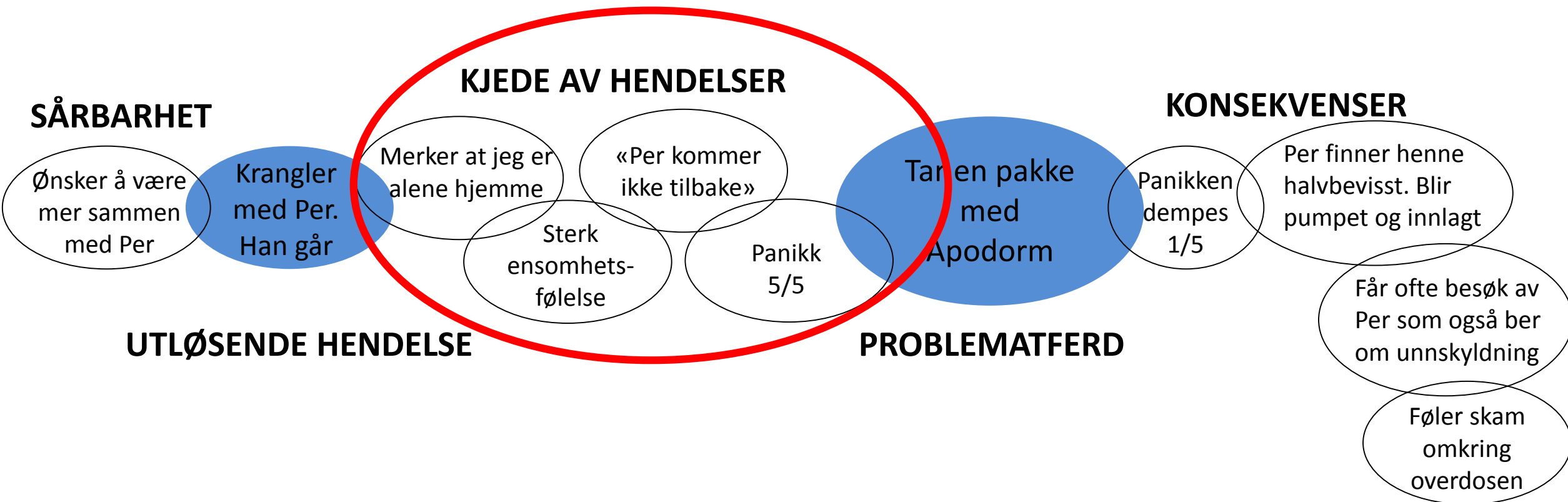
SÅRBARHETSFAKTORER



Sårbarhetsfaktorer

- Hendelser som bidrar, men ikke nødvendigvis forårsaker, problematferden
- Kan være tidsmessig lengre unna og mer komplekse enn utløsende hendelse
- Følger den utløsende hendelsen alltid etter sårbarhetsfaktoren?
- Fokuser på sårbarhetsfaktorer som ligger tidsmessig i nærhet
- Eks: ikke tatt medisiner, forhøyet emosjonalitet, lite søvn

KJEDE AV HENDELSER

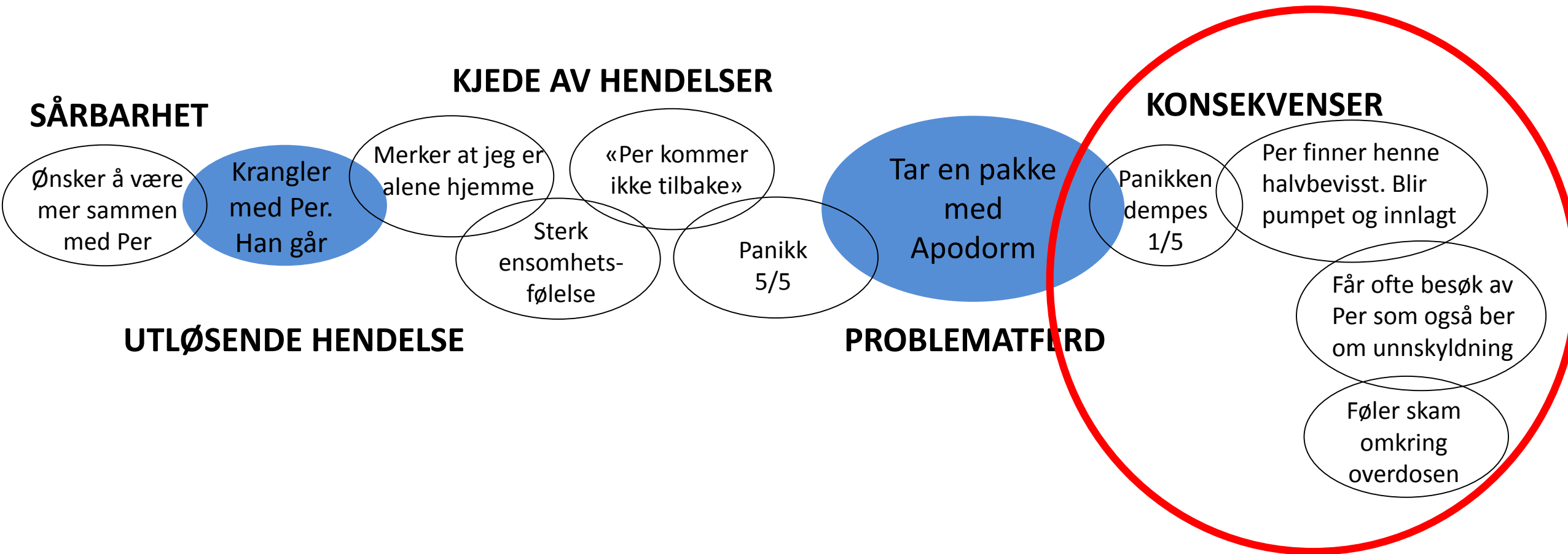


Kjede av hendelser

- Atferd opptrer ofte i kjeder som opprettholdes av en sluttforsterker
- «Binder sammen» den utløsende hendelsen og målatferd
- Inkluder all atferd (handling, tanker og følelser)



KONSEKVENSER



Konsekvens II

«HVA SKJEDDE ETTER X?»

«HVORDAN FØLTE DU DEG ETTER X?»

	Stimulus tilføres	Stimulus fjernes
Forekomst av atferd økes	<u>Positiv forsterkning</u>	Negativ forsterkning
Forekomst av atferd reduseres	Positiv straff	Negativ straff



Stimuli defineres ut ifra EFFEKTEN de har på atferd

Konsekvens III - Negativ forsterkning

- Atferd UTSETTER eller TERMINERER en aversiv stimulus
- Aversiv stimulus: stimulus som øker forekomsten av atferd som fjerner eller utsetter den
- **Flukt (escape)**
 - Respons terminerer en pågående stimulus
- **Unngåelse (avoidance)**
 - Respons utsetter tilstedeværelsen av en aversive stimulus

Konsekvens IV – «Four function model»

	Positiv forsterkning Stimulus produseres	Negativ forsterkning Stimulus fjernes/utsettes
Automatisk Forsterkeren produseres av personen selv	Villet egenskade som fører til en ønsket fysiologisk tilstand	Villet egenskade som fører til en reduksjon i negative affektive tilstander
Eksempel	Føle noe, bli avslappet	Fjerne vonde følelser
Sosial Forsterkeren produseres av andre	Villet egenskade som fører til flukt fra interpersonlige krav	Villet egenskade som fører til oppmerksomhet fra andre eller tilgang til goder
Eksempel	Få en reaksjon fra andre	Unngå å gjøre noe man ikke vil

Konsekvens V - Gjett funksjonen:

Foranledning	Atferd	Konsekvens
Sitter alene i leiligheten. Har barberblad i skapet	Kutter seg dypt tre ganger på høyre underarm	Blir rolig og føler seg klar

AUTOMATISK POSITIV FORSTERKNING

Foranledning	Atferd	Konsekvens
Er i individual terapi hos behandler	Setter seg under bordet og stirrer tomt ut i luften. Svarer ikke på tiltale	Behandler setter seg ned under bordet med pasienten

SOSIAL POSITIV FORSTERKNING

Gjett funksjonen:

Foranledning	Atferd	Konsekvens
Krangler med partner. Blir beskyldt for å manipulere	Går på badet. Tar en pakke Paracet.	Partner finner meg på badet. Han ringer ambulanse og beklager intenst

SOSIAL NEGATIV FORSTERKNING

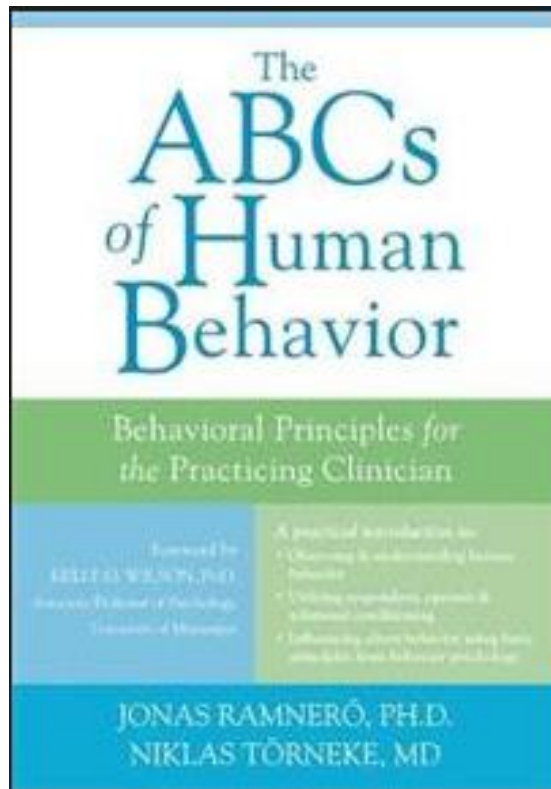
Foranledning	Atferd	Konsekvens
Alt føles totalt håpløst. Orker ikke mer.	Kutter seg dypt 3 ganger på høyre underarm	Håpløshet avtar. Orker å gå ut en tur

AUTOMATISK NEGATIV FORSTERKNING

Treatment of Self-Injurious Behavior (T-SIB) Andover et al. (2017)

- 9 timer behandling for selvskading (uten emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse)
- Lærer pasienten opp i FAK analyser som brukes for hver NSSI episode
 - Identifisere foranledninger og konsekvenser av NSSI
 - Identifisere alternative atferder til NSSI
- En av tre moduler:
 - Interpersonlige ferdigheter, kognitive feiltolkninger, eller ubehagstoleranse ferdigheter

Tips:



31 July 1981, Volume 213, Number 4507

SCIENCE

Selection by Consequences

B. F. Skinner

Referanser

- Andover, M. S., Schatten, H. T., Morris, B. W., Holman, C. S., & Miller, I. W. (2017). An intervention for nonsuicidal self-injury in young adults: a pilot randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.
- Arntzen, E. (2003). Assessment in applied behavior analysis. In R. Fernandez-Ballesteros (Ed.), *Encyclopedia of psychological assesment* (pp. 45–49). London, England: Sage.
- Brown, M. Z., Comtois, K. A., & Linehan, M. M. (2002). Reasons for suicide attempts and nonsuicidal self-injury in women with borderline personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 111*(1), 198.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2007). *Applied Behavior Analysis* (2nd ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Hayes, S. C., & Brownstein, A. J. (1986). Mentalism, behavior-behavior relations, and a behavior-analytic view of the purposes of science. *The Behavior Analyst, 9*, 175–190.
Hentet fra: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/>
- Iwata, B. A., Dorsey, M. F., Slifer, K. J., Bauman, K. E., & Richman, G. S. (1982/1994). Toward a functional analysis of self-injury. *Journal of Applied Behavior Analysis, 27*(2), 197-209. doi:10.1901/jaba.1994.27-197
- Laraway, S., Snycerski, S., Michael, J., & Poling, A. (2003). Motivating operations and terms to describe them: Some further refinements. *Journal of Applied Behavior Analysis, 36*(3), 407-414.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York, NY: The Guilford Press.
- Linehan, M. M. (2015). *DBT Skills Training Manual* (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(5), 885.
- Ramnero, J., & Törneke, N. (2008). *The ABCs of Human Behavior – Behavioral Principles for the Practicing Clinician*. Oakland, CA: New Harbringer Publications, Inc.
- Rizvi, S. L., & Ritschel, L. A. (2014). Mastering the art of chain analysis in dialectical behavior therapy. *Cognitive and Behavioral Practice, 21*(3), 335-349.
- Skinner, B. F. (1953/1965). *Science and human behavior*. New York, NY: The Free Press.
- Skinner, B. F. (1981). Selection by consequences. *Science, 213*, 501-504. doi:doi:10.1126/science.7244649
- Swales, M., & Heard, H. (2009). *Dialectical Behavior Therapy - Distinctive Features*. New York, NY: Routledge.
- Wahler, R. G., & Fox, J. J. (1981). Setting events in applied behavior analysis: Toward a conceptual and methodological expansion. *Journal of Applied Behavior Analysis, 14*(3), 327-338.