

---

# Förflyttningar & utrymme

## Förflyttningar

Den stora skillnaden mellan att använda Tryck och eftergift - eller att använda taktila signaler /fysiska hjälper, sitter i din inställning och din känsla.

Om du är i en träningsituation vill du att dina hjälper ska vara en fråga och ett förslag. Om din häst inte svarar inom en till två sekunder så finns det flera möjliga orsaker:

### **Den är omotiverad till träningen överlag**

Dina vanliga signaler behöver inte vara förgiftade och ses som obehagliga per automatik för att de tränats in med tryck och eftergift, det är upp till oss att läsa av och förstå hur varje häst känner. I många fall har vi upplevt att om träningen blir roligare överlag så kan hästen då gärna svara på dina förslag.

### **Hästen vill göra dig uppmärksam på något**

Den kan vilja göra dig uppmärksam på något i omgivningen, eller i hans egen kropp, eller i din kropp eller din mentala närvaro. Många gånger när vi använder hjälper så gör vi det med en spänning i vår kropp Du kan alltid ställa dig frågan: "Vad skulle din häst vilja att du uppmärksammade lite mer?"

Kan du ta det lite lugnare eller behöver du öka takten? Andas mer? Känna dig nöjd oavsett om ni "klarar" övningen eller inte?

### **Förgiftad signal**

Dina hjälper kan ha blivit förgiftade signaler för din häst. Du kan i det läget behöva sänka kriterierna och motbetinga signalerna.

### **Dålig tajming**

När hästen är ouppmärksam på dig och dina signaler är det svårt för den att svara på det och vi vill då börja tjata eller öka trycket för att bli hörda. När vi istället läser av hästen så den är mottaglig för en signal innan vi ger den, så ökar vi chanserna för hästen att lyckas.

Ibland räcker det med att respektera när hästen tvekar eller inte vill svara på din signal. Testa något annat, belöna för det, gå sedan tillbaka till samma fråga igen. När vi tillåter hästen autonomi och att säga NEJ, ger vi den samtidigt möjligheten att också kunna säga JA och vara engagerad.

Ha dessa anledningar i åtanke när du testar de olika förflyttningar.

### **Flytta för taktila signal**

En häst som är villigt engagerad och ser fram emot att lära sig nya saker med oss, kan snabbt gissa sig till vad vår taktila signal innebär, utan att den behöver uppfattas som obehaglig. Denna övning behandlar alltså alla taktila signaler du kan komma på.

---

Till exempel:

nosrygg, (bakåt)

bringa (bakåt)

nacken (neråt)

huvudet (åt sidan)

halsen & bogen / skänkeläge (framdel åt sidan)

Skänkeläge för skänkelvikning

skänkeläge för framdelsvändning (bakdel åt sidan)

rumpan (bakdel åt sidan)

svans (bakåt och åt sidorna)

lyfta hovar

går framåt, sänka huvudet, stanna & backa genom känsla i grimskaffet

svänga genom signal i grimma eller huvudlag

lära hästen sitta fast / ledas med ett ben

För att lyckas med övningen bör hästen vara lugn och villigt kunna stå still så att du lätt kan ta dig till olika kroppsdelar. För vi vill både kunna klappa och flytta på vår häst.

Börja med det du tror blir lättast för dig och din häst. Du kan även testa att använda något som din häst redan tidigare lärt sig med tryck och eftergift. Nu handlar det om att känna efter på vilket sätt du kan börja övningen och lägga an din beröring för att din häst ska förstå och flytta sig, utan tvång eller obehag.

Det handlar då också om att behålla din beröring lika lätt och låta hästen gå emot den. Om detta sker är det antagligen för hårt eller en förgiftad signal.

Om hästen inte direkt testar rätt rörelse, utan backar eller går framåt istället för att gå åt sidan som du tänkt, klicka och belöna ändå, bara för att hästen ansträngde sig och försökte med något. Så snart du ser att hästen börjar bli mer intresserad så kan du hålla kvar signalen lite längre tills hästen rör sig lite mer åt det hållet du önskar. Om hästen istället står helt still, kan du testa något annat som du vet att den kan för att få upp engagemanget igen.

I vissa lägen kan även en target hjälpa till att guida hästen i rätt riktning. Du kan då till exempel börja med hjälp av en target att få fram den rörelse du vill ha, för att när den börjar bli befäst sätta en (fysisk) signal på den. Mer om signalsättning finns i ett separat avsnitt i denna modulen.

---

Det är viktigt när vi jobbar på att flytta hästens huvud, antingen med vår hand eller genom grimskäftet eller tyglarna, att hästen upplever det som en signal och ett förslag, inget tvång som håller fast huvudet tills det rör sig åt rätt håll. Om hästen skulle vilja röra sitt huvud helt åt andra hållet så hindrar du inte den att göra det, men den får såklart enbart klick och godis när den väljer att följa känslan i din taktila signal åt det hållet du hade tänkt dig.

Behåll lugnet, din medvetenhet om din andning och låt hästen göra fel, låt hästen dra tygeln ur handen om det är det den gör. Fundera på om du kan sätta upp övningen eller ge signalen på ett mjukare sätt som får hästen att förstå bättre. Vissa hästar (speciellt busiga valacker...) tycker inte att trycket ifrån tyglarna eller grimskäftet är lika jobbigt som faktumet av att det hindrar dem från att röra sig som de vill. Att sitta fast är något de allra flesta hästar har problem med, eftersom de är födda med en viss grad av klaustrofobi. Tyglar och grimskäft kan därför hos många hästar orsaka en klaustrofobisk rädsla. Om du har en väldigt spretig häst kan det därför vara en fördel att öva samarbetet i en annan situation och övning först och när du väl börjar med signaler i grimskäft och tyglar så är du beredd att verkligen ge hästen all möjlighet att göra "fel" utan att bli bestraffad. När hästen märker att den inte kommer hindras från att göra som den vill, kommer den bli mer intresserad av att se vad du hade tänkt dig. Den kan bara säga JA om den också har möjlighet att säga NEJ!

?