
LEK



LEK får, precis som några av de tidigare känslsystemen, hästarna att må bra. LEK-systemet stimuleras ofta efter att hästen varit begränsad. När den känner sig fri, eller friare, så kan hästen lätt fira med lite extra LEK. Det är därför vi så ofta ser så glada, lekfulla hästar på betessläppen.

Det är i LEKEN vi kan se hästarna visa upp sig och göra häftiga rörelser, både på marken och ovanför. Att leka är automatiskt belönande för hästen, det utsöndrar flera olika signalsubstanser som nästan kan ge en drogliknande effekt då det hämmar smärtreceptorer och ger en euforisk känsla. LEK kan också triggas av yttre faktorer som att tävla mot en annan häst för att visa vem som är starkast, snabbast eller snyggast.

LEK-systemet är starkt kopplat till OMHÄNDERTAGANDE-systemet. Vi kan se det hos oss själva, att vi leker mest med dem vi tycker och bryr oss mest om. Vi kan även se det hos vissa hundar, att vägen rakt in i deras hjärta går via en leksak.

LEK- och RÄDSLÅ-systemen är antagonister, vilket betyder att om hästen är väldigt RÄDD så kommer den aldrig på tanken att LEKA. Vi kan dock förändra hästens tankar kring ett objekt den är rädd för om vi kan få den tillräckligt lugn för att bli lekfull.

Det finns stunder då vi missuppfattar hästens uttryck och förväxlar känslsystemen. När det kommit in en skrämmande maskin i hagen så kan hästarna springa omkring tillsammans, bocka och kasta med huvudet. Samma rörelser som tidigare visades när hästarna LEKER kan nu istället betyda raka motsatsen, att den är spänd och använder dessa som avslappningssignaler – att den försöker bli av med rädslan och spänningen för att kunna slappna av igen.

Hur ser vi skillnad mellan LEK och bråk mellan två hästar? I äkta LEK så ser vi att hästar använder en typ av turtagning, en kan inte vinna jämt, utan både måste vinna med jämna mellanrum för att båda ska tycka det är roligt. Vi kan då också se att den hästen som är starkare eller större kan leka mer försiktigt med yngre eller mindre hästar. När det är bråk så ser vi en högre intensitet och det syns att det är "på allvar".

<http://www.relationstraning.se/wp-content/uploads/2019/12/Lek-1.m4a>

<http://www.relationstraning.se/wp-content/uploads/2019/12/Lek-2.m4a>