
Vad förlorar hästen när vi vinner



“Visa hästen vem som bestämmer annars tar den över”.

“Sitt inte av, DÅ VINNEN HÄSTEN!”

“Hästen TESTAR bara dig.”

Många av oss hästmänniskor har hört eller själva sagt någon av dessa fraser. Det är något som mer eller mindre kan ha styrt hur vi tänker och agerar i många situationer. Till exempel när vi vill rida över en bro som hästen inte kan gå över, så kanske vi trots allt valt att sitta kvar just för

att "sitt inte av, då vinner hästen" ekar i vårt huvud. Eller så har någon av våra rid-kamrater sagt "hästen testar dig bara" när den vägrar gå över bron.

Detta gör lätt att vi känner oss dåliga, dåliga ryttare och kanske dåliga hästägare. Då vi också länge har lärt oss att vi måste "visa vem som bestämmer", vi måste vara en "tydlig och bra ledare" då kommer hästen alltid att göra som du vill - när den "litar på dig som ledare".

Vi upplever att vi sällan uppmuntrats till att fundera över varför hästen agerar på ett visst sätt. Fokuset har alltid legat på att vi ska få hästen att göra det vi vill, till varje pris. Vi måste vinna, vi måste få det sista ordet, hästen måste göra som vi säger.

Felaktigt har vi tidigt lärt oss att vi måste ta konflikten. Om hästen testar oss - så testar den vårt ledarskap, vem det är som får sin vilja igenom och bestämmer i det långa loppet. Varför detta inte stämmer tar vi upp i andra delar av denna e-bok.

Det vi idag alltid vill påminna oss om att komma ihåg, är att vi är så bra hästägare som vi bara kan vara just nu. Vi gör alltid vårt bästa utifrån vår kunskap och våra förutsättningar. Att få höra att ens häst testar en, har ofta påverkat oss författare negativt. Vi har förlorat självförtroendet och känt oss som dåliga hästägare och ryttare.

Faktumet är att vi idag vet att det är tvärt om, om hästen *vågar* "testa" dig, så betyder det att den framför dina ögon vågar visa vad den känner. Den vågar uttrycka sina känslor och försöker att kommunicera det med dig. Det är värdefullt och viktigt för oss!

Vad innebär det att en häst "testar"?

I de allra flesta fall handlar det om att hästen inte svarar som önskat på det ryttaren ber om. Speciellt om detta är saker som hästen förväntas svara på utan protester. Om hästen alltid gör

som en ryttare säger men inte med en annan ryttare brukar detta absolut ofta klassas som att "hästen testar".

Hästen försöker helt enkelt se om den kan få säga nej, om den kan uttrycka sig och om den kan undvika något den kanske inte klarar av eller är rädd för. Ur vårt perspektiv så vill den helt enkelt se om den kan bli lyssnad på.

Hästen kan alltså i vår mening *testa* om det finns ett val, om den kan få slippa gå så nära det läskiga hörnet, eller om den kan få slippa gå ut ensam i den läskiga skogen.

Om hästen stannar betyder det att den av någon anledning inte vill fortsätta framåt:

– den kanske är rädd för vad som är framför

– den kanske har gått längre ifrån stallet än vad den är bekväm med och vill tillbaka till sin flock

– hästen kanske också är omotiverad och inte ser meningen med att fortsätta längre (den hade gräs att äta i hagen men får aldrig äta något ute tex)

När en häst inte agerar som förväntat på ridbanan så kan det betyda flera saker, att den kan vara rädd och osäker (det är mycket vanligare än vad många tror!) eller att den faktiskt har ont, eller inte ork till att utföra rörelsen den ombeds göra. Avsaknad av ork kan snart leda till överansträngning som i slutändan kan leda till skador och faktisk smärta.

Varför sker då detta inte med den vanliga ryttaren? Varför “testar” hästen den nya ryttaren?

I de allra flesta fall så har hästen “testat” även den första ryttaren förr i tiden. Men genom upprepade misslyckanden och kanske otrevliga konsekvenser när den “testade” så har den nu slutat. Den har helt enkelt lärt sig att det inte är någon idé att göra det med denna ryttaren.

Om vi då endast är ute efter lydiga hästar så kan detta ses som en vinst. Vi började dock fundera på vad detta gör med kommunikation och tilliten i längden. Hur kan hästen berätta för oss att den är rädd? Eller att den har ont? Eller faktiskt är trött? Vi upplevde helt enkelt att när lydighet var vårt största fokus så saknas det plats för hästen som individ. För hästens egna åsikter och då även vår förståelse för hästens känslor och signaler.

Nu är vårt största fokus att ge vår häst en röst. Att visa för den att vi vill veta hur den mår och hur den känner. Det är så vi bygger **tillit**. Hästens tillit till oss som ryttare ökar när den vet att den kan uttrycka sina känslor och att dessa blir hörda. Om den tidigt kan berätta att den känner sig osäker kan vi anpassa träningen efter detta och snabbt få vår häst att bli trygg och nyfiken igen.

Hästen vet då att det är viktigt för oss att den mår bra och upplever umgänget med oss och träningen vi gör tillsammans mer givande och rolig. Vår träning bygger på tillit, förståelse och motivation.

En häst kan VILJA hoppa en bana, en häst kan VILJA utföra en piaff, en häst kan VILJA rida ut i skogen.

Vi måste bara lära oss att förstå hur vi minimerar de obehagliga känslorna (obehag, osäkerhet, rädsla och frustration) och ökar de trevliga känslorna (nyfikenhet, lekfullhet och tillgivenhet) i träningen.