

Fakta om bestraffning

S.G. Friedman, PhD, Utah, och Bobbi Brinker, Ohio

Publicerad i Original Flying Machine, Issue 4:Jan/Feb 2001

Nuförtiden har frågan om bestraffning blivit ett känslomässigt minfält fullt av missbedömningar, goda intentioner, och allmän förvirring. Och det var de goda nyheterna. Vi skulle ogärna återvända till en tid då användningen av bestraffning var odiskutabel och var det vanligaste, och kanske enda, sättet att förändra oönskat beteende. En stor del av den nuvarande förvirringen är ett resultat från det eviga gapet mellan forskning och praktik. Och det trots att de negativa effekterna av vissa former av bestraffning har studerats vetenskapligt och är väldokumenterade. Dessa studier avslöjar viktig information om skadorna med bestraffning som alla papegojägare bör känna till.

Ett annat problem är att bestraffning är vad de flesta av oss är bäst på eller åtminstone provar först. Vi är praktiskt taget omgivna av bestraffande metoder som används för att påverka vårt beteende: från den sena biblioteks-boken till obesattade bilar; böter, straff och reprimander snurrar runt oss som löv i en storm. Många av oss skulle känna oss tomhänta om vi gav upp bestraffning som vårt främsta redskap för att påverka negativt beteende. Med denna artikel hoppas vi att minska på gapet mellan forskning och praktisk tillämpning av bestraffning så som det används på sällskapspapegojor. Vi hoppas även bidra med relevant information som du behöver för att kunna basera ditt val av undervisningsstrategier på fakta hellre än på kulturellt arv.

En funktionell definition

Det upprepas ofta att papegojor inte svarar på bestraffning. Detta missförstånd är ett resultat av att termen används på lösa grunder för att beskriva det upprörda känsloläget hos den person som utdelar bestraffningen snarare än resultatet på fågelns beteende. Det är sant att papegojor inte svarar på raseri, hämnd och vedergällning. Även om dessa negativa konsekvenser kan vara bestraffande för en del av oss så förstår inte våra husdjur sådana komplexa mellanmänskliga känslor. En tydlig funktionell definition av bestraffning behövs för att korrigera sådana missförstånd, och tillåta oss att mäta effektiviteten av vår undervisningsstrategi. Från det perspektivet bidrar vetenskapen med en mer användbar definition än vad ordboken gör: enkelt och precist, bestraffning är en konsekvens som utdelas efter ett beteende och som bidrar till att minska frekvensen eller intensiteten med vilket det beteendet uppvisas.

Det finns två mycket viktiga punkter som måste tas upp om denna definition: först, effektiviteten i en speciell bestraffning är mycket individuell. Beviset på effektivitet ses i det resulterande beteendet. En konsekvens som är bestraffande för en individ (dvs som minskar ett beteende) kan faktiskt vara förstärkande (dvs bibehåller eller ökar ett beteende) för en annan individ. Av det skälet kan vi göra en kvalificerad gissning angående vad som kan vara en effektiv bestraffning, men vi kan inte veta säkert förrän vi ser vad som händer med frekvensen av beteendet som det följer. Att

skrika åt en skrikande fågel är ett bra exempel på en konsekvens som *avses* vara en bestraffning. Men eftersom det hos många fåglar leder till ett ökat skrikande kan vi sluta oss till att det för dem är en mycket effektiv belöning.

Detta för oss till den andra punkten som behöver klargöras: bestraffning är inte en enda strategi utan en samling av strategier som finns i en sammanhängande enhet från mycket milda till höggradigt aversiva (skadlig, tvingande – övers.anm) strategier. Med vår definition av bestraffning som en beteendereducerande teknik, är det viktigt att förstå graden av denna sammanhängande grupp eftersom det finns en del strategier i den mycket milda delen som vi på vissa villkor kan rekommendera med vissa fåglar eller vissa beteenden.

Strategier för att minska beteende

En lindrig form av bestraffning är att *ta tillbaka eller avlägsna något önskat*, som t ex vår hand eller vår axel att sitta på. Många människor har med framgång minskat sina fåglars småbitande med denna strategi, inklusive naggande på armbandsklockan, bitande i örhängen och tuggande på skjortknappar. Varje gång fågeln utövar sådana beteenden sätts den genast lugnt och försiktigt ner några få sekunder, därefter erbjuder man den glatt en ny möjlighet att sitta på handen. Med bara några få repetitioner lär sig de flesta fåglar sambandet mellan det oönskade beteendet och att bli avlägsnad från ägaren, och de väljer då att stanna kvar på dina villkor. Ingen ilska, frustration eller hårdhänt hantering behövs; bara omedelbarhet, avlägsnande och den följande möjlighet att göra rätt.

Att avlägsna en fågel från handen för småbitande är också ett bra exempel på hur effektiviteten i en viss strategi varierar från individ till individ. Vissa fåglar vill inte bli hanterade. För dem skulle konsekvensen att bli nedsatt vara förstärkande vilket visar sig i deras fortsatta eller ökande naggande.

Ett annat exempel på lindrig bestraffning är att *ignorera* ett visst beteende, innebärande att *inte ge uppmärksamhet åt ett beteende som tidigare har fått uppmärksamhet*. Ignorera är inte så lätt som det låter, men är mycket effektivt när det paras med det önskade beteendet och utförs väl. Här följer det kritiska vetenskapliga faktum om ignorering som du måste känna till: första reaktionen hos de flesta fåglar då de blir ignorerade är att *öka* frekvensen eller intensiteten på det negativa beteendet. Om dina nerver nöts slut och du slutar ignorera under denna förutsägbara men tillfälliga krevad av beteende, så förstärker du beteendet vid denna nya högre frekvens eller intensitet! Alternativt, om du bifortsätter att ståndaktigt ignorera och inte ger upp, så kommer beteendet så småningom att minska.

Att ignorera problembeteenden är bara effektivt för de beteenden som bibehålls av vår uppmärksamhet och för de beteenden som kan *komplett och totalt* ignoreras. Vissa beteenden kan inte eller ska inte ignoreras. Bitande är ett exempel på ett sådant. Även om det ofta rekommenderas att man för att minska bitande bara ska bita ihop och ignorera det, så är detta inte en praktisk strategi. Att minimera ens reaktioner är visserligen en bra idé men det är nära nog omöjligt att bibehålla en statyliknande fattning när man blir nypt av den tångliknande näbben hos en normal papegoja. Det är även troligt att många fåglar upplever sinnesförmimmelser förenade med bitandet förstärkande, helt bortsett från din egen reaktion. I själva verket är det enda pålitliga

sättet att lära en papegoja att inte bita, att inte ge honom tillfälle att göra det från början. Självklart ska likaså självskadande eller andra farliga beteenden hanteras med andra strategier än ignorering.

Då du använder lindrig bestraffning ska du förvissa dig om att kvoten mellan positiv interaktion och negativ interaktion är hög. I en miljö rik på beröm och uppmärksamhet kan lindriga bestraffande metoder, som t ex ignorering, vara effektivt utan synbara negativa bieffekter. Inte desto mindre, alla är inte bra på att ignorera eller kan ignorera alla slags beteenden. Och vissa människor finner det alltför svårt att använda strategin med avlägsnande/undandragande med absolut konsekvens. Känn dina egna begränsningar och välj din undervisningsstrategi därefter för att tillförsäkra dig om framgång.

I andra änden av bestraffningsskalan finns *tillförande av aversiva konsekvenser*. Olyckligtvis är listan med exempel på denna form av bestraffning lång och alltför välbekant. Aversiv bestraffning inkluderar konsekvenser som att skaka på händerna för att få fågeln i obalans, att spruta vatten på fågeln från en sprayflaska, att kasta saker mot fågeln eller hans bur, att tappa ner fågeln på golvet, att stänga in fågeln i en garderob, att täcka över fågeln för långa perioder under icke-sovtid, att knuffa fågeln av pinnen, att tvinga en fågel att snabbt och upprepat stiga från ena handen till den andra, att blåsa fågeln i ansiktet, att skrika, slå och plocka ut fjädrar.

Vissa människor argumenterar för användningen av aversiva bestraffningar på basis av deras effektivitet. Allvarliga problem kommer dock sannolikt att uppstå efter användningen av aversiva strategier även vid fall av kortvarig framgång. Av skäl som förklaras nedan ska *ingen* form av bestraffning som inkluderar tillförande av aversiva konsekvenser användas mot sällskapspapegojer någonsin ... aldrig. Det är inte bara onödigt utan även skadligt. Om du bara ska lära dig en sak om bestraffning vid undervisning av din papegoja, låt det bli detta.

Problem med lindrig bestraffning

Användningen av till och med lindriga former av bestraffning kräver noggrann eftertanke och genomtänkt planering. Först och främst, du ska betänka *naturen* av det beteende du hoppas lära din fågel att uppvisa mindre ofta. Det är inte realistiskt att försöka eliminera naturliga beteenden som t ex den ökända hälsningsceremonin från en kakadua i gryningen, de frustrerande maratonlånga matkastningsövningarna, eller den omvandling till hungrig haj som den annars rara fågeln uppvisar när du vågar sätta in handen i buren. Med en aning uppfinningsrikedom vilar ansvaret för att hantera frustrerande eller irriterande naturliga beteenden på människans axlar. Kanske du kan ta en dusch medan din fågel välkomnar den nya dagen; speciella foderkoppar och burskynten kan vara en god hjälp för att reducera röran som orsakas av naturligt matkastande; och befjädrade hajar kan fredligt avlägsnas från sina burar på sittpinnar och återbördas till sitt vanliga änglalika jag när de väl är utanför sin bur.

För det andra, tänk noggrant igenom den troliga orsaken till problembeteendet. Mycket ofta är beteendet som driver dig till vansinne ett legitimt uttryck för behov som inte har mötts. När det händer så är den riktiga strategin att möta fågelns behov snarare än att behandla kommunikationen som ett problembeteende. Till exempel så brukar fåglar i typiska fall inte skrika oupphörligt när de är välnärda, har en

väl fungerande bur, får gott om tid att tillbringa utanför burarna, får lära sig att leka självständigt, samt erbjuds daglig fokuserad tid med familjemedlemmarna.

Slutligen, tänk igenom *hur man ska förändra beteendet*. Om det finns en alternativ positiv strategi i stället för även lindrig bestraffning (och enligt vår uppfattning finns det oftast detta), använd den. Positiva undervisningsstrategier har alla slags positiva efterdyningar och inga av de skadliga effekterna från bestraffning. Positiva efterdyningar för din fågel inkluderar tillfället att lära sig göra något mer, inte mindre, att lära in nya beteenden i stället för att lära bort gamla, att leva i en miljö fylld med beröm, och att få vetskapen om att bara goda saker händer i närvaron av människor. Det finns många mycket effektiva alternativ till bestraffning. Att lära ut acceptabla ersättningsbeteenden eller lära ut beteenden som är oförenliga med det negativa beteendet är två exempel på metoder väl värda att studera.

I korthet föreslår vi att du svarar på följande tre frågor innan du använder lindrig bestraffning med din papegoja: 1) är det orealistiskt eller olämpligt att förvänta sig att en fågel slutar bete sig på det här sättet? 2) är det negativa beteendet ett resultat av behov som inte möts? 3) finns det en positiv undervisningsstrategi som kan användas i stället för bestraffning? Om svaret på någon av dessa frågor är ja ska du leta efter sätt att förändra dina förväntningar, möta din fågels behov och/eller använda en positiv undervisningsstrategi för att hjälpa dig och din fågel att bli de bästa möjliga kompanjoner på lång sikt.

Oacceptabla bieffekter med aversiv bestraffning

Forskning om effekterna av aversiv bestraffning är inte ny, och den har inte heller varit sparsam. Tvärtom, denna forskning spänner över många decennier och har upprepats med många olika djurarter, inklusive människor. Även om det finns en viss variation i sättet som forskarna beskriver sina resultat på, är det ett faktum att det finns ett mönster av negativa reaktioner eller "bieffekter" som kontinuerligt observeras hos många individer som har bestraffats med aversiva konsekvenser.

Den första förutsägbara bieffekten är *en bibehållen ansträngning att fly från den bestraffande situationen*. Om flykt blockeras, som med våra burlevande och vingklippta sällskapspapegojor, kan djuret: 1) dra sig undan fortsatta interaktioner, 2) trycka ner sin reaktion, 3) eskalera eller möta aggressionen, och/eller 4) övergeneraliserad rädsla, ofta till fobinivå.

För de flesta av oss är dessa bieffekter hos våra älskade papegojor plågsamma att läsa om och ännu mer att observera. Tråkigt nog har många av oss känt eller hört talas om fåglar som dragit sig tillbaka genom att vägra att komma ut ur sin bur. Dessa stackars själar hukar sig dystert i ett burhörn timme efter timme. Andra fåglar kan upphöra att reagera på den mest basala aktiviteten. De kan vägra kliva upp på handen eller till och med sluta äta. Det är inte ovanligt att höra talas om fåglar som attackerar sina ägare, eller blir rädda för människor och saker som aldrig har orsakat dem någon direkt skada.

Baserat på dessa vetenskapliga fakta, så finns det inget berättigande för användningen av aversiv bestraffning med våra fåglar. Det finns ingen långsiktig nytta, och kostnaden är dyrbar. Ironiskt nog så är det de *kortvariga* effekterna av bestraffning

som gör att så många av oss använder det. Varje gång ett djur svarar på bestraffning med att göra något mindre ofta, blir personen som utdelade bestraffningen belönad. Till exempel, om din papegoja slutar att tugga på fönsterkarmen när du kastar en sko på honom, är chansen stor att du kommer att kasta skor oftare. Detta utgör ett påtagligt hinder för oss att minska vår användning av bestraffning för att påverka beteende, och är förtjänt av att vi studerar oss själva noga.

Hängivenheten att förändra

Vad vi än kallar oss själva gentemot våra papegojor, det må vara djurägare, vårdare, förälder eller förmyndare, så är vi alla lärare i dess mest grundläggande betydelse. Varje ögonblick vi tillbringar med våra fåglar är ett ögonblick som lär dem något om att leva med människor. I den eviga rollen som lärare bör vi låna läkarens ledande princip: först och främst gör ingen skada. Vi har lärt oss från år av erfarenhetsmässigt studerande av över hundra vetenskapliga experiment att det är ett faktum att *aversiv bestraffning orsakar skada*. Vi har även lärt oss att även lindriga former av bestraffning ska användas försiktigt och med kunnighet.

Varje fågels individuella karaktär, ålder, art och bakgrund ger ytterligare en dimension till svårigheterna att välja den bästa strategin för våra papegojor. Vissa fåglar - de som har självförtroende, är djärva och förtroendefulla - kan tåla vissa bestraffningstekniker. Med andra ord, vi kan komma undan med sämre undervisningsstrategier med några fåglar under några omständigheter, som vore skadliga för andra. Men erfarenheten har visat att mycket unga fåglar, fåglar som bytt hem, och fåglar med pågående medicinska och/eller beteendeproblem är speciellt känsliga för de skadliga effekter som är förenade med bestraffning.

Det kommer alltid att finnas många okända fakta om beteenden och det kommer alltid att finnas viktiga variabler som är utanför vår kontroll. Beteende är alltför komplicerat för enkla kokboksrecept för att hantera våra fåglar, där vi slår upp ett problembeteende i en innehållsförteckning och följer receptet. Varje situation är unik och kräver noggrann analys och noga genomtänkande. Att underlätta välanpassade, självständiga sällskapspapegojor med gott självförtroende genom användningen av positiva undervisningsstrategier är mer än bara en hängivenhet att lära sig nya strategier; det är också en hängivenhet till att förändra vårt arv. Tiden för den förändringen är nu.