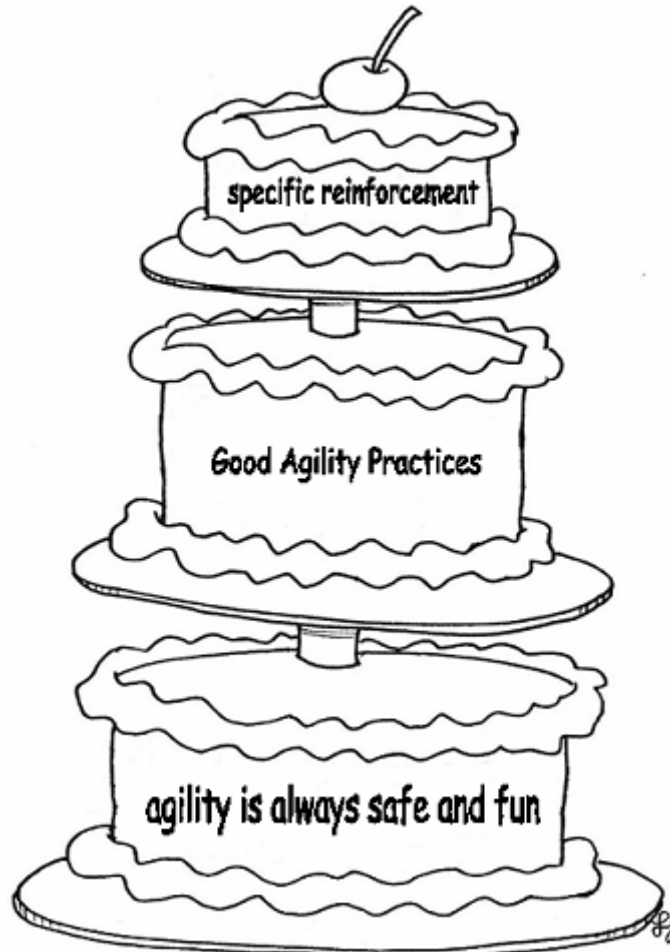


Alla behöver tårta!

Belöningsträningens lager

Av: Eva Bertilsson och Emelie Johnson Vegh, publicerad i Canis 2012



Vi säger gärna att vi sysslar med belöningsbaserad träning – träning där vi ser till att önskvärda beteenden lönar sig, så att hunden på så vis lär sig det vi vill att den ska lära sig. Men vad betyder detta egentligen - hur ser det ut, rent praktiskt? I den här artikeln tar vi en smarrig tårta till hjälp för att visa hur vi ser på belöningsbaserad träning. Vi kommer främst att använda agilityexempel, men principerna är allmängiltiga!

Tårta i tre lager

Se framför dig en tårta – en riktigt maffig bröllopstårta i tre lager, med tjusig garnering på toppen. Den här tårtan illustrerar hur vi tränar: Först och främst ser vi till att träningen i sig alltid är en trevlig upplevelse. Ovanpå det strävar vi efter agilitymässighet (dvs koncentration, intensitet, och att det alltid finns ett grundläggande styrsystem som talar om för hunden vart den ska ta vägen). Och på toppen finns specifika belöningar som dyker upp eller uteblir, utifrån hur hundens beteende möter våra kriterier.

Vissa saker – som trygghet och nöje i träningsituationen, och vår odelade koncentration – tycker vi att hunden ha tillgång till hela tiden, oberoende av vad den gör. Dessa placerar vi på de båda nedersta lagren i vår tårta. Och eftersom vi vill att hunden ska ha tillgång till dessa nedre lager hela tiden så funkar det ju inte att använda sådant som finns där för att belöna önskvärda beteenden och inte belöna oönskade... Våra belöningar måste ju vara något vi kan lägga till eller ta bort beroende på vad hunden gör. Det betyder att vi behöver ett topplager med specifika förstärkare – sådant hunden inte har tillgång till hela tiden.

Det räcker alltså inte med det översta lagret för att få till lyckad träning! Javisst handlar träning om att belöna beteenden du vill ha, och undvika att belöna beteenden du inte vill ha. Men träning handlar också om hur du hanterar träningsituationen som helhet. Alla de ögonblick då hunden inte får någon specifik belöning – till exempel i övergångar mellan olika moment i träningen, eller när du jobbar med uthållighet, eller när hunden gör något misstag – är förstås också viktiga. Tårtan har tillkommit som en metafor för hur vi jobbar med att se till att hela träningsituationen alltid är en trevlig och givande upplevelse samtidigt som vi belönar de beteenden vi vill ha och ignorerar de beteenden vi inte vill ha.

Bottenlagret – träning är alltid tryggt och trevligt!

Bottenlagret, den stora kakkdelen, har med klassisk betingning att göra. Pavlov sitter alltid på din axel brukar man ju säga! Se till att endast bra saker händer runt din träning och dig själv, och detta kommer att klassiskt betinga din hund att gilla alla delar av er träning. Detta lager bör vara på plats för att du och din hund ska kunna vara det tränings- och tävlingsteam som du förmodligen föreställt er, med enbart glada och goda förväntningar på träningsituationen. Det är inte svårt att förstå att bottenlagret är viktigt för all sorts träning – agility, lydnad, freestyle, ja, vad du än väljer att träna med din hund.

Detta bottenlager innebär att vi undviker obehag i träningsituationen (och även annars, naturligtvis). Låt bli korrigeringar, håll frustrationen på en begränsad nivå, och se till att träningsituationen är säkrad från sådant som kan skrämma din hund.

Bottenlagret innebär också att grundläggande trevligheter alltid finns tillgängliga. Föraren är glad och har vänliga händer - hela tiden, oavsett vad hunden gör. Det handlar om att ha en trygg och trevlig bas i träningsituationen, en bas som alltid finns där. Hunden behöver alltså inte bete sig på något särskilt sätt för att förtjäna denna grundläggande trevlighetsnivå, utan den är given i all träning.

Mellanlagret – ”agilitymässighet”, håll dig själv på topp.

Mellanlagret motsvarar det vi kallar ”agilitymässighet”. Agilitymässighet har inte bara med agility att göra, men har fått sitt namn efter att vi ofta håller agilitykurser och det var i det sammanhanget vi gav konceptet namn. Agilitymässighet innebär tre saker:

1. Fokus
2. Intensitet
3. Följ ditt handlingsystem

Fokus innebär att du ska hålla dig fokuserad på övningen och på din hund. Föreställ dig att du och din hund är inneslutna i en bubbla där det bara finns ni och det ni håller på med. Vad som

än händer utanför den bubblan, så kan det inte störa er. Träningskompisen som hoppar ur bilen och hojtar hej, kaninerna som hoppar över planen, mobilen som ringer - de finns inte. Inte förrän övningen är slut, din hund befinner sig på sin station, och du kliver ur bubblan. Då kan du säga hej, svära över kaninuslingarna, kolla vem som ringde, fundera över hur det gick och tänka på vad du ska göra sedan.

Hur blir det om du gör tvärtom – hejar på kompisen som kommer ur bilen, tittar upp efter kaninerna, slänger ett snabbt öga på telefonen – vad händer då? Jo, du har då klivit ur bubblan och faktiskt lämnat din hund helt hastigt och lustigt i det ni höll på med, i en situation där du är lärare och din hund elev. Och om du ”spräcker bubblan” i tid och otid är risken överhängande att hunden börjar göra detsamma: Kolla på hundarna som kommer ner på plan, spana på kaninerna och lukta på det där intressanta som plötsligt dök upp... Det är då vi människor börjar kalla hundarna ofokuserade, lätt-distraherade, et cetera. Och tänk, det vill vi inte att de ska vara!

Dessutom är full koncentration en nödvändighet om du ska kunna göra ditt jobb som tränare. Beteendeflödet pågår hela tiden, och tränarens jobb är att ögonblickligen fatta rätt beslut i förhållande till vad hunden gör. Om man tappar fokus så kommer man dels inte att uppfatta alla detaljer i det hunden faktiskt gör, och dels kommer man att belöna vid fel ögonblick eller missa värdefulla belöningsstillfällen.

Intensitet innebär att du ser till att planera din träning så att du kan vara rapp i vändningarna och hela tiden veta vad du håller på med och vart du är på väg. Vi menar inte att du ska stressa eller ruscha dig genom träningen, men att du ska sträva efter att röra dig medvetet och kvickt genom även den minsta övning. Inom agilityn är det uppenbart att hund och förare behöver vänja sig vid att jobba med hög intensitet, eftersom sporten kräver både fart och kontrollerad explosivitet. Men intensiv, fokuserad träning är ett utmärkt framgångsrecept oavsett vad du tränar. Och då menar vi inte bara framgång på tävlingsbanorna, utan framgång i träningen rent generellt.

För att kunna träna med hög intensitet och bra fokus måste du ha planerat din träning väl: Vad ska din hund göra? Är träningssituationen klokt upplagd? Vet du exakt vad du själv ska göra? Har du övat så att du klarar att göra rätt sak vid rätt tillfälle? Att ha planerat såväl sin hunds som sin egen träning väl är A och O för ett bra träningspass. Om du jobbar intensivt i välplanerade, fokuserade pass kommer du minimera ”död-tid” där din hund kanske gör annat, blir okoncentrerad eller frustrerad. På så vis kommer själva träningen att bli mer effektiv, och samtidigt enklare och roligare både för dig och din hund.

Att du ska **följa ditt handlingsystem** betyder i agilityträningen att du ska ha ett grundläggande mönster i hur du rör dig, så att det alltid är möjligt för hunden att följa dina rörelser. Ett handlingsystem är de signaler du använder för att styra din hund runt agilitybanan. Vårt övergripande mål med agilityträningen är att skapa en glad och självsäker hund och handler, och för att kunna nå det målet behöver bland annat vår handling vara klar och tydlig och utan motsägelser – och då är ett genomtänkt och genomarbetat handlingsystem ett måste. Genom att se till att följa ditt valda handlingsystem genom hela er träning – till exempel hur ni rör er ut till träningsplatsen, vilken hand du använder när du belönar din hund, etc – kommer du att underlätta förståelsen och automatiserandet av dessa rörelser och dess betydelse för både dig och din hund. Det är ju bättre att hålla sig till sitt

handlingssystem hela tiden, än att slentrianmässigt ”öva” på sådant man ändå inte tänker använda.

I agilityn är förarens position, riktning och rörelse grundläggande signaler. Och eftersom förarens kropp rent fysiskt finns närvarande hela tiden så går det aldrig att ”ta bort” detta grundläggande signalsystem. Vi kan aldrig ”sluta styra” – och om vi försöker så betyder det bara att vi just då styr på ett väldigt obegripligt sätt... Ett exempel är föraren som då hunden gör ett misstag säckar ihop som en punkterad soufflé – vad betyder den signalen? Vart ska hunden ta vägen då? Genom att bli medveten om att det finns signaler som är närvarande hela tiden kan vi se till att hunden alltid har en ärlig chans att se vart den ska ta vägen.

Att följa ett handlingssystem leder osökt tankarna snabbast till agility, men återigen, även denna regel går att koppla till alla grenar vi kan komma på. Det finns *alltid* signaler närvarande. Vi kan aldrig ta bort alla våra signaler, och vi bör inte heller försöka. Istället bör vi sträva efter att ha en logik i det grundläggande signalsystemet, så att hunden alltid har en ärlig chans att veta vart den ska ta vägen. Framför allt är det viktigt att tänka på detta om hunden gör något ”fel” och vi inte belönar; hunden måste ändå ta vägen någonstans! Om föraren checkar ut och helt överger hunden så bryts både koncentrationen och intensiteten, och dessutom blir hunden av med både trygghet och trevlighet... Och så vill vi förstås inte ha det.

Genom att hålla på ”agilitymässigheten” det vill säga se till att vara koncentrerad, arbeta intensivt och följa ditt handlingssystem (oavsett sport), håller du din hund sysselsatt och ger honom hela tiden en riktning att arbeta i. Detta kommer att stärka din hunds fokus, intensitet och förmåga att jobba i samklang med dig.

Det översta lagret – specifika belöningar

Tårtans topplager innehåller distinkt förstärkning av specifika beteenden. Det är här du går in med dina belöningar för att ge din hund specifik information om vad det är som lönar sig, vad det är du är ute efter. Här bor din klicker, godis, leksaker och de signaler du använder för att explicit förstärka speciella beteenden (i vardagen kan det vara din ”varsågodsignal” som hunden får som belöning för att sitta innanför dörren, inom agilityn kan det vara startsignalen från kontaktfältsbeteendet, inom tävlingslydnaden kan det vara ståkommandot under inkallningen med ställande, osv).

Det är på det översta lagret vi jobbar med kontrasten belöning/icke-belöning. Det som finns här får hunden tillgång till om beteendet möter våra kriterier, men inte annars. Här måste vi ha riktigt värdefulla belöningar som hunden verkligen vill jobba för! Det är alltså här hunden får information om huruvida ett beteende var ”rätt” eller inte.

Det översta lagret skiljer sig alltså ifrån de två tidigare på så vis att det inte finns tillgängligt hela tiden. Det säkra och det roliga i träningen (lager 1) finns hela tiden – det är inget som hunden behöver prestera för att få, och det är inget vi någonsin tar bort. Detsamma gäller agilitymässigheten (lager 2) – hunden har alltid tillgång till vårt fokus, vår intensitet och vårt grundläggande styrsystem, oavsett vad den gör.

Notera att det är lager 3 som gör det möjligt att ge hunden obegränsad tillgång till de båda lägre lagren. Om vi *inte* skulle jobba med specifika belöningar som läggs till beroende på vad hunden gör, så skulle vi få problem. Specifika förstärkningar för *rätt* beteende är nämligen en

absolut förutsättning för att det ska funka att inte göra något då hunden gör *fel* beteende. Så om vi inte strategiskt förstärkte önskvärda beteenden skulle vi snart trilla dit i att vilja avbryta kontakten eller styrningen när hunden gör något fel – och därmed sabotera agilitymässigheten i mellanlagret. Kanske skulle vi till och med hamna i att lägga till obehag då hunden gör fel, och därmed haverera tårtans bottenlager av trygghet och säkerhet.

Tårtan ger dig en bra grundplåt för din träning och din samvaro med din hund. Genom att se till att vid alla tillfällen ha bottenlagret med dig (bara bra saker händer i närheten av dig och träningen), tänka på agilitymässigheten så att du aldrig över ger din hund, och på att strategiskt använda specifik förstärkning för att bygga och bibehålla de beteenden du vill ha, har du givit dig själv ett bra recept för effektiv, kul och framgångsrik träning.