
Fysisk beröring & borstning

Varje gång vi träffar vår häst rör vi vid den rent fysiskt på kroppen. Med allt ifrån en klapp av kärlek till att ta på grimman och sadla. Vi är helt beroende av den fysiska beröringen för att kunna ta hand om och använda hästarna om vi vill rida eller köra. Du har säkert sett någon häst som tydligt vill undvika beröring i hagen och till och med kan vara svår att fånga. Men när den sitter fast eller väl ska ryckas och sadlas så står den oftast still och har lärt sig tolerera det vi utför.

Att utforska och be om lov om den fysiska beröringen är en av de första sakerna vi tittar på och som vi gör när vi träffar en ny häst. Då vi inte längre är ute efter att så fort som möjligt få på sadeln för att kunna rida och då njuta av vårt hästsällskap, vill vi nu ha en konversation och en god relation genom hela processen. Vi kan till och med njuta och vara tacksamma för den upplevelsen hästens päls och kropp kan ge oss under vår hand.

Först vill vi börja med att be om lov. Får jag ta på dig? Får jag ta på dig grimman?

Det tar bara några sekunder extra att visa vad du tänker göra och invänta en reaktion från din häst. Ena hästen kommer att säga *ja*, en annan kommer inte att säga någonting alls då den kanske inte är van att få svara på frågor eller så är den likgiltig till vad den känner. En annan häst kommer att säga *nej vad tänkte du göra?* eller bara *nej*. Den kan säga nej för att du gör något annorlunda och ber hästen vara närvarande och inkännande, vilket kan vara ovant även för hästen, och ibland skrämmande i början. Ha i åtanke att våra hästar har lärt sig genom sitt liv att ställa upp på det mesta vi gör och hittar på och vi ger dig denna övning för att på ett djupare plan se din häst och tillåta den att uttrycka sig.

Men kom ihåg, ge inte din häst ett val om den inte har ett val. Om hästen kommer säga nej, vad kommer hända då? Kommer du försöka övertala den att göra som du vill? Kommer du sluta be om samma sak eller kommer hästen att bestraffas? Så fråga bara om du verkligen vill veta vad hästen känner och i en situation där du helt och hållet kan acceptera svaret oavsett om det är ett ja eller ett nej du får.

Har du bråttom för att veterinären står och väntar är det inte läge att fråga om lov. Men har du tid och är nyfiken på att veta hur din häst verkligen känner och tillåta den att ha mer yttrandefrihet så är denna frågeställning en underbar början.

När din häst sedan svarar kan du ta och titta på svaret utifrån det Grundläggande känslospännet, hur trevligt eller otrevligt tyckte din häst att din förfrågan var?

Utforska även HUR du berör, medan du borstar, känner, kliar eller sätter på utrustning.

Vi har träffat flertalet hästar som inte varit bekväma när de ryktats, men det enda som behövde förändras var känsloläget och tankarna hos den som ryktar. Ryktar du för att få hästen ren eller för att känna in hur din häst mår idag? Är du stressad och känner dig som en dålig hästägare

för att din häst är lerig från topp till tå eller glädjer du dig åt att din häst kan ge sig själv en massage och att han får en ännu en massage (som också ökar lymfflödet) nu när du får borsta den över hela kroppen riktigt ordentligt? Tar du och tänker på vad ni ska träna på eller vart ni ska rida istället för att njuta av stunden ni spenderar just nu tillsammans?

Här rekommenderar vi också att du utforskar vilken borste din häst gillar bättre och hur den gillar att bli borstad med den. Hårt eller löst? I cirklar eller raka linjer?

Hur vet vi då om hästen verkligen gillar något? Det ultimata testet är faktiskt att sluta göra det! Säg att jag borstar min häst under halsen några borsttag. Sedan slutar jag och tittar frågande på min häst. Gör den något för att försöka få dig att borsta eller klia igen? Om det du utför är riktigt trevligt, så kommer hästen att försöka hitta sätt att få dig att fortsätta, precis som i klickerträningen med godis.

Detta är vissa hästar mycket tydliga med sommartid, de kan ställa rumpan hos dig för att visa att de vill bli kliade. Vissa hästar gnuggar huvudet mot dig, vilket kan vara något obehagligt för oss människor och är därför något som ibland bestraffas hos hästen.

Här gäller det att hitta en balansgång av att låta hästen uttrycka sig men samtidigt tänka på vilka beteenden det är som den uttrycker sig med? Att ta ett steg och halvt kliva på dig kanske inte är så önskvärt som att den bara tittar mot dig. Samtidigt kan vi vara väldigt tydlig och när vi ställer oss i en frågande position och håller handen eller borsten på ett specifikt vis - då kan hästen på sitt sätt visa vart eller att du ska fortsätta klia - men under andra omständigheter, utan din fråga (position och handen) så gäller inte detta och då finns inte borstning/kli tillgängligt.

Du väljer själv hur och på vilket sätt du och din häst kommer att kommunicera, precis som med de människor vi umgås mycket med lär vi oss att förstå mindre signaler eller otydliga ord.

Utforska OM och HUR din häst tycker om att bli berörd och om den till och med kan få fler sätt att uttrycka sig på VAR den vill att du berör den. Fundera sedan på HUR du vill att din häst ska be om mera borstning/kli?

Låt oss ge våra hästar rätt till sina kroppar, rätt till att säga nej och rätt till att uttrycka sig och därav kunna få en riktigt njutfull stund tillsammans med oss!