

---

# Antecedent, Beteende & Konsekvens

**Beteendeanalysens ABC** grundar sig i

**A: Antecedent** - omständigheter som händer innan beteendet, eller kontexten inom vilket beteendet uppstår.

Det kan till exempel vara en känsla som finns redan innan en annan känsla uppstår, såsom hunger som leder till frustration eller något som händer i miljön, så som en signal eller ett närmande av en annan häst.

**B: Beteende** - Det hästen faktiskt gör, allt ifrån att klia sig till att utföra en dressyrörelse.

**C: Konsekvens** (konsekvens på svenska). Ordet kanske är negativt laddat i vardagliga sammanhang men syftar egentligen till *alla* konsekvenser som sker efter ett beteende. Att få en godis eller andra trevliga händelser är också konsekvenser.

Operant betingning, som du har studerat i tidigare modul, syftar till de olika konsekvenserna som följer ett beteende, som antingen förstärker eller bestraffar/ försvagar ett beteende. Vi vill här ge dig en liten introduktion till beteendeanalysens ABC. Där fokus framförallt ligger på antecedenterna och konsekvenserna. Vi finner att många elever ställer oss frågan: "varför gjorde hästen sådär?" Vi vill att ni ska kunna svara på den frågan själv.

Först tittar vi på konsekvenserna för att ge dig en känsla över hur de i sig kan påverka ett beteende.

Föreställ dig att du är på jobbet och din chef har gett dig ett uppdrag. Fundera nu över dessa scenarion och se vilka känslor de skapar hos dig.

1. Din chef frågar varje gång hen ser dig, med en irriterad ton om du påbörjat uppdraget. (*negativ förstärkning*) Om du inte utför uppdraget kommer du framstå som att du gör ett riktigt dåligt jobb, du är rädd för att bli varslad då det börjar gå dåligt för företaget. (*positiv bestraffning*)

2. Om du inte utför uppdraget händer samma som ovan (*p+*) men om du utför uppdraget väl, får du kanske igenom ett köp med en riktigt bra kund och har du chans att få en bonus denna månaden (*r+*)

3. Om du inte utför uppdraget / ger det till någon annan påverkas du inte alls, men om du utför det finns en stor chans på en bonus denna månad, eller att hela företaget kan fira, ordna en fest uppmärksamma dig och du kommer ett steg närmare en befordran eller möjlighet att ta ut någon extra semesterdag. (*r+*)

4. Din chef tjarar varje gång du ser hen om uppdraget (*r-*) och desto fler dagar du inte utför det desto surare blir din chef (*p+*). När du utför det kan du få det som står ovan. (*r+*)

Om du kunde välja vilket skulle du välja? Om du kunde välja att utsätta en annan person för något av dessa scenarion, vilket skulle det vara?

---

Nu tittar vi lite på antecedenterna, i detta fall är det en situation och en känsla som infinner sig när du blir ombedd att utföra uppdraget.

1. Du är stressad, har riktigt mycket att göra på jobbet och din första tanke när du hörde om uppdraget var "åh nej inte en sak till!"
2. Du mår bra på jobbet, har precis lagom mycket att göra, din hälsa är på topp och du är nöjd med din ekonomi.
3. Du har ont om pengar och är orolig för hur du ska få ihop din vardag och kunna betala för din hästs veterinärräkningar.
4. Du känner dig osäker på hur och om du har kompetens till att klara av uppdraget, du är rädd för att misslyckas och förlora din redan dåliga självkänsla.

Det är ganska självklart vilket av de ovan nämnda omständigheterna som en skulle välja för sig själv eller för någon annan. Som hästägare är det vi som både skapar hästens omständigheter men också väljer vilka konsekvenser som hästen kommer att uppleva tillsammans med oss.

Fundera över vilka konsekvenser i träningen skulle kunna ge din häst en bättre välfärd jämfört med andra konsekvenser.

Fundera över vilka antecedenter som påverkar ditt träningspass. Är det något du kan påverka till det bättre? Är det något hos dig själv som tränare eller i hästens fysiska miljö?