

HERSENKRAKERS

CLICKERTRAINING MET INGE TEBLICK



De Vlaamse Inge Teblick doet aan belonend trainen. Zowel op de grond als te paard werkt ze met clickertraining. 'Je krijgt via deze methode echt verbinding met je paard.'

De Vlaamse trainster Inge Teblich is zeer gedreven. Aan een stuk door praat ze over haar passie: op een ethische manier paarden trainen door te belonen, in plaats van straffen. Waarden spelen bij haar een grote rol. "Ik doe wel eens een experiment waarbij ik paardeneigenaren twee foto's voorleg, een van een ijskast en een van een kind. Dan informeer ik welke foto de meeste overeenkomsten vertoont met de band die ze hebben met hun dier en iedereen kiest voor het kind. Dan vraag ik of ze hun kind ook zonder problemen uren per dag zouden opsluiten, zouden verkopen of laten inslapen, omdat ze medische kosten te hoog vonden worden. Dan beginnen de meesten ongemakkelijk te kijken", vertelt Inge. "Weet je wat ik ook vreemd vind? Een moeder koopt met haar dochtertje de eerste paardenspullen. Laarzen, een cap en een zweepje. Maar waarom een zweepje? Blijkbaar vinden wij het gewoon dat we paarden slaan." Inge vindt dat abnormaal. "Het kan dus ook anders. Bijvoorbeeld via de clicker-methode, die is vriendelijk en pijnloos. Nuchter, zonder pretenties. Er is ook geen sprake van enige magie die het extra aantrekkelijk maakt. De methode doet geen sprookjesachtige beloftes dat je de leider wordt van de kudde of paardenfluisteraar en je krijgt evenmin paardentaal onder de knie. Je doet ook al niet aan iets moois als natural horsemanship, krijgt geen join-up en een touw of zweep zijn evenmin het verlengde van je arm. Je traint je paard wel op basis van leerprincipes, niets meer en niets minder." Lachend: "En het is ontzettend leuk om te doen."

DOPAMINE

Wat houdt het nu feitelijk in? Clickertraining heeft positieve bekrachtiging als uitgangspunt. Je beloont je paard voor iets wat hij doet in de hoop dat hij het herhaalt (zie tekst hiernaast). Op het moment dat je paard het goed doet, laat je hem dat hardop weten. Dit doe je door de klik van een clicker of door 'ex' of 'yes' te zeggen. Dat is een bridge, een markeersignaal voor het goede gedrag. Als trainer richt je je louter op datgene wat goed verloopt en je let niet

7 EMOTIES VAN PAARDEN

Emoties vormen een belangrijk thema's in Inge's boek 'Denkwerk'. Deze gemoedstostanden zijn meetbaar aanwezig in de hersenstam, blijkt uit Amerikaans onderzoek van onder meer Jaak Panksepp, Robert Sapolsky en Joseph Ledoux, en ze liggen aan de basis van het handelen van paard en de mens. "Er wordt wel gezegd dat emoties niet oké zijn, dat we als mens keuzes maken op basis van verstand, maar dat is dus onjuist. Wat dat betreft zijn we hetzelfde als paarden. Wij zijn ook dieren." Emoties fungeren als zogeheten overlevingscircuits en liggen aan de bron van gedrag.

Inge is gecharmeerd van zeven emoties die Panksepp onderscheidt: seeking, fear, rage, lust, care, panic en play. "Dit circuit spreek je aan bij clickertraining. Seeking gaat over motivatie, interesse en nieuwsgierigheid. Dit zorgt ervoor dat het paard wil leren. Fear ofwel angst, betekent voor een paard: rennen." Volgens Inge is angst de grootste vijand bij het leren. Het paard heeft namelijk maar enkele ervaringen nodig om de herinnering voor altijd vast te leggen. Ze adviseert dan ook om de voeten van een paard bij een schrikreactie zo snel mogelijk stil te zetten. Daarmee kun je de angstprikkel loskoppelen van de impuls om weg te rennen. Als je een paard daarentegen in snelheid laat ultrazoon oefenen je juist het neuropad in de hersenen dat angst aan vlucht koppelt. Je kunt een paard een griezelig object natuurlijk ook laten aanraken, ofwel targeten. Rage of woede maakt dat paarden kinderen uit hun stal sturen of dat hengsten elkaar willen aanvallend. Lust is de oorzaak van het feit dat je merrie direct hengstig wordt van een nieuwe hengst in de aangrenzende wei. Care is de zorgbehoefte die merries hebben ten opzichte van hun veulen, en panic ofwel paniek kan op treden als jonge kuddedieren alleen worden gelaten. Play of spel is een levensbehoefte van paarden. Het is oefening voor jonge paarden voor de volwassenheid. Je kunt angst, woede en paniek dus beter voorkomen en stimuleren en motivatie juist stimuleren.

op zaken die je niet wilt. Dat zorgt ervoor dat het onderlinge contact beter wordt. Als het paard zijn beloning krijgt, maakt hij dopamine aan, een prettig hormoon. Na verloop van tijd komt de dopamine al in het lichaam door de verwachting dat de beloning volgt, na de bridge. De bridge vormt dan een secundaire bekrachtiger. En weer later levert de opdracht het paard al dopamine op. Dat motiveert enorm. Een bijkomend voordeel is dat het goede gevoel dat secundaire bekrachtigers geeft rechtstreeks wordt opgeslagen in het langetermijngeheugen. Enigszins vergelijkbaar met angst, maar dan op een positieve manier. Daarna volgt de

fase waarin het paard mee gaat denken. Hij gaat op zoek naar het antwoord op je raadsel. Niet alleen Inge Teblich heeft deze trainingsvorm omarmd. Ook de Amerikaanse ruiters Steffen Peters (dressuur) en Beezie Madden (springen) halen er inspiratie uit. In de inleiding van haar net verschenen boek 'Denkwerk, of waarom paarden van leertheorie houden' beschrijft en interpreteert Inge het gedrag van haar eigen vier paarden terwijl ze haar huis uit loopt. Alle vier volgen ze haar vanuit de wei op de voet naar de paddock, omdat ze met haar willen trainen. "Mijn eerste clickergetrainde paard Gazelle werd boos als ik stopte. Ze



HOE WERKT HET?

Bij clickertraining zijn een clicker of je stem en voer het gereedschap. Je stelt een vraag en als het paard op de juiste manier antwoordt, geef je onmiddellijk een bridge. Dat kan een klik van een clicker zijn, of bijvoorbeeld het woord 'ex', een afkorting van excellent. Die geeft aan dat hetgeen de getrainde op dat moment doet, goed is. Vervolgens beloon je met eten. In het begin zo snel mogelijk, later kan er meer tijd tussen zitten.

Maar eerst leer je het paard het concept. "Het moeilijkste deel is de eerste oefening", waarschuwt Inge. Je vraagt het paard bijvoorbeeld om je hand aan te raken met zijn neus. Je strekt je hand uit tot net bij het reukorgaan van je paard, waarop hij die spontaan aanraakt. Dat kan uit nieuwsgierigheid zijn, of omdat hij denkt dat er een wortel in zit. Op het moment dat hij contact maakt met je hand geef je de bridge (klik) en vervolgens de wortel, die je pas op dat moment uit je zak haalt. Als snel leert het paard dat hij iets moet doen voor hij de bridge (klik) en de beloning zal krijgen. Als hij het concept door de juiste reactie blijkt te begrijpen, is het mogelijk om uit te bouwen. "Nu snapt hij dat hij moet zoeken. Hij denkt: ze doet iets, ik ken het niet, zou het dit zijn, zou het dat zijn. Ze bridget niet...Als het niet werkt, dan moet je iets veranderen."

Zo kun je paarden achteruit leren stappen, wijken, et cetera. Het is ook mogelijk om paarden onder het zadel oefeningen bij te brengen. Inge neemt de galop als oefening bij een jong paard als voorbeeld. "Traditioneel geef je in draf heen om naar de galop te komen. Als hij aangaloppeert, ben je blij, blij je nog even doorgalopperen en je laat de teugel vieren als beloning. Maar hoe weet je rijdier dat het gaat over het trainen van de overgang?"

Nu de clickermethode. Je vraagt een paard aan te galopperen. Als hij het doet, geef je direct de bridge (ex). Het paard houdt prompt halt zodra hij de bridge hoort, want dat betekent: dat heb je goed gedaan, einde van de oefening, hier is je beloning. Het paard weet dat vanuit het grondwerk, daarom gaat hij stilstaan. Dit herhaal je een paar keer en het kwartje valt bij je partner. Als je nu langduriger wilt galopperen, dan wacht je steeds langer met het geven van de bridge.

"Gedeeltelijk doe je hetzelfde als bij traditioneel trainen. Het verschil is dat je je oefening opknipt in kleine onderdelen om zo het gewilde gedrag op te roepen. Je bouwt je oefening op binnen het gebied waarop je paard het goed doet. Als je tien passen wilt galopperen, maar je paard valt na acht passen terug, dan beloon je die acht correcte met de bridge. Later kun je de oefening verder uitbouwen. Als je het systeem begrijpt, kun je alles trainen wat je wilt." Het vereist wel denkwerk, oefeningen kunnen hersenkrakers zijn. Tips: oefen kortstondig. En beloon ook kleine resultaten. Blijf gefocust.

sneed me de pas af als ik naar het hek liep."

Met 'Denkwerk' wil Inge eigenaars van paarden niet alleen bijbrengen hoe een paard leert, omdat dat praktisch is voor de training, maar ook heeft ze de behoefte om over te brengen wat voor wezen dit dier feitelijk is.

"De basis van mijn kennis heb ik opgedaan bij een dolfijntrainster. Die was van mening dat je eerst de diersoorten moet kennen. En ik dacht als manegeruiter dat ik aardig op de hoogte was van hoe een paard in elkaar zat. Totdat ik me erin ging verdiepen."

De origine van de trainingsmethode spreekt tot de verbeelding. De Amerikanen werkten de methode uit tijdens de Tweede Wereldoorlog. In die tijd werden duiven met de clicker opgeleid om vliegende bommen te geleiden, zodat ze op de beoogde plaats konden worden gedropt. De duiven hadden via een landkaart geleerd op welke locatie ze moesten zijn.

TEGENSTANDERS

Clickertraining kent overigens ook tegenstanders. "Ik hoor mensen vaak zeggen dat paarden er opdringerig van worden, of dat ze voor de trainer moeten willen werken in plaats van voor voer, en dat ze er niet gemotiveerd van worden. Maar dat is niet mijn ervaring. Toen ik voor de eerste keer een vraag stelde aan een paard waar ik op dat moment geen bijzondere band mee had, en haar beloofde met een stukje wortel, dacht ik plots: er zit iemand in daar van binnen!" Inge kreeg een duidelijke reactie van haar partner op vier benen. "Je krijgt via deze methode echt verbinding met je paard. Je geeft paarden zelfbeschikking, ze kunnen zelf kiezen wat ze doen."

Voorheen werkte ze alleen met druk, ofwel negatieve bekrachtiging. "Daarmee creëer je een oncomfortabele situatie voor het paard. Als hij doet wat je wilt, bijvoorbeeld wegstappen, neem je de druk van je benen weg en hoop je dat hij je intentie begrijpt." Bij de traditionele aanpak train je het paardenlichaam, met de verwachting dat het ook aankomt bij de hersenen, meent Inge. "Met clickertraining doe je het omgekeerde. Je doet een beroep op de hersenen in de hoop dat het paard het vertaalt naar zijn lichaam." Ze werkt nog steeds ook met druk, maar



vanwege het gebruik van de bridge hoeft de druk niet oncomfortabel te worden voordat een reactie volgt. Het paard werkt voor het geluid van de bridge, niet om te ontsnappen aan de druk. "Dat neemt niet weg dat ik als het nodig is wél veel druk zal gebruiken."

WELZIJN

Inge ontleedt het paard in haar boek zorgvuldig. Dat het een kuddedier is dat weinig slaapt en hoe anders zijn zintuigen werken dan de onze. Op welke manier zijn lichaam in elkaar zit en hoe het functioneert. De uiterlijke vorm van de hersenen en de wijze waarop ze werken. Haar boek doet denken aan 'De aard van het paard' van Stephen

Budiansky. Heeft Inge wellicht zaken van hem overgenomen? "Nu ben ik een beetje beledigd", reageert ze. "Mijn boek is meer up to date. Ik heb namelijk ook onderzoek beschreven van de laatste zestien jaar. Het boek van Budiansky is uit 1997. Maar het zou kunnen dat hij zich deels op dezelfde bronnen baseert als ik."

De Belgische schrijfster gaat ervan uit dat paarden sociale dieren zijn. Ze leven immers in kuddes, kennen de groepsgenoten, houden rekening met elkaar en leren van de anderen. Door hun oren bijvoorbeeld in hun nek te leggen, vertonen ze emotioneel gedrag. Kunnen ze ook liegen? "Dat opperde een man onlangs die mij aansprak na een lezing.

Zijn paard was aanvankelijk kreupel nadat hij een balk had aangetikt, maar toen de ruiter was afgestapt, liep het paard weer rad." Uit de literatuur blijkt liegen het nodige vergt van verstandelijke vermogens van mensen, en bewijzen dat paarden daartoe in staat zijn, zijn nog niet gevonden. "Ik denk dat de pijn bij dat paard inmiddels was gezakt", verklaart Inge zijn regelmatige gang. Maar stel dat paarden geen leugens kunnen bedenken, de dieren hebben volgens Inge wel een bepaald bewustzijn en dat is te danken aan verstandelijke vermogens waar ze wel degelijk over beschikken. Bijvoorbeeld als ze voor het eerst lijken te begrijpen hoe clicker-traineren werkt. 🐾