



Belønningsbasert trening er mer enn pølser og kumbaya...

Enda er det mange som tror at belønningsbasert trening betyr mangel på grenser, at man stapper hunden full med godbiter og at hundene får gjøre som de vil. Dette er så langt fra sannheten en kommer, så derfor skal jeg prøve å belyse og forklare hva belønningsbasert trening egentlig er. For hva er det egentlig, og hvorfor fungerer belønningsbasert trening så bra?

Belønningsbasert trening er en vitenskapelig fundert metode for å trene hunder, basert på prinsipper fra atferdspsykologi. Den fokuserer på å forsterke ønsket atferd ved å bruke belønninger, samtidig som man unngår straff og ubehag. Dessverre eksisterer det flere misforståelser rundt denne metoden. Noen mener det betyr å "trykke i pølser i hunden" eller at det innebærer mangel på grenser. Dette er langt fra sannheten.

Belønningsbasert trening handler om å forsterke atferd vi ønsker mer av. Dette kan gjøres gjennom ulike typer belønninger. En belønning kan være så mangt:

- Matbelønninger, også kalt godbiter. Er alt fra kjøpte godbiter til kjøtt, det er individet selv som bestemmer hva en forsterkes av, i en gitt situasjon. Systemet for sult slår seg nemlig av når man er stresset, da vil ikke mat ofte være en belønning.

- Lek: Drakamp, ballkasting eller annen fysisk aktivitet hunden synes er gøy.
- Ros og oppmerksomhet: Kjærlige ord, klapp og annen positiv interaksjon KAN være en belønning om den enkelte hund synes det er positivt med ros og kos.
- Miljøbelønninger: Tilgang til noe hunden vil ha, for eksempel å få løpe fritt etter å ha kommet på innkalling. Kort fortalt bruker man en atferd som hunden liker å gjøre som en belønning for at hunden gjør noe vi ønsker den skal gjøre. Også kalt Premack prinsippet.

Hunder lærer best når de opplever at ønsket atferd gir en positiv konsekvens. Dette gjør at hunden selvstendig velger å gjenta atferden i håp om en belønning.

Misforståelser om belønningsbasert trening

- "Det betyr å trykke i hunden pølser hele tiden"

Nei, belønningsbasert trening handler ikke om å overføre hunden med godbiter. Godbiter er en type effektiv forsterker, men etter hvert som hunden lærer, blir belønningene mer varierte og kan fases ut til en viss grad. Dessuten handler det ikke bare om mat – leker, ros, atferd og frihet kan være like effektive.

- "Det er mangel på grenser"

En annen vanlig misforståelse er at belønningsbasert trening betyr at hunden kan gjøre som hen vil. I realiteten er det tvert imot en metode som skaper tydelige rammer og regler, men uten bruk av fysisk eller psykisk straff. En godt trent hund vet hva som forventes av den og har en sterk motivasjon for å samarbeide. Minner om at straff i læringsteorien er

- "Hunder trenger straff/korreksjon for å forstå hva de ikke skal gjøre"





Forskning viser at straff ofte skaper usikkerhet og frykt, noe som kan gi uønskede bivirkninger som stress, aggresjon og redusert læringskapasitet. Belønningsbasert trening fokuserer i stedet på å lære hunden hva hen skal gjøre, heller enn hva den ikke skal gjøre. Uønsket atferd forebygges ved å forsterke gode alternativer og legge til rette for suksess. Helt genialt, og dyrevelferdsmessig veldig bra.

Hvorfor fungerer det?

- Vitenskapelig dokumentert: Studier viser at dyr (inkludert mennesker og hunder) lærer raskere og mer effektivt gjennom positiv forsterkning enn ved straff.
- Bedre samarbeid og relasjon: Hunden ser på deg som en trygg omsorgsperson hen vil samarbeide med, ikke en hen frykter.
- Varig og pålitelig atferd: Atferd som læres frivillig og med glede, blir mer stabil og varig enn atferd lært gjennom tvang.
- Forebygger atferdsproblemer: Positiv forsterkning reduserer stress og usikkerhet, noe som kan forhindre utagering og fryktaggresjon.

Konklusjon



Belønningsbasert trening er ikke en "fri oppdragelse" uten regler, men en strukturert og effektiv metode for å lære hunden ønsket atferd. Ved å bruke positive forsterkere kan vi bygge en sterk relasjon med hunden og sikre at hen blir trygg, samarbeidsvillig og lykkelig. Dette er ikke bare den mest humane metoden, men også den mest effektive. I tillegg til belønningsbasert trening har jeg (og de som tenker som meg) en etisk og helhetlig tilnærming til hund. Hunder skal få medvirke i egen hverdag, få dekket alle sine behov og bli forstått på sine følelser og sitt språk. Det er mye hyggeligere å leve sammen med hunden sin når relasjonen er tuftet på trygghet, tillit, samarbeid og respekt.

Jeg håper vi kan legge gamle myter til side og velge en treningsmetode som gir både hund og eier glede!

Karianne, Poteterapi

Artikler/forskning:

https://www.banshockcollars.ca/pdf/The-effects-of-using-aversive-training-methods-in-dogsdA_review.pdf

<https://www.pdsa.org.uk/pet-help-and-advice/looking-after-your-pet/puppies-dogs/reward-based-training>

Alfa? <https://www.youtube.com/watch?v=tNtFgdwTsbU>

Dominansteorien, en myte: <https://www.youtube.com/watch?v=3EyLLTQCGjc>

Hunder og tilknytningsteorien: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4348122/>

