

Hverdagslydighet og konkurranselydighet

Forfatter: Siddis Hundeskole

Vi mener at for alle som driver med aktiv trening av hund så vil det være lurt å skille mellom hverdagslydighet og konkurranselydighet. De som kun trener hverdagslydighet trenger ikke å ha en hund som går i treningsmodus når den ser en godbit. I hverdagen bør hunden kunne slappe av, og det er lurt å være bevisst på å holde hundens treningsmodus til treningsbanen. Hvis man jobber med redsel hos hunden er man avhengig av at hunden klarer å være avslappet. I hverdagen er det også nyttig å lære seg hvordan man ved hjelp av godbiter kan justere hundens stressnivå og hvordan man kan styre hundens forventninger slik at den så ofte som mulig tar gode-valg på et selvstendig grunnlag.

Tidligere var det ikke et tydelig skille mellom hverdagslydighet og konkurranselydighet. Når man deltok på hundekurs var det ofte dressurkurs hvor man forberedte hunden til å ta appellmerket, som er den første prøven innenfor konkurranselydighet. Denne arven har satt sine spor i hundeverden og det er fortsatt vanlig å ikke skille mellom hverdagslydighet og konkurranselydighet når det kommer til innlæringsmetoder og trening. Selv om de fleste hundeklubber og hundeskoler både holder valpekurs og hverdagslydighetskurs, varierer innholdet og ikke minst treningsmetodene mye.

For oss er det stor forskjell på hverdagslydighet og konkurranselydighet, både når det gjelder metoder og tankesett. For eksempel tenker man mest operant læring i konkurranselydighet, mens vi i hverdagslydighet tenker lite på operant læring, og mer på klassisk læring, motbetinging, sensitivisering og habituering. I konkurranselydighet er det viktig å lære hunden å høre på kommandoer, mens i hverdagslydighet trenger vi sjelden vanlige kommandoer. I hverdagen er det viktigste å lære hunden gode vaner slik at den tar egne gode valg uten at den må kommanderes. Da kan både vi og hunden slappe mer av. Man må også skille mellom hvordan man jobber med operante atferder (atferder som utløses av atferdens konsekvens) og følelsesstyrte atferder (atferder som utløses av følelser som f.eks. redsel, frustrasjon, glede). Dette kan virke som et litt kunstig skille siden følelser alltid er involvert. Det som er forskjellen er at ved operante atferder vil atferden øke i frekvens når den belønnes, mens ved følelsesstyrte atferder vil atferden reduseres i frekvens når den etterfølges av godbit.

Vi vil i denne artikkelen fokusere på kontroll, bruk av godbiter og belønning, aktivitets- og stressnivå og problematferd. Dette er de områdene hvor vi mener vi finner de største forskjellene.

Kontroll

I de aller fleste konkurranseaktiviteter skal hunden være under kontroll av fører og utføre diverse atferder på kommando. Atferder skal ofte utføres på en beskrevet måte og det blir poengtrekk hvis ikke utførelsen er som beskrevet. I en konkurranse skal hunden kun utføre jobben den er trent til, samt ofte følge med på eier til neste kommando kommer og så utføre den umiddelbart.

I hverdagen ønsker vi å kontrollere hunden minst mulig. Gjennom hverdagslydigheten trener vi hunden til selv å ta de gode valgene. De situasjonene hvor vi må kontrollere hunden er når den tar uønskede valg. I de situasjonene er det oftest tilstrekkelig å stoppe den og be om kontakt ved hjelp av en innlært stopplyd. Etter at hunden har stoppet kan vi bruke frivillig kontakttrening (uten kommando) til å kontrollere hunden videre.



Vi ønsker at hunden mest mulig skal få lov til å være hund og vi er overbevist om at en hunds livskvalitet øker om den i stor grad selv får bestemme, enn en som ofte er under kommando i hverdagen. Det er lettere å slappe av hvis du får bestemme selv hvor du skal ligge, enn om du blir kommandert til å ligge et spesielt sted.

Bruk av godbiter og belønning

Godbiter kan ha tre ulike funksjoner: som belønning, som et ledd i stressreducerende tiltak og som verktøy ved motbetinging/desensitisering.

Belønning (positiv forsterkning)

Dette er det de fleste assosierer med godbit, som positiv forsterkning i operant læring. Belønning brukes til å lære hunden atferder i hverdagen og i konkurranse. Primæroppgaven til belønning er med andre ord å lære hunden det vi ønsker, vedlikeholde dette og få hunden til å utføre atferder når vi ønsker.

Høyt stress og stressreducerende tiltak

Mange kan få utfordringer, både i hverdagen og i konkurranse, med at hundens stressnivå er for høyt. I hverdagen er det mange atferder som er relatert til høyt stress, som å dra i båndet, vanskelig å få kontakt med ved passeringer, hopping og biting i båndet, hopping ved hilsing, vilter/bjefing ved besøk og giret ved forventning om tur. I konkurranse er det også flere atferder som er relatert til høyt stress som lyd i trening, utfordringer med passive øvelser, samt høye forventninger til enkelte øvelser/steder som gjør at det «koker over». Ved slike utfordringer kan godbiter brukes som et ledd i stressreducerende tiltak, da hovedsakelig kontakttrening og godbitsøk, i tillegg til motbetinging (se under).

Godbiter brukt som belønning vil ofte skape en forventning som øker hundens stressnivå. For at godbiter effektivt skal kunne fungere som et ledd i stressreducerende tiltak må det brukes så lav kvalitet som mulig, det må brukes en innlært betinget forsterker og hunden må kunne forholde seg i ro mens den holder frivillig øyenkontakt i flere sekunder.

Når vi driver med frivillig kontakttrening for å roe hunden vil vi bruke så lav kvalitet på godbitene som vi kommer unna med for å ikke skape for høye forventninger (høye forventninger = høyt stress). For å få til kontakttrening som er stressreducerende (ro-trening) er du i tillegg avhengig av å bruke en innlært betinget forsterker. Med innlært mener vi at det er den betingede forsterkeren som stimulerer belønningssentere i hjernen, ikke synet av godbiten/håndbevegelsen. Det er også viktig at godbiten er skjult, slik at hunden er fokusert på eier og ikke på godbiten. Hunden må i tillegg kunne forholde seg i ro mens den holder frivillig øyenkontakt i flere sekunder. Ved å holde fokus over tid må den konsentrere seg og dermed blir den mentalt sliten. I tillegg til kontakttrening bruker vi også godbitsøk for å roe

ned hunden. I godbitsøk er det prosessen med å spise godbiter kombinert med det å bruke nesen aktivt som er stressreducerende.

Motbetinging/desensitivisering

Når hunden reagerer med redsel på ett stimulus kan man sette i verk tiltak og utfallet blir da enten sensitivisering (mer redd) eller desensitivisering (mindre redd). En måte å oppnå desensitivisering på er å bruke motbetinging. Motbetinging er å snu et individs reaksjon på ett stimulus (noe den reagerer på), for eksempel at en hund går fra å være redd for raketter til å ha et positivt forhold til det. I trening av hund bruker vi oftest godbiter for å få motbetingingseffekten. I denne sammenheng blir godbiter ikke en positiv forsterker (belønning). Positiv forsterkning er en del av operant læring og de er kun i bruk når vi jobber med operante (viljestyrte) atferder. Når vi jobber med redsel jobber vi med emosjoner og assosiasjoner (klassisk læring). Her blir godbiter kun en del av det som lager en positiv assosiasjon til det hunden reagerer på.



Aktivitets- og stressnivå

Stressnivå i hverdagen

I hverdagen ønsker vi i de fleste situasjoner en rolig hund med et lavt stressnivå. Vi ønsker en hund som er lett å få kontakt med og som kan trenes med godbiter på en måte som gjør den rolig, kontrollert og fokusert. I tillegg til å belønne hunden for atferder vi ønsker, bruker vi i hverdagen godbiter til å lage forventninger i hunden og til å redusere hundens aktivitetsnivå, stressnivå. For å senke hundens stressnivå bruker vi en betinget forsterker (belønningslyd) og kontaktøvelser.

Betinget forsterker

Det er overraskende hvor mange trente hunder som ikke reagerer på belønningslyden, men kun på eiers håndbevegelse. Dette blir ofte resultatet når det under innlæring ikke er en tydelig pause mellom belønningslyd og eiers håndbevegelse for å belønne hunden. Hvis belønningslyden ikke blir innlært vil man ikke ha en betinget forsterker. Gjennom erfaring har vi sett at uten en betinget forsterker kan det ofte bli mer utfordrende og mindre effektivt å drive med motbetinging. Dette er fordi det kun er med en betinget forsterker at belønningslyden trigger belønningssenteret i hundens hjerne, og belønning uten belønningslyd er mer upresist og gir dermed dårligere assosieringseffekt til triggeren.

Kontakttraining

Det andre vi må ha på plass er frivillig kontakttraining. Dette innebærer at hunden av seg selv (uten lokking/signal) må kunne holde øyekontakt i flere sekunder mens den forholder seg i ro foran eier. Dette må ikke forveksles med at hunden for eksempel sitter i utgangsstilling og venter på neste oppgave. Dette høres gjerne enkelt ut, men har vist seg å være utfordrende, spesielt for de som driver med aktiv trening på diverse aktiviteter. Dette fordi hunden allerede har knyttet store forventninger (stressnivå) til all form for trening. Vår erfaring tilsier at mange hunder ikke har erfaring med å forholde seg i ro og slappe av uten å gjøre noe, spesielt når de er ute sammen med eier. For å kunne senke hundens stressnivå er vi avhengige av en betinget forsterker som virker. Uten en betinget forsterker vil hunden være fokusert på godbiten og ikke på eier, og det er sannsynligvis årsaken til at vi ikke får den stressreducerende effekten.

Når denne kontakttrainingen er på plass, kan vi bruke den i flere situasjoner hvor vi har behov for å styre hundens forventninger og regulere dens stressnivå. I kontakttraining tenker vi ikke på atferd, men at hunden slapper av og har fokus på eier. Om hunden står, sitter eller ligger vil ofte fortelle oss noe om hundens stressnivå, derfor ønsker vi ikke å kommandere den.

Eksempler i hverdagen

Som nevnt er det stor forskjell på hvordan vi bruker belønning i konkurransedydighet og i hverdagsdydighet. Her kommer noen eksempler som viser hvordan vi bruker godbiter i hverdagen.

Gå ut av døren på tur

Hvis vi ikke gjør noe når vi gjør oss klar til å gå ut på tur, vil mange hunder gradvis gire seg opp på grunn av at forventningene til turen øker. Ønsker vi en rolig hund som er



oppmerksom på eier når vi kler på oss og skal ut, må vi sette i gang tiltak. Vanlige tiltak er å kommandere hunden til å sitte i ro før den får gå ut døren. Dersom vi ikke får forandret hundens forventninger vil hundens iver til å gå ut fremdeles være tilstede, og muligens også øke, selv om den fysisk sitter i ro. Da vil hunden kunne sitte som en spent stålfjær, og når den får lov til å gå ut, er det ofte full fart med eier på slep. For å få påvirket hundens forventninger til det å gå tur, og dermed også hundens stressnivå, er vi avhengig av å bruke godbiter. Dette kan vi gjøre med kontakttraining eller godbitsøk. Forskjellen er

at kontakttraining i tillegg gir fokus på eier, noe som også er viktig i den videre trainingen (gå

pent i bånd). Dersom vi utfører kontakttreningen riktig får vi det resultatet at hunden roer seg og fokuserer på oss.

Vi bruker også så lav kvalitet på godbiten som mulig. Ved å bruke ofte belønning i starten og gradvis trappe ned, vil vi ende opp med et minimum av belønninger og en hund som har utviklet en god vane i forbindelse med det å gå ut på tur. Fortsetter du med det samme utenfor døren, vil hunden følge etter deg ut, vente på deg mens du lukker døren og være klar til å fortsette turen sammen med deg. Dere vil da ha et meget godt utgangspunkt for å lære hunden å gå fint i bånd.

Gå pent i bånd

Å gå pent i bånd for oss er en hund som på tur slapper av i båndets lengde (ca.2m). Den snuser, gjør fra seg, tar innimellom kontakt med eier og er lett å få kontakt med. Hvis man ser på det å gå pent i bånd som en atferd som skal læres etter reglene for operant læring (konkurransetrening), vil ofte en av to ting skje: man vil enten kunne få en hund som går inn i treningsmodus og dermed utfører øvelsen fot, eller forstyrrelsene er så store at hunden ikke klarer å fokusere på eier. Det å gå i treningsmodus vil gjøre at hunden hele tiden er «på jobb» i stedet for å slappe av på tur. For alle hunder som har behov for å bli habituert (tilvendt miljøet), som valper, unghunder og usikre hunder, vil treningsmodus kunne fungere som ren avledning. Det vil si at hunden kan bli mer utrygg ved at den ikke får forholde seg til miljøet den er i.



Hvis vi også ser på den mest vanlige metoden for å lære å gå pent i bånd, den som går ut på å stoppe når båndet blir stramt og gå fremover når båndet er slakt, vil dette for de fleste være en tålmodighetsprøve av de sjeldne. Denne metoden har også svært liten påvirkning på ytre stimuli og dersom disse er for sterke, vil metoden være nærmest umulig å lykkes med.

Å gå pent i bånd er en hverdagslig situasjon hvor vi tenker mer på årsak vs. symptom, altså hundens forventninger og stressnivå, enn på at hunden trekker i båndet. Den vanligste årsaken til at enkelte hunder trekker i båndet og er vanskelige å få kontakt med er at de har et for høyt stressnivå og har manglende forventninger til eier. Hvis stressnivået skyldes usikkerhet/redsel, må dette jobbes med før man kan forvente at hunden kan gå pent i bånd. Ved manglende forventninger til eier, hvor hunden er ivrig på grunn av store forventninger til tur, kan vi ved hjelp av belønning skape forventninger til eier, oppnå kontakt og senke stressnivået. De fleste hunder som er rolige og avslappet på tur går stort sett pent i bånd. De trenger kun litt bruk av belønning for å regulere farten og for å opprettholde forventningene til eier.

Dette betyr at når vi jobber med å gå pent i bånd fokuserer vi mest på hundens forventninger, følelser og aktivitetsnivå, enn selve atferden (trekking i bånd). Når dette er på plass kan vi ta oss av eksterne forstyrrelser som katter, fugler, mennesker, hunder m.m. ved hjelp av kontakttrening og motbetinging ("Kindereggøvelsen").

Innkalling

Innkalling er når hunden kommer til eier selv ved store fristelser, når vanlig «kom»/hundens navn ikke fungerer. Dette er ganske annerledes enn når hunden forventer/ønsker å komme til eier, for eksempel i lydighetsringen. Det finnes mange metoder som bruker belønning for å

forsterke innkallingen. Ofte inneholder disse mange trinn hvor de starter enkelt for så å øke vanskelighetsgraden og må trenes i forskjellige miljøer. De fleste av disse kan gi en god hverdagsinnkalling, men de kommer ofte til kort når fristelsen blir for stor.

Vi trener innkalling ved hjelp av klassisk læring, slik at den blir en automatisk reaksjon. Med stor sannsynlighet vil det være belønninger i miljøet som har større verdi enn de vi har å tilby, derfor er vi avhengige av at hunden ikke tar et bevisst valg for at innkallingen skal kunne fungere i disse situasjonene. For å få til innkalling i disse utfordrende situasjonene vil det derfor være lite relevant å trene ved at noen holder hunden mens du går fra den da hundens fokus allerede er på deg. Vi starter allerede ved første innlæring at hunden nettopp ikke har fokus på deg, men lærer å bryte det den holder på med. Det er viktig å ha en høy, lys lyd (fløyte/plystre) og en belønning hunden virkelig liker (for eksempel



dralleke/leverpostei). Ved å kople innkallingslyden til en egen innkallingsbelønning en til to ganger til dagen (uten forstyrrelser) i en drøy uke vil de fleste ha fått til innlæringen. Det er viktig å ikke ta flere repetisjoner på rad og å vente med å bruke lyden til den er ferdig innlært. Husk også å trene ulike steder på tur så hunden ikke assosierer innkalling med en spesiell plass. Når innlæringen er på plass (hunden reagerer hver gang du bruker lyden) kan du teste den med ulike forstyrrelser. Det er viktig at du belønner veldig bra hver eneste gang du bruker innkallingslyden, slik opprettholder du den klassiske læringen og dermed også den automatiske responsen.

Stressnivå i konkurransedydighet

I konkurransedydighet vil man som oftest ha en aktiv hund som er fullt fokusert på arbeidsoppgavene og kun på disse. Dette krever et forholdsvis høyt stressnivå, aller helst gjennom hele treningsøkten. Dette skaper store forventninger i hunden og for de som lykkes vil hunden, straks den oppdager at det er en mulighet for å oppnå en belønning, gå inn i det som vi kaller treningsmodus. Da vil den kun fokusere på eier og belønningen, og alt annet er stengt ute. Dette er en nødvendighet for å oppnå gode resultater i de fleste konkurranser, men i hverdagen er det ikke ønskelig. Selv om det kan være nyttig også her i noen spesielle situasjoner.

Problematferd

Problematferd defineres ofte som atferder som er uønsket av eier eller samfunnet, samt atferder som er et problem for hunden. De alvorligste problematferder skyldes ofte redsel. Typiske eksempler er utagering på tur mot andre hunder, knurring på mennesker eller jaging av biler/joggere. Slike atferder er ofte følelsesstyrte, ikke viljestyrte (dvs. ikke operante atferder). Sier man «sitt» til en hund, velger den om den vil sitte eller ikke basert på tidligere erfaringer («hvis jeg setter meg får jeg en godbit»). Da foretar hunden et valg. Når hunden raser ut i båndet og bjeffer på en syklist er det som regel ikke et bevisst valg. Det er som oftest en følelsesstyrt handling som bare er et symptom på redselen hunden føler.

For å fjerne redsel er vi avhengig av et opplegg som fører til desensitivisering. Det vil derfor være mindre hensiktsmessig å bruke metoder som baserer seg på operant læring, dvs. de

metoder man bruker i konkurranselydighet. Skal vi få bort disse atferder må vi redusere og fjerne redselen som er årsaken til atferden. De virkemidlene vi har tilgjengelig er gradvis tilvenning og motbetinging.



For å kunne lykkes med desensitivisering, må vi ha en hund som er forholdsvis rolig slik at den kan forholde seg til det som trigger redselen på en kontrollert og avslappet måte. Ved gradvis tilvenning bruker vi ikke godbiter, men det krever en så stor avstand at hunden kan se det som trigger redselen og likevel være tilstrekkelig avslappet. Utfordringen med en del konkurransetrete hunder er at så fort eier står i ro begynner hunden å jobbe – den vil tilby atferder, forvente trening og dermed ha forholdsvis høyt stressnivå. Vi får ikke jobbet med redselen før hunden kan slappe av ute, derfor må de fleste hunder trenes på dette først.

Ved motbetinging bruker vi som oftest godbit, og denne godbiten skal assosieres med triggeren (det hunden reagerer på). Hunden må først se triggeren, så kommer den innlærte belønningslyden og tilslutt kommer godbiten. Vi vil ikke få motbetingingseffekt med en hund som går inn i treningsmodus straks den får en godbit. Da vil vi ikke få motbetinging, men avledning fordi hunden stenger ute miljøet og kun fokuserer på eier (godbiten). Hunder som raskt går inn i treningsmodus må starte med grunnleggende kontakttrening for først å lære å slappe av når den får en godbit. Dette kan være krevende og ta lang tid. Å lære hunden en operant atferd som å sitte går som oftest raskt. Å endre følelser/assosiasjoner vil som regel ta lang tid og kreve mye tålmodighet og konsekvent trening hver gang hunden blir redd.

Andre forskjeller mellom hverdagslydighet og konkurranselydighet

Vi har også andre ulikheter mellom hverdagslydighet og konkurranselydighet. I hverdagslydighet kan vi belønne alt hele hundens liv, vi trenger få kommandoer (kun innkalling, stopplyd og evt. håndtegn). Det er ingen tempokrav i hverdagslydighet, vi ønsker en avslappet hund som selvstendig tar gode valg (gode vaner). I hverdagen trenger vi sjelden oppsatte treninger og vi har lite behov for presisjon. Ved konkurransetrening derimot må hunden lære variabel belønning og den må kunne skille mellom ulike kommandoer. Hunden må opp i et visst stressnivå fordi den skal yte i ulike settinger. Hunden er under kontroll av eier, og treningen må planlegges og loggføres, med fokus på fremgang og nøyaktighet.

Oppsummering

Vi mener det er viktig å skille mellom konkurranselydighet og hverdagslydighet da målsettingene er svært ulike og dermed også fremgangsmåtene. I hverdagen bør hunden kunne slappe av, og det er lurt å være bevisst på å holde hundens treningsmodus til treningsbanen. De som kun trener hverdagslydighet trenger ikke å ha en hund som går i treningsmodus når den ser en godbit. For de fleste gir det liten overføringsverdi fra å være lydig i konkurranseringen til å være lydig i hverdagen da dette er to veldig ulike settinger. En konkurransehund vil kunne ha nytte av å skille mellom når den skal gå opp i stressnivå (konkurransetrening) og når den skal forholde seg rolig (hverdagslydighet) ved bruk av belønning. Hundens stressnivå skal kunne reguleres av eier og ikke av forventning om belønning. Da har du mulighet for å ha et lavt stressnivå i hverdagen og øke det ved behov (konkurransetrening). Når man jobber med usikkerhet og redsel hos hunden er man avhengig av at hunden klarer å være avslappet. Man bør også skille mellom hvordan man jobber med operante atferder (det man trener i konkurranselydighet) og følelsesstyrte atferder (atferder som kommer av følelser som f.eks. redsel).

Ønsker du å lese mer om hverdagslydighet kan du kikke i boken «Hverdagslydighet fra valp til voksen» (2017).

Referanser

- Aarrestad, A., & Linnerud Riber, S. (2017). *Hverdagslydighet fra valp til voksen*. Stavanger: Wigestrånd.
- McDevitt, L. (2015). *Control Unleashed*. United Kingdom: Clean Run Productions, LLC.
- Sdao, K. (2012). *Plenty in Life is Free*. Washington: Dogwise Publishing.
- Svartdal, F., & Flaten, M. A. (2010). *Læringspsykologi*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

