

---

## Klicker & Godis

### Klicker,

I träningen använder vi en klicker som en "brygga" mellan tidpunkten där vi vill belöna ett önskvärt beteende och när vi kan ge godiset. Klickern hjälper dig att ha bättre tajming, vara på längre avstånd och kunna vara mer exakt i vilket beteende vi vill ha. Hästen lär sig därför mycket snabbare vad det är den får belöning för. Till exempel kan du klicka precis när hästen hoppar ett hinder och ge godis när den stannar längre fram. Det hade varit svårt att ge godis mitt i hoppet istället.

Klickern blir en sekundär förstärkning som följs av en primär förstärkning (klick först, godis sen). Att träna med klicker utlöser dopamin i kroppen och är även därför ett mer effektivt sätt att träna på, jämfört med att bara ge hästen en godis när den gjort rätt. Dopamin är en signalsubstans i hjärnan och är aktiv bland annat vid inläring, sökande och motivation och kallas även för hjärnans belöningsystem.

Att klicka med tungan eller att säga ett ord är tyvärr inte lika effektivt som att klicka med en klicker. Klickern ger ett mycket skarpt, specifik akustiskt signal som inte är ett av de ljud som din häst vanligtvis hör i sin miljö och kan därför lätt urskiljas. Detta ljud behöver inte heller tolkas av frontalloben, din häst behöver då inte att tänka "vad är det" eller "vad betyder det", utan kan direkt uppfatta ljudet och hjärnan aktiverar då hormoner och känslor snabbare.

Trots detta är det användbart att även lära hästen en tung-klick eller ett ord, dels i ridningen och även i andra situationer där du behöver båda dina händer och har svårt att hantera en klicker samtidigt. Vi rekommenderar dock att börja med att lära hästen sekundär förstärkning med en vanlig klicker.

### Tips:

**-Om din häst har haft foderstrupsförstoppning är risken större att den drabbas igen. Speciellt om du använder pellets som förstärkare kan det bli torrt i halsen. För att undvika problem är det bra att erbjuda hästen vatten under träningspasset och välja ett annat godis.**

– Är din häst tjock och får inte äta så mycket godis? Anpassa val av godis och längd på träningspasset efter hur mycket godis du kan ge din häst. Snåla inte!

– Din häst måste vara lugn och tillfreds på platsen för att vara mottaglig för träning. Se till att vara nära andra hästar eller på en plats där hästen trivs i början och jobba sedan successivt med att vara lugn på flera platser och situationer.

– Kom ihåg att ta pauser, speciellt när ni tränar på något nytt!

### Vilken belöning ska jag välja?

Vilken belöning du väljer beror helt på dig och din häst. Ett föl går bra att träna med kli på rumpan, för vuxna hästar är det oftast smidigast att ha någon typ av matbelöning. Det kan vara:

---

morotsbitar, äppelbitar, pellets (high fiber cubes, krafft grov/leisure/fiber, St Hippolyts Equiguard, Agrobs Haycobs, lusernpellets som inte behöver blötläggas – kolla på förpackningen!), lusernhack, hötussar, gräs, primero, knäckebröd, havreringar, slick på slicksten...

Belöningar kan ha olika värden. En morotsbit har för dem flesta hästar ett högre värde än att bli kliad, men det kan också vara tvärtom! När hästen behöver mer motivation, så behöver vi öka värdet av våra belöningar. Du kan byta godis till något mer smakligt eller helt enkelt öka mängden av godisar du ger. När du däremot har en häst som är *för motiverad* så vill vi istället sänka värdet av belöningarna.

### **Ivrig häst:**

Om du har en häst som blir väldigt exalterad när du börjar med en belöningsbaserad träningsmetod som denna så finns det några saker du kan testa och tänka på:

-Se till att din häst inte är hungrig, ge den sin giva hö strax innan träningen

– Använd stora godisar (tex stora bitar morot som är lätta att få tag i), så hästen inte behöver leta i din hand

– Använd godis med längre tuggtid, tex lusernhack, primero eller en morotsbit på en liten tuss hö, eller varför inte testa att belöna med hötussar? (tuggandet gör att hästen slutar leta efter mera mat, och därför blir den lugnare)

-Var noga med att ge hästen sin belöning precis där du vill att hästens huvud ska vara, alltså inte nära din kropp eller vid din godispåse. Det ingår alltid leverans av godiset, hästen ska inte *hämta det* hos dig!

-Börja med att lära din häst att behärska sig och vara lugn, en tydlig struktur i passet som ger förutsägbarhet brukar ge en lugnande effekt. Se *lugn* som förutsättning för att få träna.

Spara Spara