
Hästens känslomässiga sår

När hästar har sår eller skador så förstår vi att vi måste ta hand om detta, kanske under en lång tid. Men bara tanken på att behöva spendera lika mycket tid på att hjälpa hästen läka sina känslomässiga, själsliga sår, det skrämmer oss.

Det är inte helt olik människovärlden, där vi erbjuder grannen vår hjälp när den är sjuk eller har brutit benet. Men vi är kanske inte lika snabba med att vilja hjälpa till när grannen har känslomässiga problem såsom stress eller depression. Det kanske skrämmer oss eller så ser vi det inte som ett "tillräckligt" uppenbart problem.

Det är ofta mycket mer komplicerad att läsa känslomässiga problem än fysiska skador. Vi kan tydligt se hur såret läker, vi sköter om det precis så som veterinären har sagt till oss. Vi får ett tydligt schema efter en senskada, så många veckors vila sedan skritt i 20 min i så många veckor. Det är konkret och tydligt, vi gillar det. De känslomässiga såren är dock mycket svårare att mäta och därför är även framsteg svårare att se.

Om vi skulle se på hästens känslomässiga sår såsom vi ser på barn (eller en vuxen för den delen) som upplevt något traumatiskt, skulle vi kunna möta vår häst med mer empati. Trauman kan förändra hur individen agerar i specifika situationer och i vissa fall har de påverkats så mycket att deras agerande förändrats i ALLA situationer. Om vi såg på våra hästar på samma sätt som vi ser på ett barn som upplevt detta skulle vi också kunna möta våra hästar med mycket mer medkänsla, förståelse och kärlek. Vi skulle då även veta att barnet i vissa fall kan göra en full återhämtning, men i vissa fall kan vi bara hjälpa den med verktyg för att göra livet så bra som det bara går.

Vi vill hävda att det är likadant för hästarna.

När det väl finns en traumatisk upplevelse så kommer just den situationen vara så mycket mer känslig och lätt-triggad än om traumat inte hade funnits, även många år senare. Återfall är inte helt ovanligt. Självklart är det även så med våra hästar med en trasslig bakgrund, vi kan hjälpa dem att må så mycket bättre, men vi kan aldrig trola bort det som har hänt. Att önska sig detta kan göra att hästen dels inte känner sig tillräcklig bra som den är om den behöver "fixas" och dels kan känna att det är stressande om vi enbart fokuserar på att träna på sådant som är jobbigt, svårt och obehagligt. Dessutom riskerar vi själva att bli frustrerade eller "ge upp" då vi baserat vår lycka på hästens förmåga i den traumatiska situationen.

När vi lär oss mer hästens känslsystem kan vi hjälpa den traumatiserade hästen i träningen. Vi kan hjälpa den att må bra igen, att aktivera de positiva känslorna igen och ha ett värdefullt liv och en nöjd och glad ägare.