
Sol, snö och fullt fokus på ridning



När man tränar med positiv förstärkning vill man kunna ge hästen val, det är viktigt med frivillighet. Något som kan vara utmanande för en människa som jag som tidigare haft väldigt mycket fokus på att bestämma över hästen, bestämma allt! Jag tror många där ute kan känna igen sig. Senaste tiden har jag funderat en del kring det här. Kring att inte vara bestämd och säga att nu är det framåt och inget annat som gäller kära häst. Funderat om det är ok att ta lite ledarroll för hästen och säga att nu får du följa mig. Det känns som en så otrolig hårfin balans. Och så mycket påverkas av sinnet bak. Jag tycker aldrig det är ok att säga att nu gör du som jag säger annars får du spö. Eller som jag var förut att hästen bara skulle lyda, och jag aldrig lyssnade till dens behov (fast jag trodde jag gjorde det). Fast även där finns det vissa undantagssituationer där omständighet och miljö kräver att hästen måste lyda människan oavsett vad. Dock får man vara noggrann med att det verkligen inte gäller i vardagslivet. Att om man känner behov för hårda tag dagligen så får man fundera på varför och hur man kan göra annorlunda. Då är det hög tid att ta hjälp av en bra tränare som kan hjälpa en lösa problemet på ett etiskt hållbart sett, som Anne Dirksen.

Nu har jag en femåring, som fyller sex till sommaren. Han har aldrig upplevt regelrätt tvång förutom när jag stoppade in honom i transporten för att flytta honom till där han bor nu. Jag har fått lära mig att jag behöver visa honom att det finns gränser i en människovärld. Det finns regler att förhålla sig till om det ska fungera. Regler både för mig och honom. Dock har jag försökt lära det på ett trevligt och förstående sett. Han är inte vuxen än. Och ibland känns han som en riktig osäker tonåring som inte vet varken upp eller ner på tillvaron, eller vad han själv vill, eller vad han tror han kan. Jag kan ju ha helt fel, men han känns verkligen som en som har

han inte kan. Jag vill visa honom att jo, du klarar, du är modig, du vågar. Jag vill inte vara en som knuffar utför någon som inte vågar hoppa i polen, men jag vill vara den som står bredvid och säger att jo, du kan, du vågar, jag tror på dig! Vi får se hur det utvecklas.

Anne frågade mig hur jag ska mäta resultatet, hur vet jag att det jag provar är en bra idé. Jag svarade såhär: att han går med lätthet, att han visar mer och mer trygghet i form av lugna beteenden: huvudet lågt, nyfiken upptäcktsfärd, mjuk kropp, mjuka rörelser, att han inte är ryckig och seg. Att han kan gå lugnt hem igen utan att jag ber honom gå lugnt. Sen när det går bra för honom att göra det när vi bara precis har gått så långt att han inte ser stallet eller några hästar längre, så fortsätter vi att gå längre.

Jag har ritat på en karta för att visa hur det ser ut. Det som är grönt är trygga platser. Det röda är läskiga platser. Gul stjärna är Reifurs boxplats. Gul linje är vägar vi oftast går själva.



Sen det här med ridningen. Han har dels flyttat sig undan när jag har klivit upp, dels bett mig kliva av när jag väl kommit upp. Som jag skrev i förra bloggpost verkar han vara mest ok med att jag hoppar upp när vi redan är i skogen och att jag inte står uppe på något. Jag har även tänkt att sadeln kanske inte är helt bra till honom och att jag vill ta hjälp av sadelutprovare. Vilket kräver att jag kan rida honom på ridbanan eller ovalbana för att kunna prova sadeln ordentligt. Och han har inte känts mycket positiv till det alls, utan bett mig hoppa av nästan på en gång jag har suttit upp. Sen har jag funderat kring att när vi red innan hans rehabperiod så var det en del stressade känslor kring det. Jag kände att det blev press och höga krav både på mig och honom, och att det inte kändes bra. Det började växa en önskan i mig om att få börja om på något sett. Vilket vi faktiskt fick genom rehabperioden där jag inte red alls. Så det kan även vara att negativa känslor från ridturen innan fanns kvar i honom. Därför tänkte jag att han behöver få uppleva att ridning kan vara trevligt. Att även här kunde finnas känslor av tvekan hos honom, tvekan på om han kan, och att hon han inte direkt vet vart han ska gå när jag suttit upp bara vill avsluta det hela. Nu har jag ju berättat om ett par trevliga ridturen i förra bloggpost. Vilket jag tror har hjälpt mycket. Men när det kommer till ridbanan och ovalbanan är det lite svårare. Vi försökte ett upplägg där han bara behövde gå väldigt korta sträckor innan jag hoppade av. Det kändes som att det blev mest ryckigt och obehagligt. Han behöver känna flyt tänkte jag. Sen behöver jag kunna prova sadel i trav, och gärna galopp. Vi har tränat mycket på travsignal och galoppsignal från marken, och jag är rätt säker på att han förstår vad jag menar när jag säger "trava", men att det är svårt när jag sitter på ryggen och inte är på marken bredvid. Så jag tog hjälp av hans extramänniska som också har tränat trav och galopp med honom från marken. Vi hade en människa på ryggen och en som stöd på marken. Målet var att han skulle få känna att det även kan flyta på på ridbanan, och få stöd till trav och galopp med signal från ryttare. Så vi ställde två tunnor på ridbanan med rätt bra mellanrum så han skulle ha något att gå till och så att det var mycket rum mellan tunnorna och staket. Det var absolut inte jättesnyggt i början, Reifur var osäker, ville gå i knät på människan på marken, stannade ofta, ville be ryttaren hoppa av, men vi gav oss inte. Vi uppmuntrade, väntade, lockade, var tålmodiga och belönade mycket. I slutet kunde han gå lugnt mellan tunnorna och vi fick även start av trav på signal från ryttaren. Jag har inte försökt rida själv på ridbanan efter det. Men han har fått prova ha en liten ryttare på ryggen, som också kunde använda signaler (muntliga enbart) får start, stopp, trav och även galopp, vilket han svarade på med mig som stöd från marken. Så att det går framåt tar jag som ett signal på att det vi gör fungerar. När jag skriver detta känner jag att det kanske är många där ute som tycker att jag skulle gjort på annat sett. Som tycker att jag pressar honom för mycket. Jag vet inte. Det känns rätt för oss som vi gör nu. Och jag tycker det är ett kvitto när han vill fortsätta vara med mig, när han fortsätter säga ja till sadeln, när han säger ja till uppsittning och när det går bättre och bättre med uteritt i skogen tillsammans med hästsällskap.

En sak jag ändrat gällande uppsittning är att jag låter det vara färre steg. För det började kännas som om han trodde det var en del av "leken" att han skulle dutta på min fot som startknapp för så att vända bort rumpan och så skulle jag komma efter med pallen och så skulle vi göra om det hela. Därför tänkte jag att han måste förstå att om han duttar på min fot så betyder det att jag hoppar upp, och hoppar jag upp så betyder det att det blir ridning. Det är över med övningar som att hopp upp och hoppa av på en gång. Hästar kan inte tänka konsekvenser så de måste lära genom erfarenhet. Så därför behöver han få erfara vad som händer om han startar uppsittning. Jag vill också att han ska förstå att jag kan kliva upp på pallen och om han inte startar uppsittning så kommer jag inte sitta upp. Att kliva upp på pallen

inte automatiskt betyder uppsittning och ridning.

I går bar han sin extramänniska en hel runda i skogen. Hon ställde upp honom vid pallen, jag och hästsällskap stod en bit bort. Han stod helt still medan hon klev upp på pallen, sen puttade han på hennes utsträckta fot, och hon satte upp. Han stod lugnt och böjde sig bak för att få sin godis. Precis samma gjorde han i dag. Jag provade ny bomlös sadel som jag fått låna av en i stallen. Därför ville jag testa den lite först innan vi var redo att rida ut i skogen. Så jag hoppade upp med foten som startknapp det blev lite krångel innan han förstod att jag ville att han skulle gå fram och inte vänta på hästkompis som stod och åt hö. Sen gick vi inte långt alls innan jag hoppade av. Dock bad han mig inte hoppa av trots krångel. Sen väntade vi lite tills kompisen var redo och så frågade jag om att få sitta upp igen, vilket han sa ja till, stod helt still och väntade på sin belöning. Vi red en härlig harmonisk runda med två hästar som ville välja vägar som gjorde turen längre. Reifur bad mig inte en enda gång att hoppa av. Sen tillbaka till stallplan ber jag honom stanna, sträcker fram ena foten mot hans huvud, han böjer sig bak och duttar, jag hoppar av och belönar. Så vet han att den signalen finns.

Som jag skrivit förut så är det så många saker som spelar in. Kanske har han haft det jobbigt med pälsen. Mammutpälsen är nu borta. Kanske gillar han inte sadeln. Den jag red med i dag låg mera still på hans rygg, men jag satt inte bra i den. Så en sån blir det inte. Men den kan vara något åt rätt håll. Kanske har han nu fått känna att ridning kan vara bra. Om man tänker på att det är träning från marken som är mest förstärkt hos honom, så därför behöver ridning också förstärkas upp för att det ska kännas positivt igen. Kanske är det nu förstärkt såpass mycket att han känner sig bekväm med ridning igen. Det ska bli spännande att se hur ridning på banan fungerar igen. Men det får vänta till nästa vecka. Denna veckan har det varit tre dagar med ridning redan, så nu är det en dags vila och så ska vi fokusera på lite annat på lördag. Backa i vinkel, flytta bakdel mot mig och se hur långt vi kommer oss mot skogen ensamma. Anne har fått flera glada meddelande i vägledningstermingruppen denna veckan. Och hjälpt mig med att hitta ett bättre upplägg för träning med nioåringen jag har med mig en dag i veckan. Reifur håller på att utvecklas till att bli en toppen barnhäst. Så härligt att se!

En sammansatt video på två ridturer senaste veckan:

Nästa gång ska jag skriva mera om backning, sidrörelser och att träna i skyddad kontakt. På återseende!

Hanne och Reifur / Reifur och Hanne