

---

## Signalsättning



**Signalsättning**

Hittills har vi inte nämnt mycket om signaler och att sätta signal på beteenden. Detta skiljer sig mycket från vad vi annars är vana vid i träning med tryck och eftergift.

Om vi guidat hästen att få fram beteendet så finns det ofta många saker som hästen kan ha kopplat som signaler. Till exempel blir din beröring eller användning av utrustningen en signal om du har lärt hästen att svara på ett visst sätt för den taktila beröringen.

Om vi har använt en target för att få fram beteendet så finns det en armrörelse som hästen kan ha uppfattat som signal, även då vi inte använder en target längre.

Likaså kan vår omgivning eller rekvisita som till exempel koner, bommar eller targets agera som signaler för ett visst beteende. Därför är det smart att träna ett visst beteende på en specifik plats just i inlärningsfasen. Då kan hästen snabbt lära sig att på den platsen när matte har en magväska eller tagit fram konen eller ställt sig i en viss position, så får jag erbjuda massor av det beteende vi brukar träna på den platsen. Då kan vi få många spontana repetitioner av beteendet och utveckla det eller färdigställa det på den platsen, för att där också sätta en mer specifik signal för det så att vi sedan kan utföra det på andra platser och i andra situationer.

**Hur man sätter signal på ett beteende med spontana repetitioner**

---

Vi bör vara medvetna om att det blir mer eller mindre förvirrande för hästen när vi ändrar vårt sätt att utföra en övning på. Hästens kan bli lite förbryllad när det helt plötsligt tillkommer något som inte inträffat tidigare under det beteendet.

Därför föredrar vi att introducera den önskade signalen relativt tidigt, men det är viktigt att komma ihåg att i början ge signalen *precis då hästen utför beteendet!* Signalen ska bakas in när hästen utför beteendet för att hästen så lätt som möjligt ska betinga signalen med utförandet av beteendet. När denna association är gjord kan vi steg för steg ge signalen tidigare och samtidigt fasa ut eventuella hjälpande tekniker (såsom target).

Vi vill uppmana dig att bli medveten om allt du gör, både med din kropp och med rösten. Som människor har vi väldigt lätt att prata mycket vilket lätt kan försvaga våra valda ord-signaler. Ju bättre signaler vi vill ha, desto mer behöver vi vara medvetna om hur vi uttalar dem och hur ofta vi använder dem.

Säg din signal en gång och om du blir otålig och vill säga den igen gå tillbaka till någon medvetenhets- eller avslappningsövning. För ju mer vi repeterar våra signaler utan att hästen vet vad vi menar eller vill utföra det vi tänkt oss, desto mer förlorar de i värde. Så fortsätt att hitta närvaro och avslappning i din träning och bli medveten om vad du gör med din kropp eller säger med din röst.

### **Att sätta beteendet under signalkontroll (stimuluskontroll).**

Det är praktiskt för oss och tydligt för hästen om den endast utför ett visst beteende vid given signal. Speciellt när vi har många beteenden i repertoaren Vi vill såklart också sänka hästens frustration i träningen och därför vara tydliga med våra signaler så hästen inte behöver gissa på vad vi vill (även om de ofta är bra på att läsa mentala bilder).

Det bästa sättet att sätta ett beteende under signalkontroll är att be hästen utföra ett annat beteende först, helst ett väntebeteende så som att stå stilla eller sänka huvudet innan vi sedan ger signal för det nya beteendet.

När vi på plats A har associerat beteendet med en signal och vi har lyckats ge signalen innan hästens spontana repetition, är vi redo att sätta beteendet under signalkontroll. Då kan vi förflytta oss en liten bit till plats B och repetera ett väntebeteende vi redan har under signalkontroll (eller som vi har som första beteende som hästen utför spontant).

Vi går mellan dessa två platser A och B (dessa kan vara mycket nära varandra) för att efter några repetitioner be om väntebeteendet på plats A innan vi ber om det nya beteendet. När hästen har dessa två beteenden nära i minnet kan vi skapa en kedja och be hästen "vänta" (genom vårt tidigare inlära väntebeteende) innan vi ger signal för vårt nya beteende.

Vi kan då också börja testa det nya beteendet på plats B. Detta kan låta som en lång process, men tvärtom så är det precis som vid kriteriesättning, ju lättare vi gör det för hästen att lyckas desto snabbare går det och desto roligare blir träningen!

### **Vad händer om hästen erbjuder beteendet spontant?**

Om det är ett ofarligt beteende gör det ofta inte så mycket, *men* om vi för ofta belönar de spontana försöken på många olika platser, för att senare bli irriterad på att hästen utför detta så

---

blir det såklart ett problem. Var därför medveten om vad du belönar och när.

På grund av detta är det smart att tänka på antecedenterna och de önskade signalerna i förväg så att hästen endast erbjuder beteendet spontant under inläringen och möjligtvis i fortsatt träning om det är ett beteende vi verkligen vill ha mer av.

Det är också en naturlig process att hästen gärna erbjuder det beteendet ni tränat och fokuserat mest på senaste tiden. Detta är till stor fördel när vi vill utveckla eller befästa ett nytt beteende. Men vi måste samtidigt tänka långsiktigt och vara medvetna om och planera antecedenter och signalsättning tidigt.

Om din häst börjar erbjuda andra beteenden än de du tänkt dig behöver du tänka till och göra det som passar dig och din häst för att minska utsläkningsprocessen (som vi pratat om i kapitel 2) och den ofta tillhörande känslan av frustration. Därför är det smart att i det läget be hästen att utföra ett annat beteende, det kan vara något ni vill träna eller så enkelt som att erbjuda hö eller sprida ut godis för godissök.

Försök vara medveten om att inte göra en för fast kedja: spontant beteende - du ger signal för ett annat beteende - annat beteende - klick och godis. Det spontana beteendet kan då bli hästens sätt att starta dessa beteenden, vilket inte alltid är önskvärt i längden. Det kan då vara bra att titta på start och paus eller avslutningssignaler för träningen istället.