

---

## SORG



Detta känslsystem skapar känslan av SORG när det finns en saknad. Känslsystemet har en tydlig evolutionär funktion då det gör att det känns smärtsamt när sto och föl kommer ifrån varandra och det gynnar överlevnaden när alla håller ihop. SORG systemet är starkt sammankopplat med OMHÄNDERTAGANDE systemet: separationer känns smärtsamma och återförening känns bra.

Hos våra domesticerade hästar visar sig SORG systemet genom separationsångest, vilket är vad vi kommer att titta närmare på här. Som alla känslsystem är detta en medfödd känsla som fölen kan känna redan när de är små. SORG är till för att fölen ska kunna ropa så att deras mammor kan hitta dem.

Vissa hästar är mycket känsligare för separation än andra och forskare menar att detta ofta beror på upplevelser från individens barndom. En abrupt avvänjning kan sensitisera SORG systemet så att hästen resten av livet kan ha stora problem med separationer. Något som vi verkligen behöver tänka på när vi har föl som ska vänjas av.

Känslan av SORG går över till känslan av att må bra och bli OMHÄNDERTAGEN när fölet kan bli tröstat och känner sig trygg. Om fölet då tappar bort sin mamma som vid plötslig avvänjning eller om de båda levde i en stressande miljö där stoets förmåga att vara beskyddande påverkats, kan fölet leva kvar i en känsla av SORG. Sådana händelser gör hästens hjärna extra receptiv för detta känslsystem i resten av sitt liv.

När detta känslsystem testades på människor, visade det sig att känslorna som det ger upphov till är de som anses vara allra mest smärtande för individen. Det är också bevisat att detta känslsystem är starkt kopplat till fysisk smärta, då både fysisk smärta och SORG kan lindras av samma smärtlindrande opioider så som morfin.

Vi kan känna oss frustrerade och arga på vår häst när den inte slutar gnägga och vill ta sig tillbaka till flockens trygghet. I Relationsbaserad Hästräning är vi noga med att varsamt vänja hästen vid separationer så den känner tillit och trygghet till oss, vilket gör att den själv vågar och vill lämna flocken.

<http://www.relationstraning.se/wp-content/uploads/2019/06/SORG-1.m4a>

[Om spelaren ovan inte startar, klicka här -> SORG 1](#)

---

<http://www.relationstraning.se/wp-content/uploads/2019/06/sorg-2.m4a>

[Om spelaren ovan inte startar, klicka här -> SORG 2](#)