

Fare il punto sulla punizione

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

Pubblicato su Original Flying Machine, Issue 4: Jan/Feb 2001

Al giorno d'oggi, il tema della punizione e' diventato un campo minato pieno di buone intenzioni e confusione generale. E questa e' la notizia buona. Detesteremmo il ritornare ad un tempo in cui l'uso della punizione era scontato, ed era la più comune, se non l'unica strategia per modificare comportamenti non desiderati. Una larga parte della confusione attuale e' il risultato del perenne divario presente tra la ricerca e la pratica. In ogni caso, gli effetti negativi di qualche forma di punizione sono stati studiati scientificamente e sono ben documentati. Questi studi rivelano stringenti informazioni sugli effetti collaterali dovuti all'uso della punizione, informazioni di cui nessun proprietario di pappagalli dovrebbe farne a meno.

Un altro problema e' che il punire e' ciò che molti di noi fanno meglio... o almeno subito. E' il nostro sistema di apprendimento, tramandato da generazione in generazione. Siamo virtualmente circondati da strategie punitive utilizzate per influenzare il nostro comportamento. Dal ritardo nella consegna dei libri della biblioteca ai cani senza licenze; multe, penali e sgridate ci ruotano intorno come foglie in una tempesta. Per molti di noi, rinunciare alla punizione come strumento primario con cui influenzare comportamenti negativi e' come essere lasciati senza strumenti del tutto. Con questo articolo, speriamo di ridurre il divario tra la ricerca e la pratica della punizione applicata ai pappagalli, e fornire le informazioni più rilevanti necessarie a dare una base alle vostre scelte sulle strategie di insegnamento, basandole sui fatti più che sull'eredita' culturale.

Una definizione funzionale.

Si ripete spesso che i pappagalli non reagiscono alle punizioni. Questo fraintendimento e' il risultato di un uso del termine troppo libero, in modi che descrivono lo stato irritato di chi punisce, piuttosto che il vero e proprio risultato sul comportamento del pappagallo. E' vero che i pappagalli non rispondono alla rabbia, o rappresaglie. Sebbene queste conseguenze negative possono essere punitive per molti di noi, i nostri pet non comprenderanno questi meccanismi interpersonali complessi propri dell'uomo. Una definizione chiara e funzionale di punizione e' necessaria per correggere comuni fraintendimenti, e permetterci di misurare l'efficacia delle nostre strategie di insegnamento. Da questa prospettiva, la scienza offre una definizione più utile rispetto a quella di Webster: semplicemente e precisamente, la punizione e' una conseguenza che arriva dopo un comportamento, e viene usata per ridurre la frequenza o l'intensità con cui quel comportamento si manifesta.

Ci sono due punti veramente importanti in questa definizione: per cominciare, la riuscita effettiva di ogni particolare punizione e' una faccenda altamente individuale. La prova di questa riuscita sta nel comportamento che ne deriva. Una conseguenza che viene considerata punitiva da un soggetto (cioè, riduce il comportamento) può invece essere un rinforzo (cioè, mantiene o incrementa un comportamento) per un individuo diverso.

Quindi, possiamo costruire un pensiero informato su cosa può essere effettivamente una punizione, ma non possiamo saperlo con certezza fino a che non vediamo cosa succede alla frequenza del comportamento che segue. Gridare a un pappagallo che urla e' un buon esempio di una conseguenza che si intende come punizione, ma che, come evidenziato dall'aumentare delle urla di molti pappagalli, e' più spesso un concreto premio.

Questo ci porta al secondo punto che ha bisogno di chiarimenti. La punizione non e' una strategia singola, ma una collezione di strategie che esiste in un continuum, a partire da un molto blando ad un veramente forte approccio avverso. Considerata la nostra definizione di punizione come di una tecnica riduci-comportamento, e' importante comprendere la natura di questo continuum, poiché ci sono strategie sul lato molto blando che possono essere, sotto condizioni, raccomandate con alcuni soggetti o per certi comportamenti.

Strategie per ridurre i comportamenti

Una blanda forma di punizione e' *ritirare o togliere qualcosa di desiderabile* (ad esempio, non dare la possibilità di stare sulla mano o sulla spalla). Molte persone hanno ridotto con successo i comportamenti mordaci dei loro pappagalli, incluso il mordicchiare gli orologi, sgranocchiare orecchini e spaccare i bottoni della camicia. Ogni volta e tutte le volte che il pappagallo si impegna in questi comportamenti, immediatamente ma con calma e gentilezza ponetelo giù giusto per qualche secondo, quindi offritegli con entusiasmo un'altra opportunità di salire sulla vostra mano. Con soltanto pochi tentativi ripetuti, la maggior parte dei pappagalli crea la connessione tra il comportamento offensivo e l'essere messo giù, e sceglie di attenersi alle vostre regole. Non c'e' bisogno di rabbia, frustrazione o maneggiamenti bruschi; soltanto immediatezza, rimozione, e una conseguente opportunità di comportarsi bene.

Togliere un pappagallo dalla vostra mano a causa di un comportamento mordace e' un altro buon esempio di come l'efficacia di una particolare strategia possa variare da soggetto a soggetto. Alcuni pappagalli non vogliono essere maneggiati. Per loro, la conseguenza di essere messi giù sarebbe un rinforzo, come in questi casi viene evidenziato dal continuare o dall'aumentare del comportamento mordace.

Un altro esempio di blanda punizione e' *l'ignorare un particolare comportamento*, intendendo per ignorare il *togliere attenzione ad un comportamento a cui prima si prestava attenzione*. Ignorare non e' facile come sembra, ma e' molto efficace quando viene abbinato al comportamento giusto ed eseguito nel modo corretto. Qui c'e' un punto scientificamente critico a proposito dell'ignorare che e' necessario sapere: la prima reazione che la maggior parte dei pappagalli hanno all'essere ignorati e' di *aumentare* la frequenza o l'intensità del comportamento negativo. Se i vostri nervi non reggono e smettete di ignorare durante questa prevedibile ma temporanea esplosione di comportamento, rinforzerete il comportamento negativo in questa sua nuova, più alta, frequenza o intensità. In alternativa, se si mantengono i nervi saldi nell'ignorare, il comportamento alla fine diminuirà.

Ignorare problemi comportamentali e' l'unica via efficace per quei comportamenti che vengono mantenuti a causa della nostra attenzione, e per quei comportamenti che possono essere *completamente e totalmente* ignorati. Alcuni comportamenti non possono o non dovrebbero essere ignorati. Un esempio calzante e' il beccare. Sebbene venga spesso raccomandato, per ridurre la mordacità, di sopportare e ignorare, questa non e' una strategia pratica. Minimizzare la propria reazione e' certamente una buona idea, ma e' praticamente vicino all'impossibile mantenere l'impassibilità di una pietra mentre si e' pinzati dal becco del pappagallo medio. Inoltre, e' probabile che molti pappagalli trovino la sensazione tattile associata alla beccata un rinforzo di per sé, abbastanza scollegato dalle nostre reazioni. Davvero l'unica via affidabile per insegnare a un pappagallo a non beccare e' non dargli fin dall'inizio l'opportunità di farlo. Naturalmente, comportamenti di tipo autolesionista o in altro modo pericolosi hanno la necessità di essere trattati a loro volta con strategie diverse dall'ignorare.

Quando si utilizzano blande punizioni, bisogna assicurarsi che il rapporto tra interazioni positive e negative sia alto a favore delle positive. In un ambiente ricco di complimenti e attenzioni, metodi blandi per ridurre dei comportamenti, come ignorare, possono essere efficaci senza apparenti effetti collaterali. Tuttavia, non tutti sono bravi ad ignorare, o possono ignorare tutti i tipi di comportamento. Inoltre, alcune persone trovano difficile utilizzare la strategia del rimuovere/ritirare con totale coerenza. Bisogna conoscere i propri limiti e scegliere le strategie di insegnamento che portano al successo.

All'altro capo del continuum della punizione e' il *presentare o fornire una conseguenza avversa*. Sfortunatamente, la lista di esempi di questa forma di punizione e' lunga e troppo familiare. Punizioni avverse comprendono conseguenza come scuotere la mano per togliere l'equilibrio al pappagallo, spruzzare acqua, tirare oggetti all'uccello o alla sua gabbia, depositarlo sul pavimento, chiuderlo in uno sgabuzzino, coprirlo per lunghi periodi fuori da quelli di sonno, buttarlo giù dal trespoli, obbligarlo a passare da una mano all'altra rapidamente e ripetutamente, soffiargli in faccia, gridare, colpire, e tirare le penne.

Alcune persone si interrogano sull'uso delle punizioni avverse sulla base della loro efficacia; comunque, problemi seri possono con molta probabilità presentarsi a causa dell'uso di strategie avverse perfino nei casi di successi a breve termine, o definiti tali in modo restrittivo. Per le ragioni sopra spiegate, *nessuna* forma di punizione che includa il presentarsi di conseguenze avverse dovrebbe essere usata con pappagalli pet, in nessun momento... mai. Non solo non e' necessario, ma e' anche dannoso. se dovete applicare un unico principio a proposito della punizione per insegnare al vostro pappagallo, fate che sia questo.

Problemi con le blande punizioni

L'uso di anche blande forme di punizione porta con sé l'avvertimento di pianificarle con deliberazione e consapevolezza. Innanzitutto, dovrete considerare la *natura* del comportamento che sperate di insegnare al pappagallo di esibire meno spesso. Non e' ragionevole cercare di eliminare comportamenti naturali, come l'infame cerimonia di saluto all'alba dei cacatua, quegli eventi frustranti di maratone di lancio del cibo o la

trasformazione in squali affamati che altrimenti affettuosi pappagalli subiscono quando vi osate mettere le mani nelle loro gabbie. Con un po' di creatività, la responsabilità nel gestire frustranti o irritanti comportamenti naturali può riposare tranquillamente sulle spalle dell'uomo. Forse potete fare la doccia mentre il vostro pappagallo da' il benvenuto al nuovo giorno; ciotole speciali e para-spruzzi per le gabbie riducono notevolmente il disastro causato dal comportamento naturale di gettare il cibo; e squali con le penne possono essere pacificamente rimossi dalle loro gabbie su bastoni-trespole e restituiti al loro stato di angeli con le penne una volta che sono fuori dalle loro gabbie.

Secondariamente, considerate con attenzione la *causa* probabile del problema comportamentale: molto spesso, il comportamento che vi fa impazzire e' la legittima espressione di bisogni non soddisfatti. Quando questo accade, la strategia appropriata e' il venire incontro ai bisogni del pappagallo, piuttosto che trattare la comunicazione come un problema comportamentale. Per esempio, non e' tipico dei pappagalli urlare incessantemente quando sono ben curati, posti in gabbie appropriate, forniti di ampi periodi di tempo fuori dalla gabbia, impegnati in giochi indipendenti e provvisti giornalmente di tempo ben gestito con i membri della famiglia.

Infine, considerate *come cambiare* il comportamento. Se esiste una strategia positiva alternativa alla punizione anche blanda (e nella nostra esperienza il più spesso esiste), usatela. Le strategie di insegnamento positive hanno tutti i tipi di risultati migliorativi e nessuno dei deterrenti delle punizioni. I miglioramenti positivi per i vostri pappagalli includono l'opportunità di imparare a fare qualcosa di più e non di meno, di imparare nuovi comportamenti piuttosto che disimparare i vecchi, di vivere in un ambiente pieno di approvazione, e di aumentare la sicurezza che in presenza degli esseri umani capitano solo cose buone – un requisito per la fiducia. Ci sono molte alternative altamente efficaci alla punizione. Insegnare comportamenti accettabili sostitutivi o insegnare comportamenti che siano incompatibili con comportamenti negativi sono due esempi che valgono ben la pena imparare.

In breve, vi suggeriamo di rispondere alle seguenti tre domande prima di utilizzare una blanda punizione con il vostro pappagallo: 1. e' irragionevole o inappropriato aspettarsi che un pappagallo smetta di comportarsi in questo modo? 2. il comportamento negativo e' il risultato di un bisogno non soddisfatto? 3. esiste una strategia positiva di insegnamento che possa essere usata al posto della punizione? Se la risposta ad una qualunque di queste domande e' sì, cercate un modo per cambiare le vostre aspettative, venire incontro ai bisogni del vostro pappagallo, e/o usare una strategia positiva di insegnamento per permettere a voi e al vostro pappagallo di diventare i migliori compagni possibili per lungo tempo.

Effetti collaterali inaccettabili dati dalle punizioni

La ricerca sugli effetti delle punizioni avverse non e' recente, e nemmeno limitata. Al contrario, questa ricerca si estende su molte decine di anni, ed e' stata replicata con molte specie diverse di animali, esseri umani inclusi. Sebbene ci sia una certa variabilità nel modo in cui i ricercatori descrivono i loro risultati, e' associata l'esistenza di un pattern di

reazioni negative, o “effetti collaterali”, che vengono osservate frequentemente in molti soggetti che siano stati puniti con conseguenze di tipo avverso.

Il primo prevedibile effetto collaterale e' un *sostenuto sforzo a sfuggire la situazione punitiva*. Se la fuga e' bloccata, come nel caso dei nostri pappagalli in gabbia o con le remiganti tagliate, l'animale può 1. ritirarsi da ulteriori interazioni, 2. sopprimere la capacità di risposta, 3. aumentare le aggressioni, e/o 4. presentare una paura generalizzata a tutto, spesso fino al punto della fobia.

Per molti di noi, questi effetti collaterali sono dolorosi da leggere, figuriamoci da osservare, nei nostri pappagalli. Tristemente, molti di noi hanno saputo o sentito di pappagalli che si siano ritirati rifiutando le opportunità di uscire dalle loro gabbie. Queste povere anime si rannicchiano negli angoli delle loro gabbie per ore, alla fine. Altri possono sopprimere la risposta alla maggior parte delle attività di base. Possono rifiutare di salire o perfino smettere di mangiare. E non e' cosa di cui non si sia mai letto, di uccelli che attacchino i loro proprietari o diventino pieni di paura nei confronti di persone o cose che non gli hanno mai causato nessun danno diretto.

Basandosi su queste evidenze scientifiche, non c'e' nessuna giustificazione all'uso di punizioni avverse sui nostri pappagalli. Non ci sono benefici nel lungo termine, e i costi sono terribilmente pesanti. Ironicamente, e' l'effetto nel *breve* termine della punizione che spinge così tanti di noi ad utilizzarla. Ogni volta che un animale risponde alla punizione facendo qualcosa meno spesso, la persona che somministrato la punizione e' per così dire premiata. Per esempio, se il vostro pappagallo smette di masticare le imposte quando gli tirate una scarpa, ci sono buone possibilità che gli tiriate delle scarpe più spesso. Questo rappresenta un grande ostacolo alla riduzione del nostro utilizzo della punizione per influenzare il comportamento, e merita della introspezione.

L'impegno al cambiamento

Qualunque sia il modo in cui ci definiamo in rapporto ai nostri pappagalli, sia esso proprietari di pet, persone che si prendono cura di loro, genitori o guardiani, tutti noi siamo insegnanti nel significato più fondamentale. Tutti i momenti e ogni momento spesi con i nostri pappagalli sono momenti in cui insegnamento loro qualcosa sul vivere con gli umani. Nel ruolo perpetuo di insegnanti, dovremmo prendere a prestito i principi guida del medico: Primo, non fare del male. Abbiamo appreso da anni di studi sperimentali attraverso centinaia di esperimenti scientifici che in effetti punizioni avverse fanno del male. Abbiamo anche appreso che perfino blande forme di punizione dovrebbero essere usate con cautela e cognizione di causa.

La natura individuale, l'età, la specie e la storia di ciascun pappagallo in particolare aggiunge un altro livello di complessità nella scelta della pratica migliore per i nostri pappagalli. Alcuni pappagalli, quelli che sono sicuri di sé, audaci e fiduciosi, riuscire a riaversi dagli effetti negativi di alcune tecniche punitive. In altre parole, a volte la si fa franca, in alcune circostanze, utilizzando con alcuni pappagalli alcune strategie inferiori di insegnamento che potrebbero invece essere deterrenti per altri. In ogni caso, l'esperienza ha mostrato che pappagalli molto giovani, che hanno cambiato casa, e con

presenti problemi di tipo medico e/o comportamentale sono particolarmente vulnerabili agli effetti collaterali associati con le punizioni.

Ci saranno sempre molti aspetti sconosciuti riguardo al comportamento; ci saranno sempre importanti variabili fuori dal nostro controllo. Il comportamento è semplicemente troppo complesso, perché nel fare da mentore per i nostri pappagalli si possa utilizzare un approccio semplicistico, come un libro di cucina in cui troviamo al posto della lista degli ingredienti i problemi comportamentali, e al posto della ricetta ci viene chiesto di seguire dei protocolli comportamentali. Ciascuna situazione è unica, e richiede attente analisi e considerazioni informate. Creare una strada per sviluppare dei pappagalli compagni che siano ben assestati, indipendenti, sicuri di sé attraverso l'utilizzo delle tecniche di insegnamento positivo è più che un semplice impegno ad apprendere nuove strategie; è anche un impegno a cambiare la nostra eredità.

Il tempo per tale cambiamento è adesso.