

Behaviorálna terapia porúch správania

Modifikácia správania je dlhodobý proces, veľmi náročný na ochotu majiteľa spolupracovať, na jeho čas, cit a schopnosti.

a) **Habitúácia (habituation)** – základná forma učenia, ktorá nezahŕňa žiadnu odmenu. Je to iba ukončenie, alebo zníženie úrovne odpovedí na podnet, ktoré sú výsledkom opakovaného, alebo prolongovaného vystavenia tomuto podnetu, pričom podnet môže byť pozitívny, neutrálny, alebo negatívny. Habitúácia sa často používa na desenzibilizáciu – odvykanie od nadmerného strachu alebo precitlivenosti na určité stimuly. Príkladom môže byť nežiaduce štekание psa pri každom zazvonení domového zvončeka - desenzibilizácia spočíva v tom, že majiteľ a rodinní príslušníci zvonia opakovane na zvonček tak dlho, kým pes neprestane reagovať štekaním.

b) **Dishabitúácia (dishabituation)** – na obnovenie habituovanej odpovede.

c) **Podmieňovanie (conditioning)** - je vzťah medzi špecifickým podnetom a odpoveďou (napr. usadenie psa na povel "sadni"). Klasické podmieňovanie vytvára tieto asociácie bez použitia odmeny na rozdiel od tzv. inštrumentálneho podmieňovania. **Inštrumentálne (operačné) podmieňovanie** je najúčinnnejšie, pokiaľ okamžite po žiaducej reakcii (0,5 s) príde tzv. pozitívne spevnenie - najlepšie pamlsok, neskôr stačí pochvala. Odložené alebo len občasné spevnenie je vhodné v neskoršej fáze pre udržanie žiadanej odpovede. Čím častejšie je zviera odmenené, tým rýchlejšie a spoľahlivejšie vykazuje žiaducu reakciu.

Najefektívnejšia je odmena, ktorú pes nikdy inokedy nedostane (napr. syr kúsok surového mäsa; piškóta je oveľa efektívnejšia ako obyčajné psie granule).

d) **Posilnenie (upevňovanie) (reinforcement)** je proces, ktorý má za následok stimul alebo udalosť, ktorá zvyšuje pravdepodobnosť, že určité správanie bude v budúcnosti prevedené.

1. **Pozitívne posilnenie** je stimul alebo udalosť, ktorá sa objaví po odpovedi a vedie k zdokonaleniu tejto odpovede v budúcnosti (pamlsok).
2. **Negatívne posilnenie** je averzívna udalosť alebo stimul, ktorý vedie k úniku alebo vyhnutiu sa pôvodnej odpovedi.

Trest znamená použitie nepríjemného alebo negatívneho podnetu tak, aby prišiel v okamžiku nežiaducej činnosti zvieraťa alebo bezprostredne po nej (do 1s). Používa sa ako pokus o zníženie frekvencie týchto činností. Dôležité je uvedomiť si (a presvedčiť majiteľa), že je nutné trestať nežiaduce správanie a nie samotné zviera

TYPY POSILNENIA

Odmena

- Potrava
- Dotyk
- Pochvala
- Hra
- Pozornosť
- Žuvanie alebo poskytnutie špeciálnej žuvacej hračky
- Odstránenie nepohodlia

Trest

- Fyzická bolesť
- Zastráňovanie
- Strach
- Zrušenie objektu, odstránenie objektu, alebo pozornosti

Kritické faktory pri treste

- Čas – správanie ako proces
- Zásadovosť – opatrnosť alebo vyhýbanie sa
- Primeranosť intenzity – sledovať behaviorálnu odpoveď
- Podmieňovanie trestu –

e) **Kontrapodmieňovanie (counterconditioning)** je spôsob náhrady nežiaduceho správania žiaducou odpoveďou (žiaducim správaním) na určitý podnet. Najlepšie sa spája s desenzitizáciou. Často sa používa k odnaučeniu psa od strachu alebo excesívnej senzitivity.

f) **Generalizácia podnetov a odpovedí (stimulus and response generalization)** je stav, keď klasickú podmienenú odpoveď vyvolá nielen udalosť, ktorá ju vyvolala pôvodne, ale aj podobná udalosť alebo podnet. (Najznámejší prípad generalizácie odpovede na podobný podnet je reakcia psov na ľudí v uniforme.)

g) **Extinkcia (vyhasnutie) (extinction)** znamená vymiznutie typu správania, ku ktorému dôjde, keď sa zastaví odmeňovanie. Klasický prípad je pes, ktorý skáče na ľudí, aby upútal pozornosť. Keď ho ľudia pohladia, jeho správanie pokračuje, pokiaľ ho ignorujú pes prestane. Rovnaký príklad je typický aj pre rezistenciu extinkcie - každá forma občasného odmenenia (príležitostné pohladenie psa ako reakcia na jeho skákanie) vyvolá pokračovacie reakcie.

h) **Opakovanie (overlearning)** je často krát precvičované upevňovanie práve naučenej reakcie. Často sa využíva pri výcviku psov. Zvyšuje rezistenciu voči extinkcii (vyhasnutiu) a zvyšuje pravdepodobnosť, že sa reakcia stane automatickou alebo reakciou prvej voľby, pokiaľ budú okolnosti podobné.

i) **Formovanie (shaping)** je technika fungujúca dobre u zvierat, ktoré ešte nevedia ako má vyzerat' správna odpoveď. Spočíva v postupnom približovaní správnej odpovede a dovoľuje zviera odmeniť za každú odpoveď, ktorá sa podobá žiadanej reakcii.

j) **Situačná adaptácia (flooding)** je prolongovaná expozícia na úrovni, ktorá provokuje reakciu, takže zviera po určitej dobe otupie a prestane vykazovať obvyklú reakciu. Táto metóda je oveľa viac stresujúca, než ostatné terapeutické stratégie. Obyčajne je flooding posledným terapeutickým opatrením. Môže pri nesprávnom použití zviera poškodiť (napr. zavretie do malého priestoru, sústavné hlasné prehrávanie zvuku zvončeka, a pod.).