

# ETT FANTASTISKT TRÄNINGSPASS!

Av: Emelie Johnson Vegh och Eva Bertilsson

[www.carpemomentum.nu](http://www.carpemomentum.nu)

Publicerad i Canis 2012

Hundträning är egentligen så mycket mer än bara själva träningen med hunden; det är din tanke, dina mål, din planering, dina mekaniska färdigheter, träningen av dig själv och slutligen själva hundträningen.

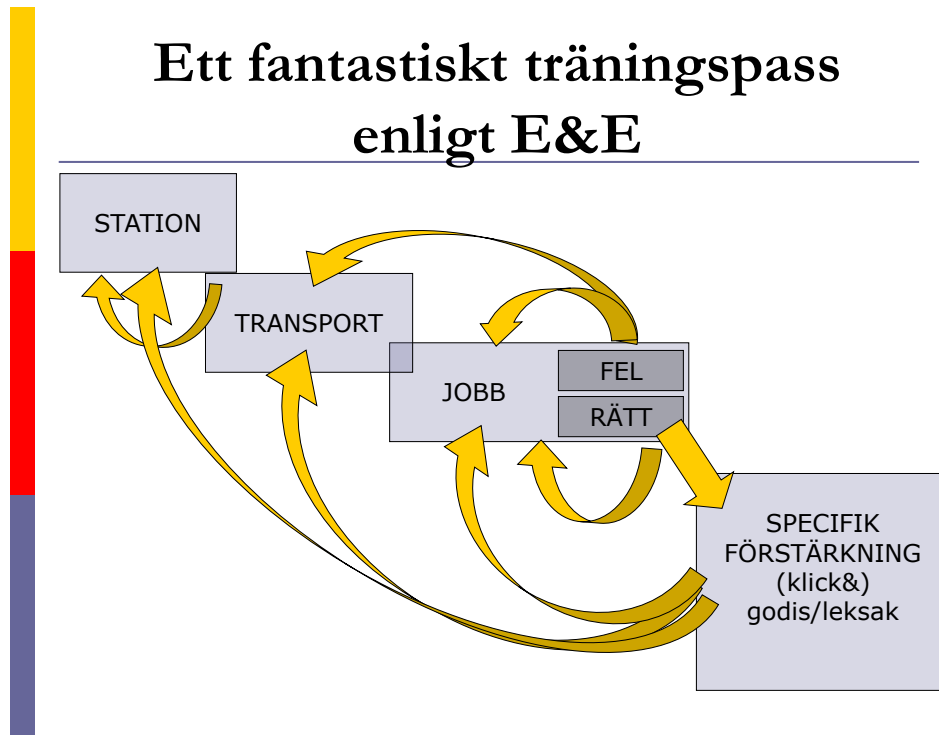
Den här artikeln fokuserar dock på själva hundträningsbiten – det som händer ögonblick för ögonblick medan du och hunden jobbar tillsammans. Hur kan du göra för att dina träningspass ska bli ”fantastiska träningspass”, där du gör rätt sak vid rätt tillfälle och där din hund får just de erfarenheter du önskar?

## Att använda flödesschema

För att själva akten av att träna hunden ska flyta på och bli som du har tänkt dig, behöver du veta vad du ska göra och vilka valmöjligheter du har. Vad ska du göra om hunden gör så? Vad ska du göra om hunden gör så? Ju enklare och tydligare din plan är, desto lättare är det att följa den och desto större är chansen att du inte plötsligt gör något du egentligen inte tänkt dig. Att tänka efter före är alltså till stor hjälp. Ett av våra bästa tips är att skapa ett flödesschema över hur du vill att ditt ”fantastiska träningspass” ska se ut. Flödesscheman är suveräna när det gäller att ge överblick över olika alternativ, och genom att rita ett sådant får du koll på om du faktiskt tänkt igenom alla eventualiteter och har en plan för ”vad gör jag om X händer?”. När du ritar får du försöka förutse vad hunden kan tänkas hitta på, och så välja vad du själv vill göra om detta händer. Som vi vet kan vi ju inte styra exakt vad våra hundar ska göra – det vi kan styra är hur vi själva beter oss.

## Vårt flödesschema för ”det perfekta träningspasset”

Utifrån de beslut vi själva vill fatta när vi tränar har vi ritat ett övergripande flödesschema. Vi använder det flitigt, både i den egna träningen och när vi håller kurs. Vi kommer här att presentera hur just vårt flödesschema ser ut och vad de olika delarna innebär. I flödesschemat, kan du se vilka valmöjligheter vi själva ger oss medan vi tränar. Vårt flödesschema har sitt ursprung i agilityträning, men vi följer det faktiskt i princip alltid.



### Våra träningsmål och hur vi jobbar för att nå dem

Vårt övergripande mål när vi tränar våra hundar är en glad och självständig hund, med ett fantastiskt självförtroende. För att nå detta strävar vi efter att skapa träningsituationer där allting inom och omkring träningspasset sker sömlöst, liksom glider in i vartannat; allt för att ge både hund och förare möjlighet att lära sig så fort som möjligt och så fokuserat som möjligt. Genom att skapa situationer där hund och förare kan bibehålla maximal fokus och intensitet genom hela träningspasset, oavsett vad som händer, så slipper vi mycket av biprodukter **biprodukter** såsom frustration och osäkerhet. Det vårt flödesschema vill visa är alltså hur detta kan se ut i praktiken.

### Delarna i vårt flödesschema

I vårt ”perfekta träningspass” utgår hunden ifrån en station. Från stationen sker en transport till den punkt där själva träningen är tänkt att börja. När transporten slutar börjar hundens egentliga ”jobb” – det är nu hunden har möjlighet att tjäna sina bästa belöningar! Om hundens beteende möter kriterierna (”rätt”) får den en specifik förstärkning (klick+belöning, eller bara belöning) *eller* så får den möjlighet att fortsätta jobba (vilket i sin tur ger möjlighet att göra ”rätt” och få belöning). Om hundens beteende inte möter kriterierna (”fel”), får den fortsätta

försöka *eller* så blir det en transport till en ny startpunkt där hunden kan börja jobba igen. När jag som förare vill ta en paus blir det transport tillbaka till stationen.

Låt oss gå igenom varje del i detalj!

## **Station**

Stationen är den fysiska plats där din hund befinner sig när ni har paus. Det kan vara en bur, en fäll, en plats där du och hunden sitter tillsammans; vad som helst. Stationen bör vara en fysiskt utmärkt plats; detta hjälper till att göra konceptet tydligt.

Stationen har betydelse för såväl din hund som dig själv som dina eventuella träningskamrater eller instruktör. För hundens del är det en plats att vara på, ett ställe där inget direkt händer (men som man kan tjäna belöningar för att vara på). För din del är det en plats där du kan bryta din koncentration och ditt fokus, slappna av, tänka, planera, diskutera, hämta mera godis eller en ny leksak, skriva i din träningsdagbok, etc. Stationen är värdefull för din instruktör och eller dina träningskompisar eftersom de då lätt kan veta att de kan prata med dig, komma med feedback och förslag. När du och/eller din hund är mitt uppe i ett träningspass är du inte tillgänglig; då ska du vara i din bubbla fullt fokuserad på det du håller på med. ”Hund på station” blir ditt frikort till att kliva ur fokusbubblan för en stund.

## **Transport**

Det vi kallar transporter är vårt sätt att brygga över tid och rum och kunna stanna i bubblan medan vi förflyttar oss och hunden från stationen till den plats där vi ska träna, från belöning till omstart, etc. Ofta hade man önskat sig ett trollspö för att simsalabim få hunden att hamna på det bästa stället för att påbörja nästa försök, utan att det kan bli något trassel eller tappat fokus på vägen dit. Transporten är visserligen inget trollspö, men funktionen är ungefär densamma!

De transportsätt vi väljer att använda oss av är:

- Leksak
- Godismagnet
- Hålla i sele/halsband
- Lyfta/bära

Som du ser så innebär alla dessa transportsätt att hund och förare ”sitter ihop”. Det finns ingen luft mellan föraren och hunden! Detta gör våra transporter extremt tydliga. Så länge hund och förare är ”hopklistrade” är det transport. När hunden är ”lös” är det jobb som gäller!

Samtliga transporter är tränade beteenden som upprätthålls dels genom sin placering i träningskedjan (de leder till möjligheten att tjäna en belöning), dels genom att de faktiskt belönas. Vi vill att hunden ska vilja bli transporterad!

## **Jobbet och dess konsekvenser**

Hundens jobb kan sedan vara hur stort eller hur litet som helst – det kan vara ”nos framåt” när du shejpar de första stegen i en sikta-övning, det kan vara en hel balansbom, det kan vara 20 meter fritt följ. Men detta jobb kan ju antingen gå som det är tänkt, bli ”rätt”, eller också händer något annat, det blir ”fel”. Vi har valt att begränsa våra valmöjligheter – vad vi gör när det blir ”rätt” respektive ”fel” – till ett litet antal. Det finns förstås fler möjligheter, men de vi presenterar här är de vi själva har valt att använda. Vi upplever att dessa räcker gott, och att det enkla ofta är det bästa.

### **Om det blir ”rätt”**

Om det blir rätt, alltså om hundens beteende möter förarens kriterier, kan det följas av:

- Specifik förstärkning (godis eller leksak)
- Signal till nytt beteende
- Inget, hunden bara får fortsätta jobba

*Den specifika förstärkningen* kan se olika ut: Det kan vara klick + godis eller leksak, det kan vara bara godis eller leksak, det kan vara utplacerad belöning i form av godis eller leksak, etc. Belöningen kan vara lång eller kort; det kan vara en snabb godbit, det kan vara många godisar modell kulspruta, det kan vara en lång kampek där du och hunden busar loss.

Det du behöver planera för är hur din belöning ska förvandlas till nästa steg, dvs antingen till jobb direkt eller till transport. Om det ska bli jobb direkt får du se till att hunden är på en lämplig startpunkt när belöningen tar slut. Håller du tex på att shejpa din hund att gå under en pall kommer du kanske klicka för nos mot pallen, och ge första godisen under pallen. När hunden sväljer är den redan i en bra position att fortsätta jobba, och du kan direkt klicka för nästa nosrörelse framåt.

Ofta kan man behöva flytta hunden till en ny startpunkt för att den ska kunna börja jobba igen. Då kommer transporterna in i bilden. Säg att hunden just har gått under hela pallen, du ger den en godis, och så har du tänkt att hunden ska få testa att gå under pallen en gång till. Då kan du låta den godbit du ger hunden då den tittar fram under pallen förvandlas till en ”godismagnet” som hunden får gnaga på medan ni tillsammans flyttar er till en ny startpunkt. När du tycker att hunden är på ett bra ställe tar du kvickt bort godismagneten från hundens nos, och så får hunden sätta igång att jobba för att få nästa belöning.

*Signal* innebär att förstås att du ger signal för ett nytt beteende som hunden kan tjäna belöning genom att utföra. Eftersom signaler inom klickerträning betyder ”grönt ljus” kommer signalen till ett väl inlärt beteende att funka som belöning för det hunden gör då du ger signalen, i princip på samma sätt som ett klick. Så det gäller att å ena sidan bara ge signaler när hunden faktiskt gör något rätt (så att man inte råkar belöna ett oönskat beteende med att ge en signal till nytt beteende), och å andra sidan att bara ge signaler som hunden rimligtvis klarar att följa och tjäna belöning genom (så att inte det tidigare, rätta, beteendet blir ”straffat” av att följas av en obegriplig signal där hunden misslyckas och inte tjänar någon belöning).

*Att göra inget och bara låta hunden fortsätta jobba* när den gör rätt kan exemplifieras med hunden som håller på att lära sig att gå under en stol. I början fick den klick så snart den hade

nosen åt rätt håll. Efter ett antal repetitioner väntar vi med klicket, gör inget och låter hunden fortsätta jobba, och när hunden gör något mer (till exempel sticker huvudet under stolen) så kommer klick och godis. Det är på det här viset vi tänjer hundens gränser så att den lär sig att göra allt mer för sina belöningar.

## **Om det blir ”fel”**

Om jobbet går snett, om det blir fel, har vi två möjligheter enligt vårt flödesschema:

- Inget, hunden bara får fortsätta jobba
- Transport

Att ha en konkret plan för vad man ska göra om hunden gör ”fel” är minst lika viktigt som att veta vad man ska göra om hunden gör ”rätt”. Vår erfarenhet är att frustration, osäkerhet och bristande koncentration ofta härrör från de röriga situationer som ibland uppstår när hunden inte gör helt rätt och föraren inte riktigt vet vad han/hon ska göra då. Vi gör det enkelt för oss genom att bara ge oss själva två alternativ – fortsatt jobba, eller transport – och vår upplevelse är att detta underlättar enormt både för oss och för hundarna. Och då kan vi fokusera på det viktiga och roliga, det hunden verkligen lär sig av; att skapa situationer där hunden gör rätt och får belöning!

**Att göra inget och bara låta hunden fortsätta jobba** är vårt första val om något går snett. Ett exempel kan vara att hunden vid ”gå-under-stolen”-träningen tittar på föraren (”fel” respons) innan han riktar nosen mot stolen (”rätt”) och får sitt klick och belöning.

**Transport** är det alternativ vi väljer när det inte går att bara låta hunden fortsätta jobba. Kanske han har hamnat i fel riktning, du har glömt vad du skulle göra, godiset är slut, eller vad som nu har råkat hända... Helst hade vi i det läget teleporterat hunden till en ny startpunkt eller till stationen för lite betänketid... men eftersom vi inte har något trollspö väljer vi transporten. Vi kan till exempel låta hunden smaska på en godismagnet eller leda den i halsbandet medan vi förflyttar oss dit vi vill vara. Eftersom en transport är trevlig för hunden kommer det att bli som en liten belöning – det är helt ok! Kom ihåg, meningen med transporten är att brygga tid och rum utan att tappa de viktiga komponenterna fokus och intensitet eftersom de är en stor del av vad som kommer att leda oss till vårt yttersta mål – den glada och självständiga hunden. Vi oroar oss inte för att råka belöna oönskade beteenden med våra transporter; dels ser vi till att skapa träningssituationer där hunden oftast gör rätt och får belöning den vägen, och dels kan vi göra den ”riktiga” belöningen (den som hunden får vid ”rätt” beteende) ännu mycket roligare än vad transporten är.

## **Vad innebär då allt det här?**

Flödesschemat visar oss vad vi som tränare har för valmöjligheter i alla upptänkliga situationer. För det är ju det vi behöver ha koll på när vi väl tar ut vår hund för att träna! Vad

ska jag göra, vilken konsekvens ska jag tillföra, i vilken situation? Att ha detta genomtänkt och genomtränat själv gör träningen otroligt mycket mera precis, utan luckor och dödtid när det finns risk för frustration, förvirring eller helt enkelt bristande fokus.

Att ha koll på våra valmöjligheter gör det lättare för oss att hålla våra tränarhjärnor i schack – träning är nog komplicerat ändå med alla krav det ställer på planering, mekaniska färdigheter och utvärdering, för att vi ska anse oss fullt sysselsatta ändå. Så vi röstar för att hålla flödesschemat enkelt. Ju färre alternativ för tränaren, desto större chans att man lyckas göra det man tänkt sig. Och när vi som tränare gör ”rätt”, då går oftast träningen som en dans!

### **Avslutningsvis**

Ta dig en titt på din träning. Hur ser den ut; hur vill du att den ska se ut? Skapa ett flödesschema och gör dig medveten om dina olika valmöjligheter. Ditt jobb som din hunds tränare och din egen coach kommer att bli tydligare, lättare, roligare och dessutom mera framgångsrikt. Ha det så kul med din träning!