

Hieronder lees je over een trainingsmethode ter voorbereiding op les 2:

## Pas jij het Premack-principe al toe?

Het Premack-principe is een simpele en handige techniek om je hond tijdens alledaagse situaties naar je te laten luisteren! Geen extra trainingen, maar een tussendoor-opvoed techniek.

### Hoe werkt het?

**Formule: Gedrag + Toe Maar = interne beloning**

Door je hond eerst iets te laten doen wat jij wilt (het "gedrag") en hem daarna met een Toe-Maar toestemming te geven, mag hij naar de beloning die hij zelf graag wilde.

De beloning die hij zelf graag wil, noemen we een interne of intrinsieke beloning.

Zo leert je hond dat hij eerst bij jou om 'toestemming' moet vragen en krijg je meer grip.

### Voorbeeld:

*Mijn hond wil graag de hondenspeeltjes uit mijn handen trekken en springt tegen me op. Mijn hond kan heel makkelijk achteruit kan lopen.*

*Ik vraag het gedrag 'achteruit'.*

*Zodra hij de eerste passen zet, zeg ik **Toe Maar***

*En gooi ik direct het **speeltje** naar hem toe. Daarna gaan we samen spelen.*

*Dus: speeltje was de interne/intrinsieke motivatie. Het achteruit lopen is het "toestemming vragen" oftewel: "het gedrag".*

In het begin vraag je om "het gedrag", maar na een paar keer wacht je tot hij zelf met "het gedrag" komt.

De meest gebruikte gedragingen binnen hondentraining zijn overigens: "kijk me aan" en "4 pootjes op de grond".

## Er zijn natuurlijk wel een paar spelregels:

- Premack-principe gaat over gedragingen, niet over voerbeloningen.
- zorg dat je werkt met intrinsieke motivaties. Dat is iets wat je hond uit zichzelf al geweldig vindt.
- besef dat deze motivaties niet uitputbaar zijn en per dag, situatie en stemming kunnen verschillen: observeer je hond
- zorg dat je "gedrag" vraagt die voor je hond echt heel makkelijk is. Zo voorkom je frustratie en onrust zoals blaffen.
- zorg dat je hond direct (binnen 2 sec) na de uitvoering van de regel zijn toegang krijgt tot de intrinsieke motivatie.

## Premack in het dagelijkse leven

**Managers** kennen het Premack-principe als het "voor-wat-hoort-wat-principe". En heeft **menig ouder** niet geroepen: "eerst je huiswerk afmaken en dán pas buiten spelen"?

Als opvoeder en begeleider van je hond, kun je dit principe de hele dag door inzetten met de dingen die jouw hond al graag wil. Het is het duidelijk dat het een vorm van manipulatie is waarbij je je hond niet leert om op eigen pootjes te staan. Je zorgt immers dat er altijd eerst oogcontact, rust of een vorm van andere aandacht is voordat je hond iets mag doen!

### De balans blijkt weer belangrijk:

Het is een goede techniek om je jong/zelfstandige honden te leren aandacht voor je te hebben. Voor honden die te weinig op eigen pootjes staan en weinig zelfstandig kunnen functioneren, is het fijn om dit principe aan te leren, waarna je echter sporadisch in gaat zetten totdat de balans hersteld is.

## De Tip van David

### Waar komt het vandaan?

David Premack, Professor Psychology in Pennsylvania, publiceerde in 1959 deze theorie waarbij hij aangaf dat het mogelijk is om laagfrequent (minder plezierig) gedrag te doen toenemen door een beroep te doen op hoogfrequent optredend gedrag. Hij observeerde in eerste instantie chimpansees en kinderen. Ondertussen wordt het toegepast in zowel diertraining als in het dagelijkse mensenleven. Een kanttekening vinden we in de Response Deprivation Theory (Timberlake) en de Behavioral Bliss Point Theory, waarbij er uit studies met intrinsieke bekrachtigers bleek dat het meest frequente gedrag niet altijd als meest plezierig werd ervaren en er niet altijd een toename van het laagfrequente gedrag bleek. Het blijkt dat de mate van toegang tot het gedrag, mede-bepalend is.

De vertaling die we naar hondentraining maken, is echter zodanig dat we in de praktijk duidelijk zien dat honden meer aandacht krijgen voor de begeleider nadat deze het principe ingezet heeft dat bekend staat als "Premack-principe".



## Bekrachtiging of beloning tijdens je training

Tijdens de trainingen heb ik het vaak over bekrachtigers en beloningen. Het is voor de leersnelheid van je hond handig om het verschil te weten!

Een **beloning** is iets wat je hond leuk of lekker vindt. Bijvoorbeeld een lekker hondenkoekje. Een **bekrachtiger** is iets waardoor je hond daadwerkelijk aan het werk gaat om het opnieuw te krijgen. Hij gaat beter zijn best doen in de oefening.

### Voorbeeld:

*Als ik train met hondenbrokjes, eet mijn hond dit op en hij vindt het best lekker. Dit is voor mijn hond een beloning.*

*Echter, als ik train met gekookte kipfilet, doet hij alles om nóg meer kipfilet te krijgen! Dit is voor mijn hond dus een bekrachtiger.*

*Als ik na de click een balletje laat vangen, of ik stuur hem door de tunnel, dan zie ik mijn hond in de trainingssessies veranderen.*

Kijk naar de motivatie van je hond: na die click komt er soms een voerbeloning, soms een spelbeloning en soms een andere, intrinsieke beloning. Trainen = Feest! Probeer maar!