

---

## Podd - Respekt & gränser



<https://www.relationstraning.se/wp-content/uploads/2019/06/webinar1-h19.m4a>

Vi pratar om behovet av begränsningar och personligt utrymme i träningen. Hur kan vi göra detta med ett Relationsbaserat tänk? Oftast känner vi behov att sätta gränser och ha mer kontroll när vi själva är obekväma eller rädda. Joanna och Anne berättar om olika hästar som de tränar och har tränat där just detta tema har varit stort.

Ersätt ditt behov av att kräva utrymme och respekt genom att fokusera på vart du och din häst hittar avslappning. Känner du att ditt kontrollbehov har stigit har med stor sannolikhet er avslappning försvunnit. Känslorna är alltid viktigare än beteendet.

Alla beteenden har en funktion och hästen gör aldrig något för att vara "dum" eller "jävlig" eller för att den är "bortskämd". Utan det har funnits och finns en historik av förstärkningar bakom beteendet. Därför kan vi se med empati till dessa problem och fokusera på vad hästen behöver för nya vanor istället för att bestraffa det vi inte gillar. Vad vill du att din häst gör istället?

Vi nämner också olika tips på hur vi lär vår häst att hålla mer avstånd och vad vi gör i en krissituation. Vi spräcker även myten om att hanterade föl och unghästar blir sämre ridhästar.

Övningarna vi pratar om så som allmän avslappning och barriären hittar du i Kapitlen Godis Utmaningen i Relationsbaserad Klickerträning.

Övningarna för att lära hästen begränsningar hittar du i [Relationsbaserad Klickerträning](#), under kapitler Vardagliga situationer i samma ebok.