

Behavior Adjustment Training® Тренировка адаптивного поведения

Прим. переводчика: буквально BAT переводится как “обучение собаки адаптивному поведению” или “способам урегулирования конфликтного поведения”. Здесь и далее для краткости и с целью сохранить фирменный стиль оформления мы будем использовать английскую аббревиатуру BAT (читается как “Бэт”).

BAT® помогает животным приобретать уверенность в себе и тренировать навыки социализации.¹ BAT - подход, опирающийся на естественные, характерные для животного, особенности поведения, способный обеспечить эмоционально-безопасное общение при минимальном воздействии на животное. Особенно полезным BAT может оказаться, когда причиной настороженности, агрессии или страха со стороны собаки становятся живые объекты окружающей среды. Например, метод хорошо работает с собаками, лающими или кусающими других собак или людей.

- BAT обучает животное максимально контролировать окружающую среду, в том числе управлять ею с целью достижения максимального чувства безопасности или воздействовать на другие значимые события в жизни животного.
- BAT позволяет создать атмосферу безопасности, в которой животные могут общаться и взаимодействовать с триггерами (факторами окружающей среды (лай, агрессия, т.д.), запускающими нежелательное поведение) социально-приемлемым и естественным для них образом.

В чем упражняться

- **Подход на подзыв**²
- Навыки хождения на поводке по методу BAT (см. методичку) – тренируйтесь гулять, меняя направление, в отсутствие триггера
- **Срежессированные занятия по методу BAT**
- “Искусство выживания” в реальной жизни, узких и замкнутых пространствах, включая “Отметьте и отойдите в сторону” (см. методичку)



Искусственно срежессированные и заранее подготовленные сессии - это репетиция перед выходом в реальную жизнь: Наиболее важные сдвиги в отношении вашей собаки к ситуации будут происходить тогда, когда вы заранее срежиссируете обучающие занятия: это поставленные и заранее построенные репетиции для того, чтобы собака

¹ BAT применяется не только с собаками, но и с другими животными, включая лошадей.

² Чтобы выработать по-настоящему надежный подход на подзыв, следуйте советам в главе “Экстренный подзыв” в Официальном руководстве от Ahimsa Dog Training). В данном случае также отлично работает кликер.

могла потренироваться нормальному поведению в комфортной для нее обстановке. По сути, срежессированные занятия представляют собой практические упражнения с участием “помощников” - собак или людей, которые в обычной ситуации стали бы триггерами нежелательного поведения, - *которые находятся на достаточном расстоянии, чтобы ваша собака не обращала на них слишком большого внимания.* Идеально срежессированное занятие похоже на короткие прогулки с целью сделать дела, когда вы просто следуете за собакой, пока она ищет подходящее место, чтобы присесть. **Если вы хотите научить свою собаку быть спокойной в реальной жизни, используйте срежессированные занятия, чтобы дать ей возможность потренироваться, как оставаться спокойной!**

Срежессированные занятия позволяют вашей собаке ощущать максимальный контроль над окружающей средой, но в условиях полной безопасности и контроля со стороны хозяина. Это похоже на береговую охрану на пляже: хорошие сотрудники не мешают людям веселиться и не вмешиваются в их дела, но быстро реагируют в случаях, когда нужно установить границы дозволенного или спасти кого-то из пловцов. Такой работник воздействует на ситуацию ровно в том минимальном объеме, который требуется, чтобы прервать небезопасные действия, но не более того.

ВАТ позволяет собакам исследовать окружающую среду. Вмешивайтесь, если - и только если! - это действительно необходимо. Внимательно наблюдайте, чтобы не пропустить признаки стресса: важно создавать и поддерживать безопасные условия среды для собаки. Если уровень стресса растет и превосходит интерес и любопытство, предложите собаке продолжить упражнение, применив при этом наименее сильное из наиболее эффективных воздействий с учетом текущей ситуации.

Помощники. Правильная рабочая дистанция между вами и помощником поначалу может достигать противоположного конца улицы, длины футбольного поля или даже более. Хороший практический способ определить эту дистанцию следующий. Прикиньте дистанцию, на которой собака обычно начинает лаять и отойдите на расстояние трех таких дистанций от раздражителя. Или, что даже лучше, возьмите за основу расстояние, на котором собака НЕ будет лаять на помощника, а также будет с легкостью работать за лакомство и увеличьте его вдвое. Помощнику позволено вести себя настолько естественно, насколько это возможно в реальной жизни, в то время как собака может взаимодействовать с ним (но на корректной дистанции). Если в роли помощника выступает другая собака, то имейте ввиду, что движение снижает стресс (для обоих животных). На определенном этапе, если будет необходимо, вам может понадобиться собака-помощник, которая может работать за лакомство.

Что делать. *Ваша собака должна прогуливаться вокруг, как это бывает обычно, обнюхивать что-то, поглядывать туда-сюда, время от времени бросая взгляд на помощника.* Следуйте за собакой туда и сюда (на провисшем поводке), но будьте готовы замедлиться и остановиться, или даже отозвать собаку назад, если она чрезмерно сосредоточится на помощнике. Вы можете посматривать на помощника время от времени и чуть-чуть подвигаться в его сторону, чтобы подтолкнуть собаку исследовать

пространство в направлении помощника, но *большую часть движений в сторону помощника должна инициировать сама собака*. Для ВАТ мы используем длинный поводок, чтобы помочь собаке почувствовать себя свободно, но в то же время иметь возможность контролировать происходящее и обеспечивать ее безопасность. См. методичку по “Искусству вождения на поводке” для дополнительной информации и советов по безопасному и эффективному вождению на поводке. Необходимые навыки для вождения на поводке довольно просты и сделают прогулку с собакой более интересной.

Представьте, что уровень стресса вашей собаки похож на прибор на пляже.

Представим также, что сегодня в воду заходить опасно из-за сильного течения и акул. Береговая охрана разрешает людям оставаться на пляже, но предотвращает все попытки зайти в воду. Ваша собака может бродить по “пляжу” (т.е. без особого интереса по отношению к помощнику), и даже время от времени приближаться к “линии прибора” (выказывать интерес к помощнику вдали). Мы хотим вызвать у собаки любопытство по отношению к помощнику, вместо того, чтобы она демонстрировала страх, чрезмерную настороженность или агрессию.

Управляйте дистанцией и тем, что делает помощник, чтобы поддерживать низкий уровень стресса у вашей собаки. Если вам это удастся в достаточной мере, питомец научится держаться “в стороне воды”. Вы же можете просто не мешать животному. Такое постепенное предъявление стимулов и поддержка, обеспечивающая чувство безопасности у собаки, позволяет питомцу осознать, что помощник - не угроза (а может, даже означает что-то веселое и интересное), и что собака может исследовать окружающую среду в комфортном для нее темпе, а также в любой момент уйти в сторону (избежать прямого столкновения). В случае, когда собака привыкла или ей необходимо поддерживать с вами вербальный контакт, чтобы понять смысл происходящего и удерживать стресс на низком уровне, говорите с ней спокойно. Погладьте немного, когда она изучает помощника.



Если вы видите, что собака всегда идет прямо к помощнику, подумайте об этом, как о целенаправленной попытке пересечь “линию прибора”. Замедлите собаку вплоть до полной остановки на “линии прибора”, давая ей возможность успокоиться, собрать информацию (поисследовать объект) и решить, чего теперь она хочет предпринять. Когда ваша собака полностью остановится, расслабьте поводок, так чтобы провисший между вами и собакой поводок принял форму буквы U или форму “улыбки”³. Это позволит ей принять решение о дальнейших действиях без дополнительного напряжения в связи с натяжением поводка.

Когда ваша собака перестала рассматривать помощника, она *отвлечется (переключит внимание)*, то есть отвернется, перестанет сосредотачивать внимание на помощнике и т.д. Наиболее частое поведение в данном случае - это поворот головы в сторону и перенос веса тела. Можете похвалить (по желанию) и следуйте за собакой на провисшем поводке

³ См. “Искусство хождения на поводке”. Благодарим Claire Goyer, CBATI за визуализацию “поводка-улыбки”.

в направлении ее движения, за исключением случаев, когда собака движется прямо на помощника. Если ваша собака снова начинает двигаться по направлению к помощнику, значит, она слишком сосредоточена на нем и нуждается в помощи “береговой охраны”, так что отзовите ее назад и попробуйте снова на бОльшей дистанции.

Вот что значит правильно провести упражнение по методу ВАТ! Все остальное относится лишь к тому, как поступать в непредвиденных, незапланированных ситуациях реальной жизни. **Смотрите методичку “Работа над ошибками в ходе срежессированных занятий по методу ВАТ” или поработайте с инструктором, который знаком с ВАТ 2.0, прежде чем пробовать проводить срежессированную сессию ВАТ самостоятельно.**

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ВАТ

Собака проявляет ЛЮБОпытство по отношению к триггеру

Собака движется прямо по направлению к триггеру

Собака:

- тело расслаблено
- губы и уши расслаблены
- не проявляет поведения избегания по отношению к триггеру
- нюхает землю
- бросает короткие взгляды
- легко отходит
- двигается, изучая пространство

**Идеально**

Следуйте за собакой. Направлять ее движение не нужно

Собака:

- изучает, исследует
- идет по дуге в сторону триггера
- уши подняты
- смотрит прямо на триггер
- нюхает воздух
- легко отвлекается

**Все ОК**

...и сделайте медленную остановку возле "линии прибоя". Ждите, когда собака отвлекутся

Собака:

- уровень возбуждения средний, но постепенно уменьшается
- сосредоточена на триггере (интерес повышен)
- отвлекается без помощи со стороны, но в течение более, чем 2х секунд

**Подскажите**

Перенесите собственный вес. Спросите: "Все?" после того, как собака отвлеклась. Помогите собаке вернуться на "линию берега"

Собака:

- не способна отвлечься
- напряженные морда и тело
- хвост напряжен и поднят вверх
- рот закрыт
- дышит чаще
- как может, избегает объект-триггер
- отказывается от лакомства

**Отзывайте**

Подзовите, перейдите на "область пляжа подальше от воды" и угостите

Собака:

- чрезмерное возбуждение
- признаки реактивности состояния

**Отходите**

Отзовите и угостите. Если нужно, чуть надавите на поводок или явно потяните, чтобы вернуться в зону безопасности

© 2014 Grisha Stewart, EmpoweredAnimals.com, все права защищены.

Совет: запишите ваше занятие на видео! Просмотрите все видеозаписи с вашим инструктором на предмет того, над чем еще стоит поработать. Например, над необходимостью более быстро останавливаться. Может, время от времени вы натягиваете поводок? Останавливаете собаку слишком быстро, слишком сильно подергивая поводок? Задерживаете дыхание? Подумайте об этих примерах, как о "времени прилива" в том смысле, что вам нужно отойти на большее расстояние, чтобы собака могла справиться с ситуацией.

Новые привычки: Чтобы убедить мозг собаки в соответствии срежессированных занятий "реальной жизни", проводите эти срежессированные занятия в разных местах с разными помощниками. Пусть это происходит в городе или в любых местах, где собака может столкнуться с триггером в будущем. Также занимайтесь, когда у вас есть лакомства или когда их нет; когда вы говорите с кем-то на улице; а также при разном положении инструктора относительно вас и собаки. Практика в условиях как можно более разных "контекстов" (при разном сочетании

всевозможных факторов внешней среды) поможет предотвратить возобновление проблемного поведения.

Помогайте вашей собаке оставаться спокойной по время обычных прогулок, это обеспечит бОльшую эффективность срежессированных занятий с помощью ВАТ. Срежессированные занятия могут поначалу казаться медленными, но каждая такая сессия будет способствовать постепенному уменьшению дистанции или времени, в течение которого собака может спокойно приблизиться к триггеру, даже при условии смены помощника. В какой-то момент вы и вовсе заметите, что вашей собаке больше не нужны срежессированные занятия. Проведение занятий по методу ВАТ с правильной скоростью в более отдаленной перспективе окупается в контексте безопасности и удовольствия от прогулок. Будучи внимательными и делая все без спешки, вы вскоре выработаете надежный способ общения с вашим питомцем.

Памятки:

- 1. Движение напрямую к триггеру не является единственным признаком того, что собака находится “на линии прибой”, хотя это происходит чаще всего. Примером другого такого сигнала служит поведение полного избегания.**
- 2. Вы можете использовать упражнение “Отметьте и отойдите в сторону” вместо команды позыва с целью отвлечь собаку (см. методичку по “Искусству выживания”).**

СХЕМА РАБОТЫ С ВАТ 2.0

