
En ivrig häst

Ivriga hästar

Det finns för och nackdelar med alla träningsmetoder. Nackdelen med tryck och eftergift är att den baseras på känslsystemet RÄDSLÅ då ett tryck är motivatorn bakom hästens beteende och förstärkaren är eftergiften. Likaså finns det en nackdel med belöningsbaserad träning, vilket är att vi kan få ivriga hästar som går upp i frustration, känslsystemet RASERI.

Hästar kan av naturen bli ivriga men också specifikt i den belöningsbaserade träningen då de kan uppleva otydlighet och höga kriterier som negativ bestraffning vilket då kan leda till mer frustration.

Svårigheter kan uppstå:

- När hästen är hungrig och förväntar sig mat
 - När hästen är understimulerad
 - Känslor i konflikt, hästen vill ha godiset men är orolig över annat samtidigt
 - Hästen kan tidigare ha blivit bestraffad när den har varit nära med sin nos och huvud och är nu rädd för att bli slagen när den tar godiset ur handen
 - Människan är stressad/osäker/orolig/glömmer att andas
 - Människan ger godiset för snabbt/ med rädsla eller stress
 - Hästen kan uppleva rädsla när vi ger godis för långt in i transporten (känslor i konflikt, för stort kriteriesteg)
 - Orolig när en annan häst är för nära och den vill vakta sin resurs
 - När vi känner att vi bara matar hästen utan att den gör något tillräckligt bra, att vi inte tycker hästen ska äta så mycket och inte förtjänar godiset, vi tycker den är glupsk
 - När vi känner att hästen "bara vill ha godiset" men inte tycker om oss egentligen
 - För höga kriterier och för höga förväntningar på hästen
 - Att inte dela upp övningen i tillräckligt små steg
 - När vi människor tycker att hästen ska kunna saker och vi vill inte ge godis för något den "redan kan" helt plötsligt
 - För gott godis som hästen vill åt för mycket

Lösningar kan vara:

- Struktur i träningen så som vi föreslår i avsnittet: starta, pausa, avsluta ett pass
- Ha en tydlig signal för när godisträningen är slut
- Gå och låt hästen beta/äta hö som paus
- Hitta ett noll-läge, en plats där hästen är lugn och avslappnad (beta eller äta hö tex)
- Ha hö tillgängligt under träningen som hästen kan varva med
- Se till att hästen inte är hungrig
- Ha en liten rutin så du själv är helt lugn och avslappnad innan du går och hämtar din

häst och börjar träna

- Se till över dina egna tankar så du har en träningsplan och är beredd på att ta emot det din häst vill ge dig just denna dagen
- Våga ha en hög belöningsfrekvens, desto mer vi kan belöna desto lugnare blir hästen
- Utforska vad du belönar med, kli eller hö kan vara en alldeles utmärkt belöning som inte alls skapar samma åtrå och frustration som annat godis.

Att ha lugn och avslappning i våra träningspass är väldigt viktigt för oss. Vi prioriterar detta över andra mål, om vi inte har en lugn och stabil häst så kommer vi inte att fortsätta träna på andra saker förens detta är löst. Så om du har en ivrig häst, utforska vad det är ni behöver för att hitta mer lugn i den belöningsbaserade träningen och fundera på om detta kanske speglar något annat i ditt liv? Det är lätt att börja leta fel i hästen eller i den nya träningsmetoden, när det kanske är något vår häst vill säga oss - om oss.

Det har i efterhand också visar sig att Joannas Mero har PSSM typ 2, en genetisk muskelsjukdom som påverkat honom sen han var 6 år som orsakat smärta och obehag i hans kropp som uttryckt sig på olika vis. För att aktivera honom på ett säkert och trevligt sätt för oss båda så var det viktigt att hitta strategier som gjorde träningen lättare för honom. Smärtan / obehagen han i prioder har i kroppen gör honom mycket mer lättfrustrerad vilket till slut blir ett symptom i träningen också. Samtidigt som vi provar oss fram till vad som funkar för vår häst så är det också viktigt att undersöka hästens hälsa.