



interactief magazine
voor positief trainen
nummer 9
november 2013

Hallo liefste (clicker-)trainer,

vandaag verwelkomen we al die nieuwe mensen die van bij Horse Event komen en daar een van onze demo's hebben gezien: beginnen met clickertraining, husbandry, vrijheidsdressuur en/of rijden.

Op Flanders Horse Expo volgend jaar in februari zijn we ook weer aanwezig met een grote stand en verschillende demo's, die deze keer in een wat ander kleedje zullen gestopt zijn. Het demoteam had al veel plezier met het brainstormen, dus dat wordt zeker de moeite waard!

De lezingen van de Equine Clicker Conference staan ook nog steeds online. Zelf presenteerde ik twee lezingen: eentje over allerlei hardnekkige mythes in paardenland die ondertussen online staat (in mijn onovertroffen keuken-Engels weliswaar), en een langere lezing "Theory of Fun" die alleen daar blijft staan, maar vanaf januari verder wordt uitgewerkt in een cursus voor ITMHB.

Dit is overigens het laatste ItClicks-magazine, althans in deze vorm. De volgende "nummers" worden een online magazine, en zullen alleen te bekijken zijn voor de leden van ITMHB. Wat wél blijft, is dat we je op de hoogte houden van het reilen en zeilen van clickertrainend Nederland en België!



IN DIT NUMMER:

- 2 Valkuilen voor de beginnende clickertrainer, door Gerda Nitor
- 7 We hebben jou nodig!
- 8 Respect, door Sylvie Broos
- 10 Hulpen versus cues
- 14 WOOF
- 18 Help, mijn paard doet z'n oren achteruit!
- 29 Eindejaarspromotie Denkwijk-Grondwerk
- 30 ITMHB-nieuws forum
- hebben clickerlabels behaald
- lid worden van ITMHB



*valkuilen
voor de
(beginnende)
clickertrainer*

GERDA NITOR IS AL EEN TIJDJE
BEZIG MET CLICKERTRAINING,
EN STAAT EVEN STIL BIJ AL DIE
MINDER MAKKELIJKE DINGEN
DIE JE TEGENKOMT ALS JE HET
MINDER BEWANDELDE PAD NEEMT.

Dit magazine heeft de toepasselijke titel “It Clicks”. De betekenis is dubbel, het verwijst niet alleen naar het markeersignaal dat je in de communicatie met je paard gaat gebruiken maar ook, en zeker zo belangrijk, naar de status van je relatie die je met je paard wenst na streven. Je wil met recht en rede kunnen zeggen: onze relatie is harmonieus, het klikt écht tussen ons.

Ik herinner me mijn eigen enthousiasme nog erg levendig na het lezen van de boeken van Karen Pryor en het zien van de eerste video's van Alexandra Kurland, nu weer enkele jaren geleden. Met mijn eerste paard ooit stond ik destijds helemaal klaar voor het clicker avontuur. Nu ik erop terugkijk, is het inderdaad een heel avontuur geweest met heel wat vallen en opstaan want er liggen helaas nogal wat valkuilen op de weg van een clickertrainer. Misschien heb je ondertussen zelf ook al wel ontdekt dat theoretische kennis bijlange na nog geen vaardigheid is.

Hiermee wil ik beginnende clickertrainers zeker niet ontmoedigen! In tegendeel ! Indien je voor het hele gebeuren open staat, is het vaak het begin van een zeer boeiend en leerrijk proces met inbegrip van enkele mogelijke emotionele rollercoasters.

Dus daar sta je dan met je paard. Je wenst alles zo goed mogelijk te doen en nu merk je - na je eerste enthousiasme en soms ook tot je ontsteltenis - dat de uitdaging die je bent aangegaan veel groter is dan je eerst gedacht had.

Geen paniek, de problemen die jij nu ervaart, zijn niet uniek! Gewoon al door enkele van de meest voorkomende valkuilen te benoemen, worden ze vanzelf al iets minder diep. De ene valkuil is ook weer de andere niet, valkuilen zijn talrijk en divers. Sommige valkuilen ontstaan door een gebrek aan kennis of vaardigheid, andere hebben weer te ma-

ken met wie jij bent. Daarom is het een goed idee om samen te trainen met gelijkgestemde zielen. Je leert het meest van je fouten en van elkaar. Dus als hart onder de riem voor de beginnende clickertrainer hierna mijn persoonlijke valkuilentop.

Te beginnen met de grootste en vaak ook de diepste kuil van allemaal:

Beleefdheid rond voedsel

Omdat voedsel vaak dé hoofdmotivatie vormt van je paard, brengt dit voor beide partijen vaak heel wat emotionaliteit met zich mee (je eerste rollercoaster dient zich hierbij meteen aan). Respect bij het aannemen van het aangeboden voedsel betekent dat je paard zich emotioneel moet leren beheersen zodat jij de tijd krijgt om zijn beloning op een rustige en veilige manier te overhandigen.

Voor sommige paarden is dit het moeilijkste wat er is en omdat paarden vaak zo groot en sterk zijn, kan het ook gevaarlijk worden. Helaas is het voor de beginnende clickertrainer de belangrijkste oefening die er is want zonder voedselbeleefdheid is het risico groot dat de rest van je clickertraining uitmondt in een ware lijdensweg. Respect voor jou persoonlijke ruimte begint hier!

Voedselbeleefdheid is niet alleen een emotionele aangelegenheid ook technisch vraagt het wat handigheid. Vaak gebeurt het volgende:

Je hand zit al (onbewust) in je zak naar het voedsel te grijpen voor je het markeersignaal hebt gegeven. De beloning wordt vervolgens snel, snel in de paardenmond gepropt (je denkt dat je geen tijd hebt om het rustig aan te doen). Hierbij hou je dan ook nog eens geen rekening met HOE je paard zijn beloning aanneemt (open mond én gulzig) en je bent vergeten je paard een paar passen achteruit te zetten voor

het aannemen van zijn voedselbeloning. Gevolg, een gulzig, onbeleefd paard in je ruimte met je vingers tussen zijn tanden, auw.

Hou het veilig voor jezelf en oefen desnoods eerst vanachter een hekje of afsluiting tot je paard duidelijk begrepen heeft dat jij geen open buffet bent en er duidelijke afspraken bestaan rond het aannemen van voedsel.

Timing

Uiteraard wist je al dat het loslaten van druk op het juiste moment (timing) ervoor zorgt dat je paard je bedoeling begrijpt. Het markeersignaal voegt daar nog een extra dimensie aan toe. Je kan met chirurgische precisie zeggen DAT is wat ik bedoel. Helaas, wanneer je op het juiste moment net niet precies genoeg bent dan gooit je markeersignaal meer roet in het eten dan je wenst. Vaak ben je in het begin ofwel net iets te snel of net iets te traag. Dit kan frustrerend werken voor beide partijen.

Zet je relatie met je paard hiermee niet onder druk. Experimenteer eerst met een “menselijke” proefpersoon (liefst een vrijwilliger) om te kijken of je timing wel juist zit en of je geen extra tussenstappen moet inlassen in je stappenplan om de bedoeling van je oefening écht duidelijk te maken. Op deze manier blijft het leuk en worden de zenuwen van je paard gespaard.

Charme

Sommige paarden hebben de kunst ontdekt van de manipulatie (waaronder mijn eigen paard). Ze hebben geleerd hoe ze jou rond hun voorbeentje kunnen draaien. Je paard kijkt je zo schattig aan, kijk hem daar nu eens staan blinken, je smelt weg en geeft toe. Resultaat, je paard is jou aan het

trainen en omdat je nu vaak met voedsel als beloning werkt, kan dit wel eens uit de hand gaan lopen.

Ik zeg hier nu niet dat je van je hart een steen moet maken, begrijp me niet verkeerd. Het is zelfs heel goed dat je paard je zo kan charmeren maar wees hiervan bewust en geef zijn beloning(en) omdat ... en niet zomaar.

Chantage

Het gewenste gedrag wordt aangeduid door het markeersignaal waarna er een voedselbeloning volgt. Simpel, of toch niet?! Voor het paard is dit feit heel duidelijk, voor ons mensen vaak een valkuil van jewelste. Hoezo?

Je hebt ervaren dat je paard voor zijn voedselbeloning bereid is om met je mee te werken. Zijn medewerking gaat (om wat voor reden dan ook) echter maar “tot op zekere hoogte”. Nu is de verleiding heel groot om je markeersignaal hoe langer hoe meer te gebruiken om je paard tot het gewenste gedrag te verleiden. Je markeert hoe langer hoe meer voor bijna niets. Je markeersignaal is voor je paard nu een omkoopsignaal geworden en voor je het goed en wel beseft, is je paard een ware meester in de chantage.

Stop op tijd

Je paard doet zijn oefening keurig, je bent zo enthousiast dat je maar blijft doorgaan tot je paard er bijna letterlijk zijn buik van vol heeft. Daarom beheers je zelf en stop als het goed gaat.

Het glazen plafond

Je vindt het zo leuk om je paard te belonen dat je te lang blijft hangen in het belonen van gedrag dat

je paard ondertussen al goed kent. Hierdoor bouw je een glazen plafond in je training én je riskeert een boel frustratie te ontwikkelen bij je paard wanneer je later ineens wél meer gaat vragen voor dezelfde beloning.

Hou je beloningsgemiddelde goed in de gaten of anders gezegd hou je beloning voor het gevraagde zo onvoorspelbaar mogelijk of verander/verhoog op tijd je criterium. Zorg ervoor dat je paard steeds een beetje meer moet doen voor hetzelfde geld.

Planning

Je traint van alles en nog wat maar werkt de oefeningen niet volledig af tot ze daadwerkelijk “on cue” (stimuluscontrole) staan. In je enthousiasme heb je ook niets bijgehouden over het verloop van je training. Resultaat, de effectiviteit van je training raakt verloren in slordigheid en chaos. Dit kan heel ontmoedigend werken!

Besteed daarom eerst voldoende aandacht aan je stappenplan. Denk goed na over de hulpen en/of cues die je gaat gebruiken en bekijk de verschillende criteria die van toepassing kunnen zijn binnen elke oefening. Dit vraagt in het begin veel tijd en het is soms allemaal knap lastig voor een beginnende clickertrainer maar een “must” als je echt resultaat wil bereiken.

Mengen van denkkaders vanuit je eigen onzekerheid over clickertraining

Door gebrek aan clickertraining vaardigheid blijven bepaalde resultaten uit en je begint te twijfelen of je wel goed bezig bent. Hierbij komt nog dat het denkkader van waaruit clickertraining vertrekt haaks kan staan op het denkkader dat je onmiddellijke omgeving hanteert. In je twijfel en soms ook nog eens

onder druk van je omgeving word je heen en weer geslingerd tussen het traditionele denkkader (NH aanpak voornamelijk gebaseerd op de premisse van dominantie) en het onconventionele denkkader (de clicker aanpak) terwijl je paard hoe langer hoe meer aan je gezonde verstand begint te twifelen. Op die manier riskeer je een hoop vergiftigde cues te krijgen die je later moet remediëren.

Bespreek je twijfels en problemen op tijd met andere clickertrainers of gooi je problematiek eens op het forum van ITMHB.

Balans tussen uitdaging (inspanning) en beloning

Dit is een constante evenwichtsoefening waarbij ervaring en talent van de trainer belangrijke factoren zijn. Wat kan er zoal uit balans geraken?

Wat je aan je paard vraagt, is niet uitdagend genoeg met als gevolg dat hij zich verveelt en zijn interesse verliest. Het omgekeerde kan ook. De gevraagde oefening is te uitdagend, je paard begrijpt je bedoeling niet en haakt af.

Of je vraagt iets aan je paard wat hij al goed kent en je beloont hem in verhouding te veel. Je paard denkt, hé dat is makkelijk verdiend en spant zich niet verder in (hij zou toch gek zijn).

Vraag je in tegendeel een voor je paard nog erg moeilijke oefening en beloon je hem hiervoor te weinig dan kan het zijn dat je paard de mening toegedaan is dat hij het hiervoor echt niet meer doet.

Beloon geen beloning

Spelletjes of oefeningen die je paard op een prettige manier heeft aangeleerd, worden soms een beloning op zich. Door nu de beloning (het gevraagde spelletje of oefening) te belonen met voer, maak je de intrinsieke motivatie van je paard stuk.

Een beloning is niet alleen voer

Vergeet niet dat je paard bepaalt waarvoor hij wenst te werken en dat is niet altijd voer! Soms is dat ook: bij zijn vriend(in) staan, niets doen, gras eten, de oefening of het spelletje op zich is al een beloning, ...

Te hoge verwachtingen

Je verwachtingen over de nieuwe aanpak zijn zo gespannen dat je fanatiek begint te trainen want je wil zo snel mogelijk resultaat. Gevolg, de FUN is weg en voor je paard ook.

Doe regelmatig eens niets want niets doen = zijn en samen niets doen = samenzijn. Ga dus regelmatig eens gezellig samen zitten in de wei (jij met je drankje, je paard met zijn gras) en geniet.

Train het paard van vandaag

Laat je moed niet zakken als het je eens wat tegen zit en je paard net doet of hij überhaupt niets geleerd heeft. Jij bent toch ook niet elke dag even goed gemutst en bereidwillig om mee te werken of wel soms?

Haalt je paard het criterium niet dat hij anders wel haalt, oefen dit dan die dag niet verder, doe een andere oefening die je paard goed kent en stop op tijd. Misschien is het die dag gewoon eens tijd om samen te zijn.

En tot slot:

Train met je hart

Vergeet niet dat je markeersignaal gewoon een extra tool is in de omgang met je paard. Het is geen wondermiddel dat bij toverslag alle problemen laat verdwijnen. In de communicatie met je paard gebruik je ook je lichaam (dat lichaam heb je trouwens altijd bij), je stem, je uitstraling, ... kortom je hele ZIJN.

Jouw totale persoonlijkheid en de manier waarop je communiceert, bepaalt of je paard voor jou met plezier (of net niet) het gevraagde WIL uitvoeren. Motivatie om iets te willen doen heeft alles te maken met jullie relatie. Als je dan bij gelegenheid eens zegt dat je paard iets moet doen dan ga je hiermee ook geen problemen hebben.

Verwerk de inzichten van de leertheorie niet louter tot een mechanische methode zonder verbondenheid. Gebruik ten volle de kennis die de wetenschap biedt maar train met het hart.

Veel plezier!

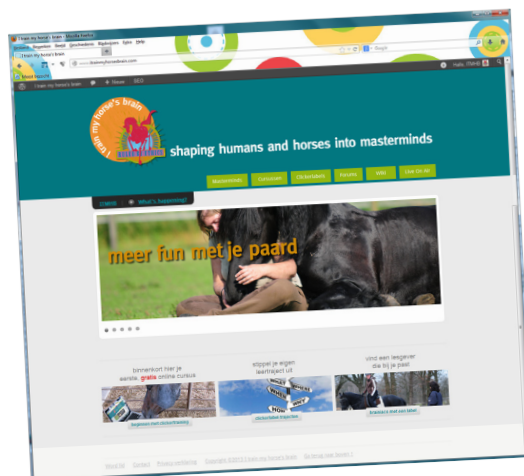
Gerda Nitor

WE HEBBEN JOU NODIG!

ITMHB gaat vanaf januari van start met online cursussen, dat wisten jullie al. De eerste cursus "wat is clickertraining" is een gratis cursus. En we hebben jou hulp nodig! Of je nu al lang of kort traint, veel of weinig, of je er nu dagelijks met de glimlach doorheen sukkelt of van jezelf vindt dat je het absolute meesterschap hebt verworven: jij kan mee aan anderen uitleggen waar clickertraining over gaat. Film jezelf - of laat je filmen en antwoord voor de camera in 1 of 2 korte zinnen op volgende vragen:

- wat is clickertraining?
- wat vind je bijzonder aan clickertraining?
- wat heeft clickertraining voor je paard gedaan?
- wat heeft clickertraining voor jou gedaan?

Bij de weg, het hoeft geen blinde reclame te zijn voor clickertraining: je mag gerust ook vertellen wat je moeilijk vond/vindt aan clickertraining. Wat zou JIJ vertellen aan iemand die geïnteresseerd is om met clickertraining te beginnen? Daar gaat het om! Je mag je filmpje vóór 1 december mailen naar info@itrainmyhorsesbrain.com. Vermeld er je naam, je paarden, je locatie bij en sinds wanneer je clickertraint.



RESPECT



Ik hoor het geregeld in mijn omgeving en hoe vaak heb ik het al niet gelezen op social media en fora? Respect...

Onlangs las ik ergens weer het zoveelste topic. Een tweejarige die zijn eigenaar 'rustig' omver loopt, een jaarling die 'knettergek' wordt tijdens het wandelen, een ander paard dat zijn eigenaar altijd voorbij loopt. Paard heeft geen respect! Toch?

Met deze uitspraak heb ik het eerlijk gezegd een beetje moeilijk. En zéker als het ook nog eens om een jong paard gaat. Niemand lijkt zich af te vragen of het dier in kwestie überhaupt wel geleerd heeft hoe hij moet functioneren in onze mensenwereld, hoe hij moet omgaan met al die mensenwensen. Een paard wordt namelijk niet geboren met deze informatie.

Als je respect wil krijgen van je paard, dan moet hij eerst weten wat respect is. Om respect te kennen, moet je het hem eerst geven. Maar wat is respect nu eigenlijk? In het woordenboek zal je als betekenis eerbied of ontzag tegen komen. Klinkt zwaar, of niet? Gelukkig is de oorspronkelijke betekenis een stuk luchtiger: respect betekent 'gewoon' omzien naar. Rekening houden met elkaar dus! Je bewust zijn van de ander.

Waarom loopt die tweejarige zijn eigenaar rustig omver?

- a. Een gebrek aan respect.
- b. In al zijn enthousiasme is hij er zich niet helemaal van bewust van het feit dat het wezen mens niet zo veel kan hebben als het wezen paard.

Waarom wordt de jaarling knettergek tijdens het wandelen?

- a. Een gebrek aan respect.
- b. Het is een jong kuddedier welke graag bij zijn

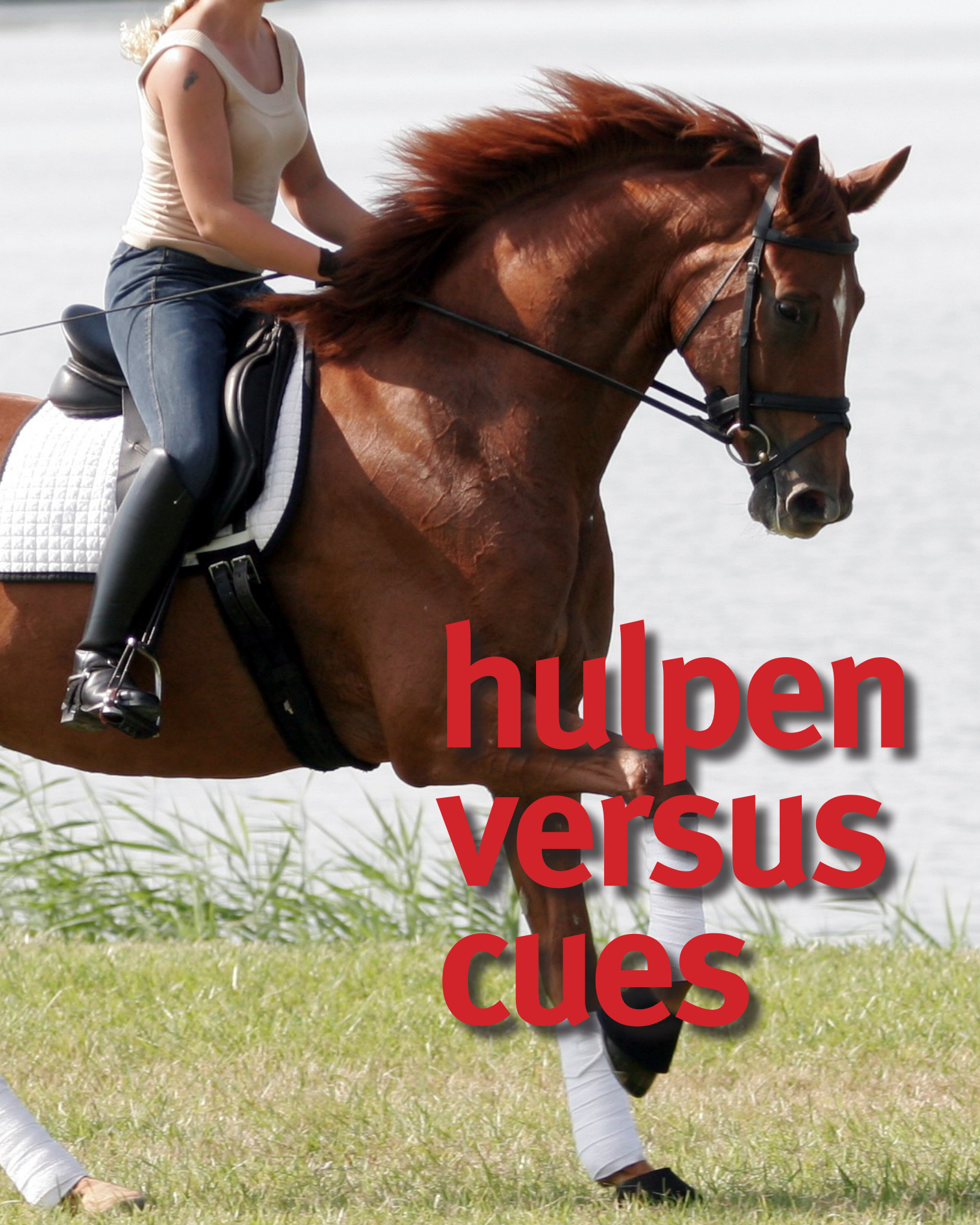
viendjes vertoeft. Hij panikeert bij het weggaan, misschien wordt hij zich pas later op de wandeling bewust dat hij echt wel zonder viendjes op stap is...

Waarom loopt het paard zijn eigenaar steeds voorbij?

- a. Een gebrek aan respect.
- b. Dit paard heeft geleerd dat de snelste weg naar de wei of stal, voorbij de eigenaar is. Hij is er zich niet van bewust dat zijn eigenaar het niet fijn vindt om mee op sleeptouw genomen te worden.

Niet bewust van de ander of een gebrek aan respect? Jij mag het zeggen!

Sylvie Broos
gecertificeerd ITMHB-instructeur
www.sbhorsemanship.be



**hulpen
versus
cues**

Stimuli

Om een redelijk compleet antwoord te geven, moeten we eerst naar “stimuli” kijken - een moeilijker woord voor “prikkel”. Een stimulus of prikkel kan eender wat zijn: iets dat je ziet, voelt, hoort,... en dat je gedrag (hoe klein ook) verandert. Er zijn twee soorten stimuli.

MICHELE VRAAGT:

“IK RIJ DRESSUUR, EN DAAR PRATEN WE ALTIJD OVER HULPEN. JIJ PRAAT ALTIJD OVER CUES. WAT IS HET VERSCHIL?”

1. ongeconditioneerde stimuli

Je moet niet leren wat ze betekenen, je reageert er instinctief op, zonder erbij na te moeten denken, op een natuurlijke, vanzelfsprekende manier, waar je als het ware mee geboren bent. Een goed woord hierbij is ‘**fixed action pattern**’ (soms zie je ook ‘modal action pattern’), en dat is eigenlijk een gedrag dat in één keer gebeurt als reactie op zo’n ongeconditioneerde stimulus. Bijvoorbeeld, als iemand “BOE!” roept achter je rug, dan voert je lichaam een bepaalde schrikreactie uit (misschien spring je wel omhoog) waar je niet bij nadenkt.

2. geconditioneerde stimuli

zijn ook prikkels die je gedrag kunnen veranderen, maar je hebt wel eerst moeten leren wat je veronderstelt wordt te moeten doen als je die prikkel tegenkomt. Bijvoorbeeld: een op rood springend verkeerslicht is een geconditioneerde stimulus, omdat iemand je heeft moeten vertellen wat de betekenis van een stoplicht is.

Rijhulpen

“Hulpen” is een woord dat alléén in de ruitersport wordt gebruikt. Er zijn 2 specifieke kenmerken van rijhulpen.

1. Paarden reageren instinctief op (de meeste) rijhulpen

Met “ruitersport” bedoel(d)en we voornamelijk

“rijden”, en dus met druk werken. En een paard verandert z’n gedrag op een natuurlijke manier als hij ergens druk voelt die vervelend wordt: hij wil er vanaf geraken, en zal dus voor de druk wijken (er van wegbewegen) of, als dat niet lukt, er tegenin gaan.

Als je een zweep gebruikt, dan weet het lichaam van elk levend wezen dat je beter maakt dat je wegkomt, nog voor de hersenen van dat levend wezen kunnen ingrijpen. Als je aan de teugels trekt, dan volgt je paard. Trek je te hard, dan zet je paard zich schrap. Hij weet hoe hij moet volgen, en hij weet hoe hij zich schrap moet zetten: beiden zijn mogelijke fixed action patterns als reactie op druk.

2. hulpen zijn gebaseerd op wijken voor druk

Natuurlijk, soms kan die natuurlijke, logische reactie veranderen. Dat komt omdat we gedrag aanpassen aan onze ervaringen, naargelang de gevolgen ervan. Het paard gaat namelijk meer en meer die reactie geven op de druk, die hem het best van die druk afhelpt. Misschien is dat wel wijken voor de druk. Het is het loslaten, het wegvallen van de druk die het paard vertelt welke van z’n mogelijke fixed action patterns de beste oplossing is in dit geval. De druk motiveert het paard om *iets* te doen, het loslaten vertelt hem *wat* te doen. Dat is dus “**negatieve bekrachtiging**”: negatief omdat het gaat over het wegvallen van de druk (-, min, eraf, weg, negatief dus), bekrachtiging omdat het wijken voor druk versterkt wordt (het wijken zal dus in de toekomst meer en meer gebeuren zodra het paard deze bepaalde stimulus, deze druk voelt).

Je ziet dat ik er helemaal niks bijzeg over hoevéél druk er is gebruikt. Dat is namelijk helemaal niet belangrijk. Zodra het paard wegbeweegt van de druk, hoe licht die druk ook is, als hij het blijft doen omdat hij zo van die druk vanaf raakt, dan heet het

negatieve bekrachtiging. Negatieve bekrachtiging is één van de quadranten van **operante conditionering**.

Cues

Cues is een meer algemeen woord voor aangeleerde, of geconditioneerde prikkels. Cues zijn “prompts”: **signalen waarop een reactie wordt verwacht**. Rijhulpen zijn dus cues, maar waar het woord “rijhulpen” altijd betekent dat er ergens een bepaalde druk wordt uitgeoefend (hoe licht ook), kunnen cues ook op andere manieren aangeleerd worden. Sommige cues kunnen bijvoorbeeld worden geleerd door positieve bekrachtiging, wat betekent dat gedrag versterkt wordt omdat er iets gegeven wordt (zoals een worteltje omdat het paard vooruit beweegt).

Niet alle rijhulpen die we gebruiken zijn automatisch ongeconditioneerd. Als je een paar jonge paarden hebt aangereden, dan weet je dat niet elk paard zomaar voorwaarts wegstapt als je je benen aanlegt/ Mijn eigen Adje keek gewoon verbaasd om à la “wat doe je nou?” (ja, z’is Ollands ;-). Maar Adje was clickersavvy, dus toen ze ging proberen kon ik gewoon “ex”-en en belonen met een wortelschijfje. Bij Adje is het benen aanleggen dus een cue, en geen rijhulp in de strikte zin van het woord.

Als je géén clickersavvy paard hebt en je paard weet niet wat hij moet doen met die beendruk, dan ben je gedoemd om de druk te verhogen, of zelfs een zweep als “hulp” te gebruiken. De natuurlijke reactie op het voelen van een zweep is de fixed action pattern van het weg bewegen van de pijn, waarna je dus kan loslaten. Het zweepgebruik is dan de “hulp” of ongeconditioneerde stimulus, benen aanleggen de geconditioneerde stimulus.

Cues kunnen dus bijvoorbeeld ook een aankondiger

van straffen zijn: een zweep die je vasthoudt is voor het paard een cue dat hij zich maar best gewillig naar je schikt, omdat je anders die zweep "hulp" gaat gebruiken.

Je paard heeft **het verband** tussen de zweep (een voorwerp dat op zich geen betekenis heeft voor hem) en pijn (iets waar hij van nature weg van wil bewegen) geleerd door het leerproces van **klassieke conditionering**. Dat wil zeggen dat een cue een bepaalde betekenis krijgen gewoon omdat ze altijd gevolgd worden door iets waar het paard wel al op reageert, zoals een ongeconditioneerde stimulus.

Het leren reageren op steeds subtielere zithulpen in plaats van op de grotere teugel- en beenhulpen is ook meestal een proces van zo'n klassieke conditionering.

Dat gaat zo: als je denkt "ik ga hier halthouden" dan neem je de teugels op, en je paard leert halthouden omdat hij leert wijken voor de druk van de teugels aan z'n hoofd, tot hij tot een stilstand is gekomen. De druk van de teugels valt weg als hij stilstaat. Dat is dus gewoon operant conditioneren.

Maar ondertussen loopt er ook een ander leerproces: klassiek conditioneren. Je lichaamshouding verandert namelijk al heel subtiel vanaf het moment dat je denkt "ik ga halthouden", dus nog vóór je die teugelhulpen werkelijk gebruikt. Omdat je paard die verandering elke keer opnieuw voelt vóór hij die teugeldruk voelt, leert hij dat die verandering in je zit de teugeldruk aankondigt. Dus gaat hij al reageren op je zit. Je zithulp is de geconditioneerde stimulus, je teugelhulp de ongeconditioneerde stimulus.

"Ja maar", zeg je, "ik leer mijn paard halthouden op mijn zit zonder ooit aan de teugels te komen". Wel, de kans is toch wel heel groot dat als je paard NIET reageert op je subtiele hulp, je zwaarder zal gaan

zitten, en je gewichtsverandering groter en duidelijker zal maken. Dat betekent dat je nog steeds met het principe van klassieke conditionering werkt, omdat je paard leert dat het subtiele veranderen van je houding de grotere, meer vervelende "hulp" aankondigt, en dat leert hij voorkomen door sneller te reageren. Op die manier wordt een "hulp" dus geleidelijk aan een "cue".

Cues kunnen hulpen verbergen

Cues kunnen een trainingsproces verbergen, in die zin dat je niet aan cues kan zien of een trainingsproces wel zo vriendelijk is verlopen. Het zou wel eens kunnen dat zo'n kleine cue eigenlijk betekenis heeft gekregen door vermijdingsleren.

Zo zie je op een demo wel eens iemand met een wijsvinger wiebelen, waarop het paard netjes achterwaarts gaat. Magisch! En zo vriendelijk en subtiel! Maar misschien gaat het paard niet voor die wijsvinger achterwaarts omdat hij daar een worteltje voor krijgt, maar omdat als hij het NIET zou doen, de druk zou verhoogd worden. Een paard met veel druk van een touw achterwaarts sturen is dan de eigenlijke "hulp". Het paard wijkt al voor de cue van de wijsvinger, omdat hij het gebeuren van die "hulp" wil vermijden, voorkomen.

Kortom: "rijhulpen" is paardensportjargon. Alle hulpen zijn cues, maar niet alle cues zijn hulpen.

Inge Teblich
gecertificeerd ITMHB-instructeur
gecertificeerd TagTeach-instructeur
www.ingeteblick.be

woof





ONLANGS WERD IK TAGTEACH INSTRUCTEUR, OMDAT IK MENSEN BETER WOU KUNNEN HELPEN OM OOK DE MECHANISCHE VAARDIGHEDEN DIE BIJ CLICKERTRAINING HOREN MAKKELIJKE ONDER DE KNIE TE KRIJGEN.

JE ZOU DENKEN DAT ER NIET VEEL BIJ TE LEREN VALT ALS JE AL EEN AANTAL JAREN MET CLICKERTRAINING BEZIG BENT, MAAR TAGTEACH HAD IN WERKELIJKHEID EEN PAAR DINGEN OVER WERKEN MET MENSEN DIE ME OPNIEUW OVER CLICKERTRAINING MET DIEREN DEDEN NADENKEN.

EN ÉÉN VAN DIE GENIALE GEHEUGENSTEUNTJES VAN TAGTEACH DAT JE PERFECT KAN GEBRUIKEN VOOR PAARDENTRAINING IS... WOOF.

De “Tag” in TagTeach betekent: teaching with acoustical guidance. Het werkt zo ongeveer hetzelfde als clickertraining, alleen gaat het dus om mensen, waardoor het *nét* wat anders wordt aangepakt. TagTeach wordt in alle mogelijke sportcoaching gebruikt, maar ook in het onderwijs, ondermeer met autistische kinderen.

TagTeach gebruikt veel eigen woordenschat en een aantal specifieke dingen om mensen te helpen beter te focussen op wat het is dat ze kunnen verbeteren.

WOOF staat voor

- What you want
- One criterion
- Observable and definable
- Five words or less

Het voordeel van “WOOF”-denken is dat het je als een soort trechter begeleidt naar dat ene precieze, klikbare, beloonbare moment. En dat kunnen we ook als paardentrainers gebruiken, om onszelf naar betere klikpunten te kunnen begeleiden!

What you want

De moeilijkste ommekeer als je begint met clickertraining is die “omgekeerde” manier van denken: weten wat je wil, tegenover je vroegere focussen op het willen corrigeren wat er “fout” gaat. Het is verbazend hoe moeilijk dat is, want we hebben alleen maar geleerd om te kijken naar al die dingen die niet zo gaan als je had gewild, alsof trainen daar over gaat. Maar kijken naar de dingen die je *niet* wil, betekent dat je je bezighoudt met *a*fleren, niet met *aan*leren. En dat is dan ook wat we in traditionele training zo veel doen: geïrriteerd of gefrustreerd reageren als het niet meteen gaat zoals we het ons hadden voorgesteld. En dus gaan we terugduwen, eens rukken aan het touw, er eens mee zwaaien, met de zweep tikken, meppen of zelfs zo hard mogelijk

slaan.

Maar als ik als jouw clickerjuf op dat moment naast je zou staan, dan zou je me een beetje zien fronsen. Want je laat zien dat je reactief traint, niet pro-actief. Clickertraining vraagt dat je een zen-houding vindt, waarbij je je trainingsplan niet laat bepalen door wat er fout gaat. Je concentreert je op eerst en vooral bepalen wat je wél wil, zodat je ervoor kan bridgen en belonen.

Wat is bijvoorbeeld “hij loopt me altijd voorbij en is zo drammerig als ik hem ergens naartoe wil leiden”? Het op die manier formuleren helpt je niet dichterbij een trainingsplan. Je gaat dan alleen denken aan hem tegenhouden, je elleboog tegen z’n borst zetten, hem terugduwen, schreeuwen, achteruit zetten of rukken aan het leidtouw. Maar hoe ziet een goed leidend paard er wél uit?

Je paard moet aan je rechterkant blijven, mag je niet voorbij lopen, maar mag ook niet te ver achter mag blijven. Hij moet niet lopen rondkijken, maar hij hoeft ook niet z’n neus tegen de grond te houden (dat zou wel kunnen voor heel opgewonden paarden). Hij moet alert blijven, want als je versnelt, vertraagt of stilstaat moet hij zich daar prompt aan aanpassen.

Okee, nu hebben we een algemeen beeld waar we naartoe kunnen werken. Maar dat is nogal wat! Hoe kan je dat allemaal tegelijk trainen als je het niet eerst opdeelt in kleinere stappen?

One criterion

Bepalen wat je wil is nog redelijk doenbaar, maar alle criteria bepalen over hoe dat gedrag er dan wel uitziet, is veel moeilijker. Maar al die aspecten zoals snelheid van reactie, cue, duur, de 3D-vorm of beweging van je paard in de ruimte (inbegrepen z’n mentale houding) zijn allemaal opsplitsbaar in het

kleinst mogelijke deeltje dat je kan bridgen.

Want wat is dat “wat je wil” dan wel? Het is één enkel ding. Eén gedrag, één criterium. En dan nog eentje. En dan nog eentje.

“Wat je wil” is bijvoorbeeld netjes stilstaan, maar er valt veel te vertellen over stilstaan. Is het “on-beweeglijk” zijn? Waar is het hoofd van je paard? Hoog? Laag? Of met z’n neus tegen een target? Aan de teugel? Waar staat het paard tegenover jou? Neus aan je schouder? Of verderop met twee voorvoeten op een mat? Of op drie benen bij de hoefsmid? Of naast een opstapje omdat je wil rijden? Of voor het groeten bij de jury? Hoe lang duurt stilstaan? 1 seconde? 3? Een kwartier? Moet je paard rustig zijn, volkomen ontspannen of juist alert, klaar om iets anders te doen?

Als je je beeld hebt bepaald, ga je het opknippen in de kleinste mogelijke stukjes. En als dat ene criterium goed gaat, dan kan je aan een volgende criterium beginnen bijschaven, terwijl je je niet druk maakt over het feit dat dat eerste criterium even weer achteruit zal gaan. Geen stress: één ding tegelijk. De twee criteria combineren komt achteraf wel.

Observable and definable

Een hulp bij het bepalen van je “één ding tegelijk” kan zijn dat ook iemand anders moet kunnen zien wanneer dat klikmoment gebeurt. “Sneller” is daarom geen goed criterium; een welbepaald aantal stappen tussen punt A en punt B binnen één minuut of binnen één cirkel is dat wel. Springruiters zijn het gewoon om het aantal galopsprongen te tellen tussen twee hindernissen; maar ook andere ruiters kunnen die gewoonte overnemen, bijvoorbeeld als je moeilijk voelt of je nu sneller of trager draaft dan je vorige ronde.

“Naast mij stilstaan” lijkt misschien al redelijk

precies, maar je kan het dus erg precies bepalen, tot bijvoorbeeld “de neus van je paard net naast je elleboog”. Dat kan je zien, observeren, uitleggen aan iemand anders. Het traint bovendien veel sneller jouw observatieskills, omdat je veel aandachtiger moet leren kijken of voelen.

Ja, ook voelen kan observeerbaar zijn voor jezelf, en zou observeerbaar moeten zijn voor een ander. Hoe kan je bijvoorbeeld voelen of je paard vierkant onder je stilstaat? Als clickertrainer kan je jezelf dat heel bewust aanleren, omdat je wel *moet* leren voelen, omdat je anders niet kan bridgen - en net zo één voor één als je je paard zou trainen. Leer dus eerst voelen of je gelijk gewicht hebt in beide teugels. En dan of je ellebogen naast je lichaam hangen. Of je gewicht gelijk verdeeld is over je zitbeenknobbels. Of je heupen even hoog zitten, of je voeten even ontspannen hangen. En hoe zit het met je schouders? Dat voelen is niet altijd vanzelfsprekend, want ruiters zijn vaak veel schever dan hun paarden (ik bijvoorbeeld zekere wel!) en dan voelt rechtzitten soms toch scheef. Kan je het nog niet voelen, haal er dan iemand bij die je helpt om te zeggen wanneer je paard recht, of overweeg om zelf een (kleine) spiegel te gebruiken om even te checken of wat je voelt hetzelfde is als hoe het eruit ziet, zodat je het makkelijker in jezelf kan opslaan. Als het goed is, bridge je jezelf én je paard tegelijk!

Five words or less

Okee, je weet wat je wil; je hebt enkel aspectje van het grote geheel eruit gehaald; en je weet zeker dat je het zal kunnen observeren als het gebeurt - maar er is nog één extra dat er voor zal zorgen dat je het ook daadwerkelijk zal kunnen bridgen als het gebeurt, en dat is: zeg het in 5 woorden of minder. Die 5 woorden gaan er niet alleen voor zorgen dat je wel degelijk iets kleins en observeerbaars hebt,

maar ook dat je dit klikpunt als het ware verankert in je geheugen. En zeg het gerust ook hardop! Dan gedraag je je als je eigen instructeur, en nu *moet* je het wel doen!

Stel bijvoorbeeld dat je je paard wil leren op een exacte plaats te blijven als je hem leidt. Het eerste woof-puntje zegt *wat* je moet doen, en is dus nog heel algemeen, kijk maar eens terug naar het voorbeeld van één criterium tegelijk: “goed leiden”, waarvan je de criteria hebt opgeknipt. Bovendien heb je gezorgd dat zo’n criterium iets is dat je kan observeren. En als je aan dit vierde puntje bent, 5 woorden of minder, dan zegt dat punt meteen *hoe* je het moet doen.

Voor “goed leiden” is dan “*neus naast rechter elleboog*” een mogelijk klikpunt.

Tadaaaa!

Oh! Wie een makkelijke Nederlandstalige variante voor “WOOF” vindt die bovendien nog eens dubbel werkt voor paarden krijgt een kus van de juf...en de enige echte Oscar-tshirt!



Inge Teblich
gecertificeerd ITMHB-instructeur
gecertificeerd TagTeach-instructeur
www.ingeteblick.be



Help!
Mijn paard
doet
z'n oren
achteruit!

“IK BEN GESTOPT MET RIJDEN TOEN IK EEN KIND WAS, OMDAT DE PAARDEN WAAR IK MEE REED ALTIJD HUN OREN NAAR ACHTER DEDEN. ALS ZE ZO’N HEKEL HADDEN AAN MIJ WOU IK NIET MEER RIJDEN.”

Het is een schrijnende uitspraak van iemand met een grote liefde voor paarden die dit altijd heeft geloofd, en pas 30 jaar later tijdens mijn cursus trainingpsychologie’ hoorde dat ‘oren naar achter’ *NIET* altijd betekent dat een paard boos is.

Ik werd er weer aan herinnerd toen iemand op de tribune op Horse Event naar één van de demohalflingers wees en beschuldigend zei: “dat paard heeft z’n oren naar achter!”, of met andere woorden: clickertraining is helemaal niet wat jij daar staat te vertellen, want paarden worden er boos van.

Ze reageerde enkel schouderophalend toen ik zei dat ook wilde paarden die vrijwillig naar een doel toegaan hun oren achterwaarts hebben, en dat je altijd naar het héle plaatje moet kijken. Ze had immers tevoren al besloten wat ze zou zien.

Maar ze heeft wel gelijk, natuurlijk, in die zin dat paarden wel degelijk boos kunnen worden op hun mensen, en dat laten zien ook. En ook geclickertrainde paarden kunnen heel boos worden op hun mensen. Maar betekent “oren achteruit” **ALTIJD** dat een paard boos is? Welnee.

Het is het geheel van de lichaamstaal en de omstandigheden die zeggen of een paard dat z’n oren achteruit heeft werkelijk boos is op z’n mens, of dat hij eigenlijk iets anders vertelt. En emoties lopen ook in elkaar over, zodat het niet altijd even eenvoudig is om te zeggen waaróm een paard z’n oren achteruit doet. In het geval van de Horse Event demo was het paard erg moe (het was de laatste demo van drie dagen drie demo’s per dag), maar toch nog gefocust op het object dat ze werd geacht te targetten.

Eén ding is duidelijk: “oren achteruit” kan zowat alles zijn.

Een overzicht in foto’s.

Radar, aandacht



Slaperigheid, ontspanning



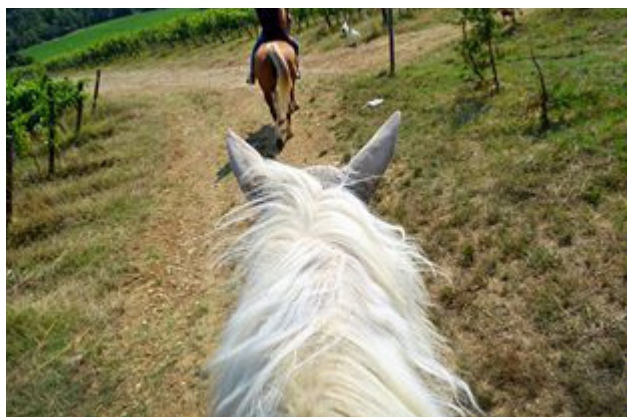
Verveling, ziekte, depressie



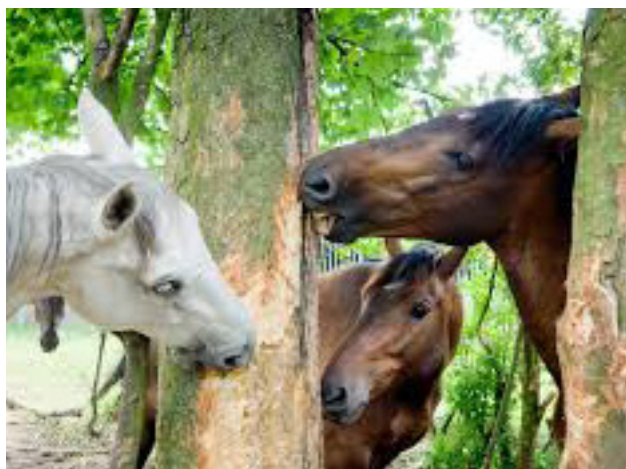
Ontspannen focus



Verdeelde focus



Geconcentreerde focus op een object





Stress/onzekerheid



Stress/iets moeilijk vinden



Stress/overvallen worden



Stress/weerstand



Kalmeringssignaal



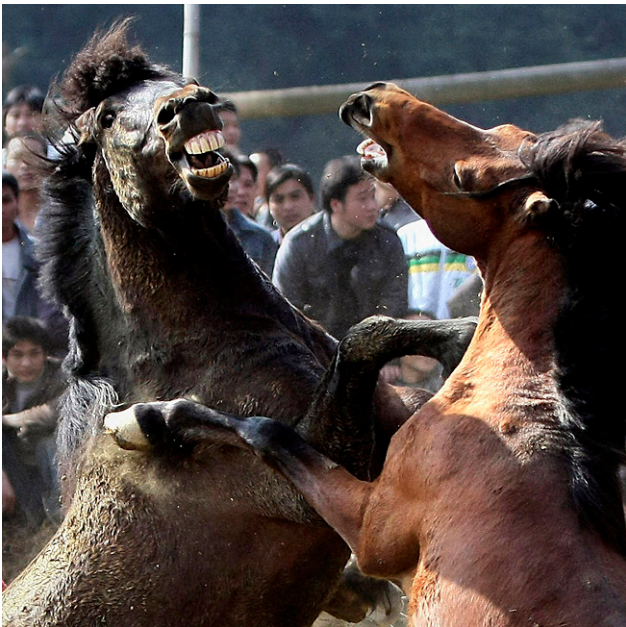
Verwittiging



Wegdrijven/snaking



Gevecht



Het is dus duidelijk dat oren achterwaarts niet altijd betekent dat een paard niet blij is. In je training zal je dus ook vaak zien dat je paard z'n oren achterwaarts heeft omdat hij geconcentreerd is op een object (en dat object kan dus ook de trainer zijn).

Heb je nog situaties waarin paarden consequent hun oren achteruit doen, zonder dat ze boos zijn? Laat maar horen op het ITMHB-forum!

Bridgen voor “oren vooruit”

Een vraag die ik af en toe krijg naar aanleiding van één van Alexandra Kurland's basics - bridge voor “oren vooruit” is of ik dat ook doe. Mijn antwoord is kort en bondig: nee. Ik wil dat mijn paard héél eerlijk naar me toe is over hoe hij voelt, en hem bridgen voor “oren vooruit” hoort daar niet bij. Het is natuurlijk fijn dat je heel veel kleine dingen op cue kan zetten, maar een paard vragen om te “liegen” over z'n gemoedsgesteldheid is daar niet bij. Een paard moet me precies kunnen en mogen en durven vertellen hoe hij zich voelt; dan weet ik het tenminste en kan ik er rekening mee houden. Niets is zo moeilijk - en soms zo gevaarlijk - als een paard te trainen dat niet laat weten hoe hij zich voelt!

Ik ben niet genoeg in detail met Alexandra's werk bezig geweest om te zeggen wat de beweegredenen waren om dit als een basic te beschouwen; ik geloof ook dat ze haar uitleg heeft aangepast doorheen de jaren. In het begin was het idee (denk ik) dat als je iemand vraagt om te lachen, hij dat uiteindelijk dat zal doen, en dat z'n emoties zullen veranderen. Nu is het zeker waar - en bewezen - dat als je iemand vraagt om een zelfzekere houding aan te nemen, dat hij ook zelfzekerder wordt. En ik gebruik het wel eens andersom: als je een paard gaat bridgen voor uitslaan, dan gaat hij nadenken over waarom ik bridge voor het uitslaan, waardoor de emotie

verandert, het “uitslaan” onder controle komt, en dus steeds minder wordt. Maar dat is net het omgekeerde dan “oren vooruit” klikken.

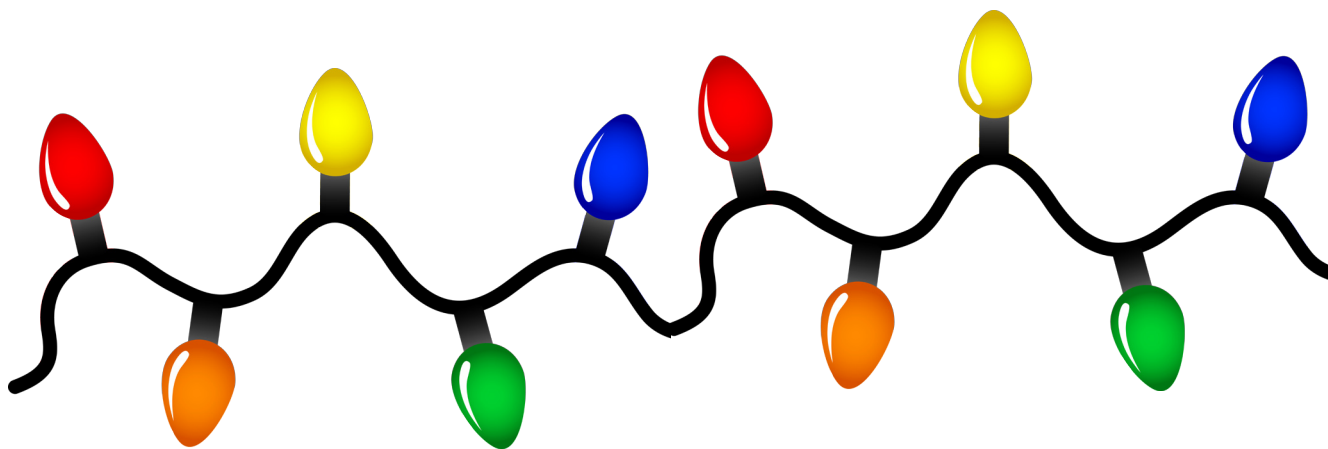
Want als je bijvoorbeeld écht boos bent, en iemand vraagt je om te lachen, dan zal je wel lachen, maar de boosheid zit er nog. Je trekt je mondhoeken op, om er vanaf te zijn.

Als je je paard forceert om z'n oren vooruit te zetten om een wortelschijfje te krijgen, dan doe je dus eigenlijk het compleet tegenovergestelde van waar clickertraining over gaat. Je degradeert de eigenheid van je paard, op een véél straffere manier dan hoe sommige mensen “circustruiks” dieronwaardig noemen.

De enige manier waarop je een blij paard krijgt, is door je oefeningen zo op te bouwen dat je paard zich niet gecontroleerd voelt, maar dat hij autonoom, uit eigen wil deelneemt aan je training. Dat je je relatie opbouwt en er goed op let wat de oefeningen zijn die je paard graag doet, want die kan je dan vragen op die momenten dat je aan je paard wil zeggen hoe blij je bent met hem, terwijl je toch samen dingen blijft doen.

Heel geleidelijk aan bouw je de moeilijkheidsgraad op, waarbij je blijft letten op de emoties van je paard - dus inclusief z'n orenspel. Het zijn die emoties die het verloop van je trainingen bepalen, niet wat je op papier hebt gezet.

Inge Teblick
gecertificeerd ITMHB-instructeur
gecertificeerd TagTeach-instructeur
www.ingeteblick.be



Eindejaarspromotie



Vanaf nu tot en met 31 december 2013 kan je Grondwerk en Denkwerk goedkoper in huis halen als cadeau (voor jezelf of voor iemand anders):
met 10% korting EN zonder verzendkosten!

Grondwerk: 22.5,-
Denkwerk: 27,-

Overschrijven op
KBC 733-0328261-43 – IBAN BE66 7330 3282
6143 – BIC KREDBEBB
ter attentie van Bavarois bvba - Oude Liersebaan
389 - 2570 Duffel - België
of via paypal: inge.teblich@gmail.com

forum

www.itrainmyhorsesbrain.com/forums/overview

HET ENIGE WAT JE ALLEEN
MOET DOEN IS ZINGEN
VOOR DE SPIEGEL.

Vragen over clickertraining? Je vindt andere clickertrainers op het forum van I train my horse's brain. Dit forum is **GRATIS**. Al wat je moet doen is je registreren op de site.

Opgelet! Als je een spatie gebruikt in je gebruikersnaam bij je registratie op de ITMHB-site zal de software die spatie automatisch omzetten in een '-'. Als je als gebruikersnaam dus 'Voornaam Achternaam' opgeeft, kan je daarna enkel inloggen als 'Voornaam-Achternaam'.

Hebben een clickerskilled 1-label behaald:

Visitor	Nederland
Saskia De Clercq	België
Chantal Rosmuller	Nederland
An Van den Ende	België
Merel De Wolf	België



Gefeliciteerd!

Ook een clickerlabel halen? Je vindt alle info op www.itrainmyhorsesbrain.com/clickerlabels/.

Er is een overgangsperiode tot einde 2014 voor wie al langer les of demo's geeft en niet meer hoeft te bewijzen dat hij/zij wel wat kan, mits bepaalde voorwaarden. Wil je ook gecertificeerd ITMHB-instructeur worden? Mail Inge op info@ingeteblick.be en we kijken wat we voor je kunnen doen.



www.itrainmyhorsesbrain.com/membership-options-page/

Blij met wat we willen doen? Overtuigd van alle voordelen? Steun de verspreiding van positief trainen en word nu meteen lid van I train my horse's brain!

Ga snel naar www.itrainmyhorsesbrain.com/member-options-page/ en help ons clickertraining te verspreiden.

Opgelet! Als je een spatie gebruikt in je gebruikersnaam bij je registratie op de ITMHB-site zal de software die spatie automatisch omzetten in een '-'. Als je als gebruikersnaam dus 'Voornaam Achternaam' opgeeft, kan je daarna enkel inloggen als 'Voornaam-Achternaam'.

25.00 EUR voor 1 jaar lidmaatschap.

Wordt niet automatisch verlengd. Je lidmaatschap gaat in nadat de betaling is ontvangen. Activering van je lidmaatschap kan 1 tot 3 dagen duren, vooral als je per overschrijving betaalt.

Je kan je bijdrage betalen via:

1/ de website

De website maakt gebruik van de beveiliging die de Paypal-server biedt. Om met je kredietkaart te betalen moet je zelf geen Paypal-account hebben, dat kan ook als gast. Je moet er natuurlijk wel je gegevens achterlaten omdat je betaling moet kunnen worden verwerkt.

Paypal zal ook wel vragen of je geen Paypal-rekening wil, maar dat kan je gewoon negeren ("optional").

Heb je wel zelf een Paypal-account, dan kan je natuurlijk gewoon via je Paypal-account betalen.

2/ per overschrijving:

Je kan 25€ overschrijven op rekening

KBC 733-0328261-43 – IBAN BE66 7330 3282 6143 – BIC KREDBEBB

ter attentie van:

Bavarois bvba

Oude Liersebaan 389

2570 Duffel – België

met als mededeling je naam (als die anders is dan de eigenaar van de rekening), je gebruikers/forumnaam op de ITMHB-site (je moet je dus eerst registreren op de site) en 'ITMHB lidmaatschap'.