



Foto: Joakim Persson

I huvudet på JENNY DAMM

Jenny Damm är hundföraren som triggas av det svåra och tappar motivationen om det blir för lätt. Kanske är detta hemligheten bakom den mångåriga toppform hon visat i en gren som agilityn, där konkurrensen blir allt hårdare och träningstekniken alltmer avancerad.

TEXT: JENNY WIBÄCK

– Jag är fortfarande hög på adrenalin efter årets VM-bana som var supersvår, berättar Jenny. Den gillade jag verkligen, trots att vi missade näst sista hindret.

Meritlistan är minst sagt diger. 2001 tog Jenny VM-guld och sedan dess har hon – med ett undantag på grund av skadad hund – årligen kvalificerat sig för agility-SM trots flera olika uttagningssystem. Hon har ett flertal medaljer från internationella mästerskap och här i Sverige har hon vunnit SM-guld med fyra olika hundar!

Intresset för hinderbanor växte fram under Jennys tonår då hon tävlade hästhoppning. Djuren har alltid haft en stor och självklar plats i Jennys 38-åriga liv. Det mest anmärkningsvärda i hennes underhållande djurhistorier är att flera av djuren följde henne vart hon än gick. Dansmusen Lisa följde – utan bur – med till skolan och marsvinet Norpan sov i sängen och följde med på segelturer.

– Jag hade även en snigelskola, berättar Jenny. Men den var dock inte så tävlingsinriktad, utan det handlade mer om att lära sniglarna olika saker, fortsätter hon, som om det vore den allra mest självklara sak i världen att träna en snigel.

Just tilltron till träning och vad som är träningsbart är en viktig del i Jennys framgångskoncept.

– Det finns ingen förare som är för långsam för sin hund. Däremot finns det förare som inte letar upp vad de behöver träna hunden på för att kompensera sina tillkortakommanden, så att helheten fungerar.

ATT TÄVLA OFFENSIVT

Jenny tror att den vanliga rädslan för fel och svåra upplägg gör att många missar att fundera på exakt vad de egentligen är förtjänta av att träna på. Självdarar hon det så långt att hon under en banvandring kan välja de handlingsalternativ där hon tror att hon har minst chans att lyckas. Detta för att helt enkelt testa vad som är möjligt och antingen åka hem med en seger eller en viktig lärdom. Hon beskriver ett långsiktigt tävlingstänk där hon ständigt tränar sig själv i att tävla offensivt.

VINNER VI INTE DEN TÄVLINGEN, SÅ
HAR JAG I ALLA FALL BLIVIT ETT SNÄPP
BÄTTRE PÅ ATT TÄVLA OFFENSIVT.

– Jag har lärt mig att jag måste våga satsa allt för att kunna vinna. Vinner vi inte den tävlingen, så har jag i alla fall blivit ett snäpp bättre på att tävla offensivt. Ett offensivt tävlingstänk gör att jag tar fler risker och chansar mer. Intressant nog så ökar inte mina misslyckanden av detta, tvärtom. Ju mer offensivt jag tävlar, desto bättre blir jag. Och på ett generellt plan ser man i princip ingen som tävlar defensivt med framgång!

Under Jennys första år i agilitylandslaget deltog en mental coach som blev mycket viktigt för hennes intresse och utveckling inom mental träning. Framför allt lärde hon sig vikten av positivt tänkande i relation till målbildsträning. För att klara det offensiva förhållningssättet i praktiken väljer Jenny att tänka att hennes hund just under tävlingen fungerar som en radiostyrd bil.

– Med en radiostyrd hund skulle ju agility inte kunna bli svårt, inte för någon. Och skulle det fallera får man ju bara hem och mecka lite!

I det tankesättet finns en stor tillit för genomförd träning, samt till att hunden gör sitt allra bästa. Jenny beskriver vikten av att acceptera de val hon gör i det offensiva tävlandet, även då de inte leder till framgång.

– Jag ältar inte valet eller beslutet, det måste jag acceptera, för det ingick ju i mitt huvudmål; att tävla offensivt. Däremot fokuserar jag på hur jag ska träna och utveckla vår teknik så att vi inte gör samma miss nästa gång vi får chansen.



Jenny tränar regelbundet inomhus med sina hundar.

VIKTIGT ATT HUNDEN TRIVS

Utifrån övertygelsen att allt är träningsbart så är den informationen aldrig något som skrämmer. Samtidigt finns det en viktig gräns för Jenny och det är att hunden trivs i sammanhanget.

– Jag skulle inte kunna fortsätta träna en hund som uppenbart inte gillar det den gör eller det sammanhang jag försätter den i. I ett sådant scenario blir det ju enbart för min skull och då tappar allt sin mening. I belöningen vill jag ha ett ömsesidigt utbyte av glädje mellan mig och hunden, det betyder väldigt mycket!

Hon beskriver sin 7-åriga hund Zaa som exempel på en sådan hund. Han är pensionerad från tävlande på grund av sjukdom, men träningen ger Jenny en stor portion energi och det är den sista hund på jorden hon skulle omplacera, trots att han är utdömd som tävlingshund.

– En gång har jag omplacerat en hund. Egentligen hade han väldigt goda förutsättningar tävlingsmässigt, men jag kände aldrig att det var ”vi”. Hade jag behållit honom så hade det enbart varit för att bevisa något för mig själv och det kändes inte rätt.

Första hunden var en jack russel, som fick fylla tomrummet efter det speciella marsvinet Norpan. Jenny började gå kur-

ser och Irene Stjärnås blev en viktig mentor. Hon utbildade sig även till IMMI-instruktör. Ett viktigt mål som Jenny länge strävade mot och slutligen uppnådde var att hunden, precis som de tidigare djuren, skulle kunna vara med överallt. Så småningom växte längtan efter en större hund fram.

ISTÄLLET VAR JAG INNE PÅ ROTTWEILER, MEN JAG HANN BARA SKAFFA T-SHIRTEN, INNAN JAG SPRANG PÅ LOTUS...

– Men border collie var inte alls det jag hade tänkt, berättar Jenny. Jag tyckte mest att de såg rädda ut. Istället var jag inne på rottweiler, men jag hann bara skaffa t-shirten, innan jag sprang på Lotus och hans syskon av en slump.

När hon beskriver hans klokhets, stabilitet, förmåga att alltid göra sitt bästa, samt det faktum att han nådde fram till många olika sorters människor, hamnar blicken i fjärran, till en tid som hon påtagligt saknar.

– Han har en avgörande del i den resa jag har gjort, säger Jenny ödmjukt. Han hjälpte mig att bli trygg på tävlingsplanen, samtidigt som han lärde mig mycket om hundar i allmänhet och deras kommunikationsmönster i synnerhet.

SKIPPAR JANTELAGEN

Namnet Lotus lever vidare i den hall hon startat tillsammans med sina hyresvärdar i halländska Öinge och som nyttjas flitigt både för egen träning och för kursverksamhet. Inredningen som bland annat består av stora planscher och mängder med priser avslöjar en rätt så osvensk tjej som inte låter sig styras av Jantelagen. Jenny upplever själv att hon varit förskonad från missunnsamhet.

– Det kan bero på att jag har valt att hålla mig lite utanför heta diskussioner och den del i föreningsarbetet som handlar om att påverka och förändra. Däremot uppskattar jag att andra gör det, det är viktigt för att sporten ska utvecklas. Självt hjälper jag gärna till på tävlingar istället. När jag tävlar är jag noggrann med att göra det för min egen skull. Det är en viktig del i min kontinuerliga mentala träning. Att tävla för att visa något för andra fungerar definitivt inte.

I rollen som instruktör får hon desto mer input. Förfrågningar kommer från världens alla hörn och sex veckors arbete i Florida har numera blivit en tradition.

– Genom mina elever får jag massor med inspiration och ständig chans till ett utifrånperspektiv på träningen, vilket hjälper mig att förstå hur hundarna tänker.

En annan person som är viktig för Jenny är samarbetspartnern Jeanette ”Nettan” Johansson, som bistår med ovärderlig struktur i såväl jobb som träning och tävling.

– Exempelvis får jag hjälp med mina tjuvstarter. Och de är alltså mina, inte hundarnas betonar Jenny. Tanken ”jag klarar det nog härifrån” slår mig och så släpper jag planen. Att gå så långt som jag egentligen skulle göra, känns i den stunden alltför tråkigt och det känns inte som om mitt tålmod räcker till, säger Jenny med ett stort leende.

Samma leende som en gång tillhörde tjejen med snigelskolan och som nu är en av världens mest framgångsrika hundtränare – ständigt på jakt efter nya svårigheter och utmaningar! ■