

TAGteach - Klickertänk även för folk!

I augusti var vi i Oslo och höll agilitydelen av Canis Instruktörsutbildning. På fredagskvällen höll vi ett föredrag om inläring, instruktörens roll och TAGteach (Teaching with Acoustical Guidance – klickerträning för människor). Här följer en sammanfattning av detta föredrag.

Instruktörens jobb – att träna hundägare!

Som hundtränare och även som instruktör är man ofta väldigt upptagen av hundens inläring och av vad hunden gör. Ofta glöms den mänskliga parten bort, eller får åtminstone inte tillräckligt med utrymme. Det finns mycket att vinna på att ta den mänskliga partens inläring på lika stort allvar som hundens. När det gäller ens egen träning kommer den att gå så väldigt mycket smidigare om man själv ser till att behandla sig som en individ som ska lära sig något, och inte bara fokuserar på att utbilda sin hund. Och när man fungerar som instruktör är det faktiskt ens jobb! Kom ihåg devisen: ”Jag är instruktören, du är tränaren!”! Nåväl, vårt jobb som instruktörer är att ge våra kursdeltagare verktygen för att kunna vara tränarna. Hundägarna tränar sina hundar, men instruktören tränar hundägarna!

Här följer en lista på sådant som är viktigt när man försöker lära någon (inklusive sig själv) något:

- Definiera målet.
- Tänk igenom träningen i förväg.
- Dela in i små, hanterbara delar.
- Fokusera på en sak i taget.
- Förstärka det som är rätt, ignorera det som är fel, skapa situationer där det är lätt att göra rätt.
- Kriterier – timing – frekvens.

Det som står i listan ovan känner du som hundtränare säkert igen. Detsamma gäller alltså för människor också. Som instruktör kan du ha nytta av den här listan både när du planerar kurser och övningar och när du under kursens gång hjälper och ger feedback till dina kursdeltagare.

Det finns givetvis skillnader mellan människor och hundar. Ibland känns som att det är mycket lättare att träna hundar än att träna människor... Men mänskliga kursdeltagare har också sina fördelar:

- Det går att ge instruktioner och/eller demonstrera för att få fram beteenden.
- Det går att ha genomgång och diskussion både före och efter.
- Att få informationen ”rätt” är i sig självt förstärkande för de flesta människor.
- Att själv känna i kroppen att man gjort ”rätt” är också i sig självt förstärkande (förutsätter att man vet hur ”rätt” känns!).

Det mänskliga språket är den allra största skillnaden mellan människor och hundar. Som du ser i punktlistan ovan gör det att vi bland annat kan ge instruktioner och ha genomgångar och diskussioner. Människors beteenden blir också i många fall förstärkta bara av att personen märker att han/hon gör ”rätt” – den primära förstärkaren som vi alltid vill förse våra hundar med behövs ofta inte.

Som instruktörer jobbar vi både med deltagarnas tänkande och med deras mekaniska färdigheter. ”Tanke-biten” är oerhört viktig och värdefull, men det räcker inte att deltagarna *vet* vad de ska göra och hur de ska göra det – för att lyckas göra rätt måste mekaniken övas. Det är här Teaching with Acoustical Guidance, TAGteach kommer in i bilden.

TAGteach – klickerträning för människor

TAGteach är en metod som överför klickerträningstänket till det mänskliga lärandet av mekaniska färdigheter. Det är som sagt i princip detsamma som klickerträning, det har bara fått ett annat namn och innehåller ett par andra delar eftersom vi har med den verbala människan att göra.

Följande är typiskt för TAGteach:

- Fokus på beteendet, inte på person eller relation.
- TAG-punkter (kriterier)
- Användandet av en markör (därav Acoustical Guidance)
- TAG-talk: Positiv fraserings för att underlätta inläringen

TAGteach handlar alltså om att träna observerbara *beteenden*. Fokus är på beteendet utgår man ifrån den nivå individen befinner sig, och arbetar sig vidare därifrån. Det betyder att träningen kommer att upplevas som positiv och ”ofarlig” eftersom den som lär sig kommer att uppleva att han/hon lyckas, och att fokus ligger på kroppens rörelser istället för på den egna personen.

Precis som när du tränar din hund gäller det att sätta kloka och klara kriterier för dina kursdeltagare. Enda skillnaden är att här heter kriterium ”TAG-punkt”. Vi tycker att TAG-punkt är ett strålande uttryck, och förmodligen skulle det underlätta för många klickertränare om de (precis som man alltså gör i TAGteach) uttalade exakt vad kriteriet är inför varje träningspass med hunden. Så egentligen borde begreppet ”klick-punkt” införas i varje klickertränares ordlista! TAG-instruktören talar alltså om vilket kriterium som gäller vid varje träningspass, till exempel ”TAG-punkten är handen vid sidan”, eller möjligen ”klicket är för handen vid sidan”.

Sedan är det bara för instruktören – eller en medhjälpare, t ex en annan kursdeltagare – att stå vid sidan och ge direkt feedback varje gång TAG-punkten uppnås. Feedbacken blir mycket klarare när informationen ”rätt” kommer *medan* man gör rätt, istället för efteråt. Eftersom TAG-punkten är förklarad på förhand råder heller inga tvivel om *vad* det är man gör rätt.

Det är förstås fullt möjligt att ge verbal feedback (”bra” eller ”rätt”), men precis som när vi klickertränar våra hundar är det fördel att använda en markör för bästa möjliga timing. Användandet av en markör har också en annan fördel: När markören används tycks fokus hamna på beteendet som ska utföras och inte på personen som utför beteendet eller på den som taggar (klickar). Detta minskar risken för att feedbacken ska upplevas som dömande eller känsloladdad på något vis. Man vet att det är exakt feedback på ett beteende och inte snällheter som någon säger för att man ska bli glad.

Om du som instruktör ska träna någon som samtidigt tränar sin hund är det ofta dumt att använda den vanliga klickern eftersom det då kan vara svårt för alla inblandade att hålla reda på om klicket är menat till hunden eller till människan... I det läget är det smart att använda en Clicker +, som till exempel kan göra ”pingande” ljud istället, eller någon annan markör vars ljud skiljer sig från klickern.

Vi upplever att det allra mest värdefulla med TAGteach är att ens kriterier blir glasklara i och med att man sätter upp TAG-punkter. Eftersom kriterierna blir solklara är det också mycket enklare att ge tydliga instruktioner och att lägga upp vettiga övningar. Oavsett om du som instruktör väljer att fullt ut använda TAGteach i din undervisning eller inte, har du stor nytta av att tänka i TAG-punkter när du funderar på vad det är du vill att dina elever ska göra. Tänk

också på att TAGteach ingalunda är något som bara fungerar i sammanhang med instruktör eller annan medhjälpare, du kan utmärkt väl använda TAGteach för att träna dig själv. När du jobbar för dig själv har du förstås ingen som står vid sidan och ”taggar” dig vid lyckade försök. Istället får du fokusera på TAG-punkten och själv bedöma när den är uppnådd. Du kan till och med säga ”klick” eller ”tag” tyst till dig själv, det fungerar faktiskt!

TAG-punkterna ska (som alla kriterier) vara binära, det vill säga antingen lyckas man eller inte. Det ska inte finnas några gråzoner. Detta ger möjlighet att lyckas med en liten detalj utan att allting behöver vara precis helt rätt. Föreställ dig till exempel ett framförbyte på agilitybanan. Ett framförbyte består av många saker som förare måste utföra rätt, men genom att dela upp det i TAG-punkter kan föraren ifråga få uppleva många små lyckanden innan hela bytet sitter. Ett annat exempel är ett träningspass på en klickerkurs. Det finns mängder av detaljer som hundägaren ska få till; bland annat att titta på hunden hela tiden, att klicka just då hundens beteende motsvarar de i förväg uppställda kriterierna, att vara helt stilla när man klickar, att ge godis på den plats eller i den riktning man har tänkt sig, och så vidare. Konsten är att som instruktör se det korrekta utförandet framför sig, och sedan dela upp det i små hanterbara delar som går att beskriva konkret och omvandla till TAGpunkter. Alltså precis detsamma som i hundträningen!

När vi tränar våra hundar, oss själva eller någon annan människa gäller ju att vi bör dela upp det vi vill träna på i små, hanterbara delar och fokusera på en sak i taget. När vi använder TAGteach innebär det att vi bara tränar på *en* TAG-punkt i taget. Som instruktör får du gärna instruera och förklara, men när det är dags att sätta TAG-punkten är den alltid för en sak i taget. Om något annat faller och inte fungerar men kursdeltagaren (eller du själv) uppnår TAG-punkten, ska den markeras. Du får sedan gå tillbaka och fixa vad det nu var som inte fungerade genom att kanske dela in den biten ytterligare och metodiskt jobba igenom de TAG-punkterna. Ta till exempel att du och dina kursdeltagare arbetar på targetbeteende som ska användas till kontaktfälten på agilitybanan. Ni har arbetat med TAG-punkten ”använd handen närmast hunden”, som innebär att förarna ska använda den hand som är närmast hunden för att belöna den. Ni har nu gått vidare till nästa TAG-punkt som är ”belöna i riktning framåt”. Det som händer då är att ett par av kursdeltagarna mycket vackert belönar i riktning framåt, men att de tappar det beteende de tränade på tidigare och använder handen längst bort från hunden. Det gör inget! De har ändå uppfyllt det aktuella kriteriet ”belöna i riktning framåt”, och det var det som gällde just nu. Som instruktör behöver du alltså inte säga någonting om vilken hand som har använts, för det var inte det ni jobbade med i just detta ögonblick. Istället kan du senare gå tillbaka och jobba med den tidigare TAG-punkten ”belöna med handen närmast hunden” igen.

”TAG-punkten är belöna med handen närmast hunden” är exempel på TAG-talk, alltså sättet du som instruktör uttrycker dig på. TAG-talk handlar om att uttrycka sig tydligt och positivt, och är viktigt för att inläringen ska gå så lätt som möjligt. När du anger din TAG-punkt börjar du alltså din mening med ”TAG-punkten är...”, för att förbereda den som instrueras på att nu kommer det viktiga. TAG-punkten består också alltid av *ett* beteende. Du kan alltså inte använda ”och” eller ”men” i din TAG-punkt. Känner du ett behov av ett ”och” är det nästan alltid så att det ni tränar på går att dela i två TAG-punkter...

Du ska också tänka på att frasera dig positivt, alltså säger du ”TAG-punkten är att belöna med handen närmast hunden” och inte ”TAG-punkten är låt bli att använda ”fel” hand”. Du ska även undvika att blanda in orden ”jag” och ”du”. Hur du uttrycker dig påverkar sannolikheten att såväl du själv som dina deltagare fokuserar på själva beteendet. Som vi tidigare sagt är alltså TAG-punkterna binära, det är antingen rätt eller också inte rätt. Det betyder att fraser som ”Det var bättre, men...” eller ”Bra, men tänk också på att...” inte används.

Sammanfattningsvis

TAGteach ger möjligheter för inläringen av mekaniska färdigheter att ske så fort, smidigt och roligt som möjligt. Som klickertränare upplevde vi att detta var den ”felande länken” i vår instruktörsgärning – det ger oss verktyg att träna våra deltagare (och oss själva) lika bra som vi vill hjälpa våra deltagare att kunna träna sina hundar.

Läs mera om TAGteach på www.tagteach.com och på www.carpemomentum.nu (under ”Artiklar”).