



Susanna Hämäläinen / SKH-palvelut Rauhoittavat signaalit -luento 9.9.2019 Teivo

Muutama nyrkkisääntö: katso kokonaisuutta, älä ylianalysoi, kun muutat jotain, muuta asia kerrallaan ja seuraa tilannetta eli anna aikaa, että näet mikä vaikuttaa.

Koirapuolella rauhoittavista signaaleista on puhuttu kauan. Kaikki eläimet rauhoittavat, kalatkin käyttävät rauhoittavia signaaleja. Siitä avautui minulle aivan uusi maailma. Aivan uusi mahdollisuus vuorovaikuttaa hevosen kanssa.

Vaistonvaraista käyttäytymistä konfliktin välttämiseksi. Tahdosta riippumattomia. Kun lähestyn hevosta ja se heilauttaa päätään, niin se on jo yksi rauhoittava signaali.

Silmien räpyttely

Hevonen ei luonnostaan viesti räpyttelemällä silmiä. Se voi sen oppia, eli räpyttely voi olla opittua käyttäytymistä. Se voi olla myös roska silmässä tai kipua.

Hevonen lähestyy toista aina viistosti.

Silmien tuijottelu on uhka.

Hevonen käyttää puoliksi suljettua silmää.

Silmät ovat liitoksessa muihin eleisiin.

Katseen kääntäminen pois

kesto vaihtelee: nopea vilkaisu tai itsepintainen tuijotus

Puoliero oikea-vasen - aivot.

Sivuille tai alas.

Kaikki katse mikä tulee sivulle, niin olette mennyt tilanteeseen liian nopeasti. Silloin voi auttaa tilanteen hidastaminen, että hevonen ehtii tottua tilanteeseen kääntymättä pois.

Monesti hevonen, jolla on ongelmataustaa ei halua päästää oikealle puolelle. Luottamuksen rakentuessa ne alkavat tarjota oikeaa puolta.

Yleensä/lähes poikkeuksetta hevonen katsoo vasemmalla silmällä ja haistaa oikealla sieraimella tavatessaan ihmisen ensimmäistä kertaa.

Leukojen jauhaminen

Viesti on, että olen vaaraton kasvissyöjä.

Hevosen tyyppillinen rauhoittava signaali

Stressiä on myös hyvää. Susanna Hämäläinen näyttää kuvaa ponista, jolla on hyvää stressiä. "Kohta sitä omenaa tulee."

Leukojen venyttely kieli ulkona, ehkä lipoo kieltäänkin, on hieman huolestuneen signaali

Hevonen voi rauhoittaa itseään tai ympäristöään.

Kun hevonen läpsyttää kieltä ulos ratsastettaessa, se viestii jostakin.

Nuolemisliikkeen tekeminen kielellä tarkoittaa, että jokin huolestuttaa hevosta.

Joskus kun hevoset haluavat leikkiä, ne laittavat kielen ulos. Ne voivat työntää kielen ulos myös kun maistavat herkkua.

Jos avaa suutaan ja putoaa ruokamassaa, niin todennäköisesti on hampaissa jotain.

Leukojen venyttely varsojen versiona

"Olen vaaraton lapsi, älä vahingoita minua."

On harvinainen aikuisella hevosella ja varsinkin, että aikuinen hevonen tekee ihmiselle, mutta se on mahdollista.

Esimerkiksi kerran samalla laitumella olleet kaksi hevosta tapasivat vuoden kuluttua. Toinen muisti yhä tuon toisen hevosen ja pelkäsi sitä naksuttaen leukojaan, vaikka silloin uudelleen kohdatessa oli toiselta puolen pihaa. Eivät laittaneet enää samaan tarhaan.

Haukottelu

Voimakas rauhoittava ele

Vähän hankala ele.

Koirat ja hevoset eivät haukottele, koska väsyttää.

Voi olla merkki kivusta, mutta huomioi asiayhteys.

Esimerkiksi kun hevoseni haukotteli tarhassa monta pertaa peräkkäin, ilman syyt, niin minun oli pakko käydä tarkistamassa, että onko sillä ähky. Jos huomaatte hevosenne käyttäytyvän oudosti, niin tarkistakaa ihmeessä.

Haukotteleeko hevonen ennen valjastusta/satulointia, niin tarkista onko se hyvää stressiä.

Muut eleet kertovat onko se innoissaan. Se ottaa kuolaimet mielellään ja haukottelee, se on innostunut lähtemään lenkille/ratsastukseen.

Jos se haukottelee liikunnan jälkeen, niin tarkkaile, että miten se muuten käyttäytyy. Jääkö se nurkkaan, osoittaako se jotenkin muuten olevansa kipeä.

Seuratkaa tilannetta ennen kuin muutatte jotain. Jos muutatte liikaa ja liian nopeasti, niin ette tiedä mikä vaikuttaa mihinkin.

Luennolla näytetään video, jossa on kaksi hevosta tarhassa. Toinen näyttää rauhoittavia signaaleja. Painaa päätä alas ja haukottelee. Susanna Hämäläinen kertoo, että käytökseen ei oikein

löytynyt syytä. Myöhemmin löytyi sairaus, joka aiheutti kipua, mutta ilmeisesti tilanteessa oli muutakin.

Hämäläinen viittaa myös tilanteeseen, jossa hevonen liittää sinut johonkin toiseen ihmiseen, jonka on tuntenut aiemmin. Hevonen pystyy muistamaan kasvot ja ilmeet ja se voi käyttäytyä sinua kohtaan kuten on käyttäytynyt sitä toista ihmistä kohtaa.

Pään kääntäminen pois, kaulan kääntäminen pois

Luennolla kuvassa esimerkkihevonen kääntää koko kropan pois, kun ihminen lähestyy.

Kuvasarja, missä Susanna Hämäläinen näyttää miten koira ja hevoset kommunikoivat katseella ja rauhoittamalla.

Nopea vilkaisu pois päin voi olla rauhoittava signaali.

Yleensä kun pois vilkaisu on rauhoittava, niin korva jää vahtimaan kohdetta.

Huomaa muutenkin seurata korvaa. Se kertoo aina missä hevosen huomio on.

Kaulan ravistelu

Huomioi taas asiayhtyes. Voi olla jokin muukin kuin rauhoittava signaali. Onko niska, jopa satula. Poissulje kipu pois.

Hevonen ei jää tekemään rauhoittavaa signaalia.

Koko vartalon ravistelu

koiralla kauhean tavallinen, hevosella vähän vähemmän. Koira ravistaa karvat alas. Vähän ihmisen vilunväristys.

Pää jatkuvasti alhaalla

Hyvin rauhoittava signaali.

Pään ja kaulan liikuttaminen ylös ja alas.

Kun menette hevosenne luokse, niin todella monet hevoset tekevät sen ylös liikkeen.

Koirista on tutkimus, jossa todetaan, että käyttävät rauhoittavia signaaleja 300 m etäisyydellä vaikutteesta. Susannan ajatus on, että hevonen rauhoittaa kauempana, mutta vähintään samalla etäisyydellä.

Väliin meneminen

Liitetään muihin eleisiin.

Kahden hevosen tai hevosen ja kohteen väliin.

Ihminen voi hyödyntää sitä. Rintamasuunnalla on merkitystä

Luennolla tehtiin harjoitus väliin menemisestä:

Teimme kolmen hengen ryhmät. Ihminen, hevonen ja karhu. Testatkaa, onko ihminen selkä päin hevosta vai selkä päin karhua. Onko hevoselle merkitystä kumpaan suuntaan ihminen on hevosta kohden.

Yksi ryhmä totesi, että selkä päin hevosta, toinen, että vähän sivuttain.

Susanna Hämäläinen kertoo: "Minä olen aina tehnyt niin, että vienyt hevosen omaan kuplaan. Olkoon tuo karhu tuolla, me tehdään niin. Hieman hevoskohtaista mikä sopii.

Esimerkiksi hevoset, jotka haluavat oman ison tilan. Yksi tamma ei olisi halunnut edes samaan maneesiin toisten kanssa. Silloin auttoi, kun maassa oleva ihminen oli rintamasuunta hevosta kohden.

Toinen ori taas tykkäsi, että omistaja menee uhkaa kohden. Se toimi sen kanssa.

Kannattaa kokeilla ja testata mikä se on sinun hevosellesi."

Kun olet opettanut hevosesi vuorovaikutukseen, voit vaikuttaa niin kaukaa kuin katse yltää.

Myös lautumella olevan hevosen voi rauhoittaa. se vilkaisee sinua, kuollaanko me? Ei kuolla.

Kaartaminen.

Kohtaliasta, kaartavat kaukaa ja lähestyvät kohti säkää
Suoraan kohti kävely tarkoittaa, että pitää väistää.
Vasemman välttely, oikea tavoittelu

Hevosen naamaa ei käsitellä ensimmäisenä. "Päättömänä" käsittely. Esimerkiksi varsan on helpompi opetalla vuorovaikutusta, kun ei käsitellä heti päästä. "Ne kutiavat maitohampaat saavat nappaamaan ja sitten te näppäätte takaisin ja tilanne alkaa huonosti."

Susanna kysyy yleisöltä: Tiedättekö, mikä on spontaani aika, että kun ei tapahdu mitään, niin kohta alkaa tapahtua. 3-5 sekuntia.
Yleisöstä joku tietää tutkimuksen ihmisistä: Aiemmin ihmisellä on ollut turhautumisaika viisi sekuntia, nykyään kuulemma kolme.
Kuvasarjassa hevonen tuuppaa ihmistä. Ihminen kääntää päätään ja hevonen kääntää myös pään pois. "Ei tartte huutaa"
Ihminen kääntyy kokonaan hevosta päin ja hevonen kääntyy pois. Hän olisi voinut saada hevosen pysymään paikallaan, jos olisi astunut askeleen pois, tai takaisin selkä päin.
Kyljen/takapäin kääntäminen, merkitys riippuu asiayhteydestä

Jos hevoselle antaa vihjeen kolmen sekunnin välein, niin se on niiden mielestä mukava. Tämä ratsastaessa ja ajaessa.

Syöminen

Opettele miten hevosesi syö rentona. Seuraa ja tarkkaile.

Yleensä hevosella menee keskimäärin viisi minuuttia rauhoittua. Hevoset voi opettaa rauhoittumaan syömällä.

Tästä voi olla sinulle paljon apua hevosesi kanssa kisapaikalla tai muussa jännittävässä tilanteessa. Kun se on opetettu rauhoittumaan syömällä, se voi toimia kun jännittää; hevosella on konsti tyynnyttää itsensä. Vanha kunnon narun päässä syöttely silloin tällöin on yksi hyvä keino.

Kädestä syötteleminen toimii rauhoittumiskonstina vain, kun hevonen on opetettu siihen erilaisissa ympäristöissä ja erilaisten häiriöiden alaisena, tyynessä mielentilassa. Jos hevonen ei pysty tyynnyttämään syömällä, tilanne on liian vaikea. Silloin on otettava etäisyyttä vaikutteeseen tai helpotettava muulla tavoin tilannetta. Syötä, kunnes tyynyy (opettele tunnistamaan rento tapa syödä).

Saattaa vaikuttaa todella nälkäiseltä ja syödä aivan ihmeellisiä asioita. Tällöin kyseessä korvaava käytös. Poissulje kipu.

Hiekan tai aitojen syöminen.

Huomioi asiayhteys.

Hidastuminen

Hyvä keino rauhoittaa tilanne ja saada hevosen huomio. Jopa yksi hitaampi askel voi osoittaa hevoselle, että jees, tää onkin hyvä tyyppi. Ja kun hevonen on oppinut, että hidastuminen auttaa, se reagoi siihen.

Hidastumista on muutakin. Se voi olla myös sotalippu.

Taas, huomaa asiayhteys ja muut eleet.

Paikallaan olo

Matalan stressin vaiheessa.

Huomaa, että flooding on sitten taas kauhusta jähmettyminen. Hevonen voi näyttää tyneltä, mutta se on ns tilassa. Silloin siihen on vaikea saada kontaktia.

Rauhoittavien signaalien hyödyntäminen vuorovaikutuksen tukena

Hevonen oppii käyttämään.

KORVAAVA KÄYTTÄYTYMINEN

Sitä tulee, jos stressi ei vähene

Haistelee tai hamuaa maata syömättä

Hieraa päätä tai kaulaa omaa jalkaansa tai esinettä vasten.

Kuopii

Kuopiminen

Yleisimpiä korvaavia reaktioita.

Helppoin ketju rakentaa. Se kuopii, sanotte ei, se kuopii lisää saadakseen reaktion.

Rankaisu lisää stressiä ja lisää kuopimista.

Ketju on valmis.

Pään ja kaulan viskominen

merkitys riippuu asiayhteydestä.

Esim videossa poni heittää päätänsä. Pelästyy nurkasta lähtevää ihmistä. Tulee hätäkakka.

Rivakka sivusuuntainen liike.

Korvaavan käytöksen kanssa toimiminen ilmenee jos stressi ei vähene. Älä koeta estää, se lisää stressiä.

Jos rapsuttaa jalkaa ratsastaessa, ja sen antaa kerran tehdä, niin se voi mennä ohi. Stressi on purettu. Mutta, jos siitä on tullut häiritsevää käytös, niin täytyy purkaa.

Helpota tehtävää.

STRESSISIGNAALIT

On ihan ok, että hevonen näyttää hetken stressisignaaleja. Jos ne jäävät, niin stressihormonit jäävät päälle, eikä se pysty rauhoittumaan.

VÄLIMATKAA LISÄÄVÄT SIGNAALIT

Pureminen

Hevonen ei pure vahingossa. Niillä on ihan tarkkaan grammamääräkin tiedossa miten ne purevat.

Esimerkin miellyttävä poniori, kävi päälle kun omistaja tuli. Sillä oli menneisyydessä ikävä kokemus ja se oli oppinut, että kun omistaja tulee paikalle, niin se sai rohkeutta käydä "hyökkääjän" päälle.

Jos tulette oikeasti purruksi, niin katsokaa peiliin. Hevonen tai koira ei pure, jos ei ole paljon pielessä. Pikkuisen näykkäisyynkin kanssa on aina jokin asia, joka hevosta vaivaa. Kaikki asiat ovat purettavissa.

Uhittelee potkulla

Turvaetäisyys on 9 metriä joka suuntaan ja sen on syystä.

Osuvat grammalleen.

On olemassa myös reaktiopotku. Se on lähestyvän pedon vuoksi. On hyvä tietää, jos jollakulla on vahva reaktio tehdä hätäpotku

Ihan kuten orin kanssa, täytyy aina muistaa, että sillä on testosteronia.

Pukittaminen

Jos pukittaa, niin siihen on joku syy. Esteen jälkeenkin se pukittaa syystä.

Jähmettyminen, hyökkäys, pako

Eloonjäämisyöntö on vahva. Tässä tilassa hevonen on arvaamaton, jopa vaarallinen.

Jähmettyminen

Pupulla on sama.

Jähmettymisvaiheessa on vielä jotain tehtävissä, että jähmettymisen saa tyyntymään.

Jähmetyksen voi purkaa opetetulla turvatehtävällä.

Se turvatehtävä on opeteltava muussa yhteydessä. Esimerkiksi kosketus.

Aggressio on käytös. Ei tunne.

Tiedä mikä on tunne käytöksen takana.

Älä ota asioita henkilökohtaisesti. Hevosella on aina hevosen syy tehdä jotain.

Erota hevosen käytöksessä vartiointi ja pelko. Näyttävät yllättävän samalta.

Pärskiminen

Usein tekee kun tyyntyy, nolaa tilanteen.

Parasympaattisen ja sympaattisen rajalla.

Taakse nojautuminen

Eri asteista

Opettakaa esim riimun paine joka suunnasta. Sivusta, takaa, edestä, alta. Ei tule pystyyn nousemista, osaa nousta traileriin.

Mahan alta rapsutuksesta osaa nostaa selkäänsä.

Hännällä huiskiminen

Riippuu asiayhteydestä.

Voi olla merkki kivusta, mutta aina pitää huomoida muu elekieli.

Joskus hevoset vain tekevät hölmöjä asioita.

Korvat kertovat mihin hevosen keskittyminen on suunnattu.

Ihan turha antaa vihjettä, jos korvat ovat ihan toiseen suuntaan.

Ruokaa ei lähdetä päättömästi syöttämään, vaan hevosen täytyy aina tehdä jotain saadakseen sen.

On mahdollista, että näyttää itseään mihin sattuu tms pyytää apua.

Luennolla näytetään kuva hevosesta, joka ei antanut koskea korviinsa. Niska jumissa.

Ääntely

Opetelkaa hevosenne äänimaailma.

Rakkaushörinä

Älkää ylitulkiko. Tästä mallina Susanna näyttää kuvaa hevosesta, joka äkkipäätä näyttää siltä, että sillä on kivun tunnusmerkit, mutta se on vain ihan KYPSÄ.

Positiivinen koulutus

Miettikää palkinto, mistä eläin hyötyy. Toimii myös ihmisellä.

Onko kukaan ajanut koskaan ylinopeutta? Tiedättekö, että tulee sakkoa? Silti ajoitte. No entä, jos saisit jotain arvostamaasi, kun ajat aina oikeaa nopeutta. Hevosesta pitää tuntua siltä, että se haluaa tehdä sitä työtä.

Kun ketjutusta viedään tarpeeksi pitkälle, työ itsessään alkaa tuntua palkitsevalta.

Siinä on myös turvallisuustekijä. Olet pressukatoksessa ja kuusi alkeisratsastajaa ratsastaa.

Lumi alkaa pudota, hevoset katsovat opettajaa, onko hätää. Ihminen on turva, ei este pelastautumiselle.

Käytöksesi vaikuttaa hevoseesi aina. Jos et halua vaikuttaa siihen, älä mene sen lähelle. Jos olet kireä ja huonotuulinen, älä mene hevosen lähelle.

Hevonen kuulee sykkeesi. Pystyt laskemaan sykkeesi hengittämällä. Pitkällä

sisäänhengityksellä, kolme sekuntia ja sydän rauhoittuu. Se saa jo hevosen rauhoittumaan.

Kilpailutilanteessa. Yhdessä kivaa.

Mikä muu vaikuttaa?

Sää, tuuli, aurinko, tuuli, muut ihmiset, nälkä, hevosen tunnetilat, ihmisen tunnetilat kaikki vaikuttaa.

Joku asia ei ole pelottava poissa kotoa, mutta kotona se on pelottava, koska se ei kuulu kotiin.

Tarkkailkaa hevosiinne. Oppikaa niiden kieltä. Ainakin kaksi viikkoa vain havainnoitte, ennen kuin muutatte mitään.

Hirvittävän usein auttaa, kun olette hetken hiljaa.

Hidasta, pysähdy.

Hengitä, rauhoitu.

Lähesty eri suunnasta.

Hevonen oppii helposti väärän merkityksen sanalle, esimerkiksi, kun sanot "soo soo". Se tietää, jos se liittyy pelkoon. Se ei siis välttämättä rauhoita sitä, vaan kertookin, että kohta tapahtuu jotain pelottavaa. Lopulta pelkkä sana saa hevosen huolestumaan.

Samoin, yllättävän moni hevonen on oppinut, että "prrrr" tarkoittaa, että kohta tulee jotain. Se ei tarkoitaakaan, että pitää olla hiljaa tai hidastaa.

Sanoilla on merkitystä vain jos niillä on merkitys hevoselle. Sanalliseen vihjeeseen sisältyy aina myös tunnetila, opeta sanat, kun hevonen on rento. Käytä sanaa vihjeenä, neuvona, älä käskynä. Äänenpaino ja sanojen artikulointi vaikuttaa. Esim. "odota" voidaan opettaa tarkoittamaan paikallaan seisomista liikuttamatta jalkoja, kunnes saa uuden vihjeen. Hevonen saa silti katsella ja havainnoida ympäristöään.

Vaikkei hevonen ymmärtäisi sanoja hevosta voi tynnyttää äänensävyyn ja oman olemuksen avulla, kun suhde ihmiseen on oikein rakennettu.

Jos saatte itsenne kiinni, että olette hermostuneita, menkää pois hevosen luota. Jos ette pysty rauhoittamaan, niin älkää menkö lähelle. Miettikää miksi teillä menee päreet. Jos meni, niin jotain pitää ennen seuraavaa kertaa hevosen kanssa toimiessa muuttaa, mahdollisesti helpottaa ja/tai uudelleenkouluttaa.

Hevosen pimeän adaptaatiokyky on todella huono. Se ei näe traikkuun tai maneesiin ja sen näkö on kaksiulotteinen ja silmät päässä hankalasti. Rakenna luottamus ihmisen ja hevosen välille.

Ristiinsovittaminen

Kun hevonen on nopea, hidasta itseäsi

Hermostunut hevonen, rentoudu

Aggressiivinen, tyyni ja rauhallinen.

Ristiinsovittaminen, harjoitus.

Tehkää kotona parityö. Kun toinen on kiukkuinen ja toinen tynnyttää. Miten käy, mikä auttaa.

Hevonen ketjuttaa aina. Jokainen käsittelykerta on joka tapauksessa aina koulutuskerta.

Opetatko sille asioita tahallaan vai tahattomasti?

Vaadi aina vain koulutettuja asioita.

Muutama koulutuskeino:

Ota satula tai silat mukaan kun menet ruokkimaan hevosta. Havainnoi mitä hevonen tekee.

Hevonen ei anna kiinni tai lähtee karkuun. Käyt vain tarhassa antamassa herkun. Toistoja tarvitaan paljon. Käy sata kertaa ja ota neljästi kiinni.

Jos hevonen on hyvin resurssiaggressiivinen, eli ajaa pois ruualtaan, niin vie se aluksi kauemmas syömään, ettei sen tarvitse puolustaa ruokaansa. Rakenna luottamus siihen, että ruokaa tuodaan lisää, eikä oteta pois, asteittain.

Laita riimu ja ota pois. Opetta, ettei riimun laittaminen aina tarkoita lähtöä töihin tai kiinni joutumista.

Mikä on resurssi, jota hevonen tavoittelee

Mikä on palkka, jolla hevosesi työskentelee. Hae se minkä eteen se työskentelee.

Signaali. Havainnoi. Tyyntyykö? Jos ei, niin etsi syy ja linjaa pois. Tyyntyy, voi edetä.

Korvaavan käytöksen kohdalla helposta

tehtävää tai lisää etäisyyttä. Vaaralliset kottarit... Jotenkin pitää hevosta auttaa.

Harjoitus. Luentoyleisö saa tehtävän. Kuvassa on nuori hevonen ensimmäistä kertaa

kisoissa. Miten sitä voi auttaa? Rapsuta, hengitä syvään, jos puhe on ehdollistettu

puhu. Voisiko olla avustaja? Vasen silmä oikea aivolohko kohtaa vaarallisen. Voi koettaa

kääntää. Ihminen edelle, vanhempi

hevonen edelle. Pointti on, että se ei itse pääse tuosta eteenpäin.

Hevosen täytyy antaa välillä liikkua reippaasti. Kovassa laukassa sen ruuansulatuselimistö lähtee silloin toimimaan.

Linkit Rachaël Draaisman hevosen viestiportaisiin. Käännös Nina Mäki-Kihniä ja Susanna Hämäläinen

<https://calmingsignalsofhorses.com/wp-content/uploads/2018/11/Finnish-for-reproduction-Ladder-3.3.pdf>

<https://calmingsignalsofhorses.com/wp-content/uploads/2018/11/Finnish-for-reproduction-Ladder-3.4.pdf>