



STARKA TILLSAMMANS

- när det verkligen gäller!

Tänk dig in i situationen att du är med i ett basketlag. Ni tränar flitigt varje vecka och har ofta väldigt roligt tillsammans. En dag ska du spela din första match. När ni är på plats ser du att korgarna är hälften så stora som de ni spelat på hemma. Du förstår snabbt att alla andra i laget visste detta, utom du.

TEXT: JENNY WIBÄCK FOTO: MARIA EVALDSSON

Någon har alltså glömt att informera dig om att korgarna på träningsplanen därhemma inte håller standardmått. Du gör några tappra försök att få bollen i korgen under matchen, men lyckas inte. Det blir för svårt. Dina medspelare möter dig med himlande ögon, djupa suckar och tråkigt tonläge. En bit in i matchen känner du hur de ignorerar dig helt men så plötsligt får du en passning och den sura uppmaningen "skärp dig nu, sätt den!" Eftersom de tidigare försöken floppat totalt så väljer du att låta bli att skjuta mot korgen trots att du är fri. Du passar istället tillbaka bollen och hör någon i laget säga "Vad är det med henne, vågar hon inte skjuta bara för att det är match? Typiskt henne att sabotera för laget när det verkligen gäller".

VARJE TÄVLINGSSITUATION ÄR UNIK

Denna situation är nog inte helt olik den som många hundar utsätts för på tävling. Lyckligtvis blir allt fler förare medvetna om vikten av att träna så att man är förberedd för de specifika omständigheter som råder i tävlingssituationen. Men – hur väl man än förbereder sig, så är varje upplägg unikt och svåra situationer kommer man ändå att möta. Situationer där förmågan att agera som en sympatisk medspelare för sin hund sätts på prov.

Kanske är det just de oväntade svårigheterna som vi som förare behöver bli bättre på att förutse eller åtminstone förbereda oss inför mentalt. Det är alltför många som fastnar i konstaterandet "det funkade aldrig på tävling" – men ändå inte förbereder sig för att det sannolikt blir lika svårt nästa gång. En strategi som varken är schysst gentemot sig själv eller hunden och den stärker definitivt inte er som team. Vi blir inte bättre på att tävla bara för att vi ökar mängden träning, utan vi måste se till att träna på rätt saker. För att förstå exakt vad det är som blir för svårt, så måste jag först och främst gå in för att förstå min hund.

DEM NÄRMAR SIG DEM?

Etologen Per Jensen väcker under en av sina föreläsningar tanken att hund och människa kanske är världens mest samarbetande däggdjur. Utgrävningar av gravar och analyser av grottmålningar tyder på att vår gemensamma historia kan sträcka sig 12 000 år tillbaka i tiden.



Har din hund fått chans att träna på att gripa de apportner ni möts av på tävling? Att träna på en riktigt liten apport kan dessutom motsvara den svårighet hunden möts av om den apport som ska hämtas in på tävling råkar hamna i skuggan, nära en vägg eller så att hunden får solen i ögonen.

Det finns olika teorier om hur det gick till när vi hittade varandra – var det vi som hittade hunden, eller var det den som hittade oss? Denna fråga kan också vara intressant att ställa utifrån den relation man har till sin egen fyrbenta träningskamrat. Hur ser vår gemensamma utveckling ut? Närmar jag mig min hund med nyfikenhet, eller ligger det helt och hållet på hunden att anpassa sig till mig?

Människa och hund kan bilda superteam tillsammans, men som i alla relationer är det viktigt att ha koll på var man själv slutar och var den andra börjar. Jag är inte min hunds prestationer – och min hund har aldrig åtagit sig att uppfylla mina ambitioner eller drömmar. Vi är två individer, med olika styrkor och svagheter. Vår relation kommer aldrig att vara jämlik. I rollen som den med mest makt har jag ett ansvar för att i första hand se min hund som just en hund. En individ av en annan art, med egna behov, egenskaper och instinkter.

HUR ÄR DET ATT VARA HUND HOS MIG?

Hur är det att vara hund? Hur upplever just min hund en tävlingssituation? Hur är det att vara hund hos mig? Hur är det att tävla tillsammans med mig? Att emellanåt stanna upp och



Foto: Shutterstock



försöka närma sig hundens perspektiv på tillvaron kan vara till stor hjälp i både träning och tävling. Samtidigt är det viktigt att våga se såväl styrkor som svagheter hos sig själv. Kanske visar du själv väldigt olika sidor på träning respektive tävling? Eller så styrs ditt beteende tydligt av motgång respektive medgång?

Hur pratar du om din hund efter en mindre lyckad tävling? Finns där ord som inte är så snälla – och hur skulle du i så fall reagera om en idrottare pratade på samma sätt om sin lagkompis i en tv-intervju? ”Det spelar väl ingen roll – hunden förstår ju inte det ändå”, tänker kanske någon. Men bakom orden finns ju tankar och synsätt som speglar hur vi bemöter hunden som lagkompis.

Det händer tyvärr att hundar som med alla sina signaler försöker förklara att situationen känns otrygg, får se sin förare agera motspelare snarare än medspelare. Nosandet i backen som kanske är ett uttryck för osäkerhet tolkas som trots och en tjuvstart anses vara slarv. Dessa feltolkningar sätter förstås käppar i hjulet för vår förmåga att samarbeta, såväl i stunden som på lång sikt.

VIKTEN AV ATT JOBBA HÅRT I TÄVLINGSSITUATIONEN

Hur vi agerar i själva tävlingssituationen påverkas sannolikt av vår syn på vad en tävling egentligen är. Om man ser tävling som ett rent test och avstämning på den träning som genomförts ”sedan sist” så tenderar man troligen att agera rätt så passivt. Man gör helt enkelt som man brukar och ser hur det går. Utlämnad till omständigheterna och utan att försöka ta kontroll över situationen.

Ett alternativt förhållningssätt är att se tävlingen som ett viktigt jobb som ska göras – en spännande utmaning som jag och min hund ska klara tillsammans. Det är vi mot världen!



Kom ihåg att även rent fysiskt försöka se saker ur hundens perspektiv. Till exempel kan du gå ner i hundens ögonhöjd och upptäcka vad hunden egentligen ser, från startpunkten. Troligen inte samma sak som du.

Varje tävling rymmer ett unikt upplägg och jag kan som förare gå in för att förbereda mig så mycket som möjligt för varje specifik situation. Genom att komma i god tid på tävlingsdagen kan jag hinna titta på banan och förbereda mig för eventuella svårigheter. Får jag ett sent startnummer kan jag

få viktig information av att titta på några andra ekipage. Finns det något på planen som tycks distrahera hundarna? Dofffläckar jag kan undvika, eller synretningar som jag kan minska genom att välja riktningar och tajma signaler?

Att vara mentalt inställd på att svårigheterna kommer, behöver inte vara en motsättning till att ha ett positivt fokus. Men det krävs kanske att man accepterar och till och med gillar det faktum att det är just svårt!

VARJE TÄVLING ÄR EN VIKTIG TRÄNING INFÖR NÄSTA START

Utöver förberedande strategier är det också oerhört värdefullt att kunna läsa och samspela med hunden i stunden. Behöver den ett litet extrakommando för att komma i rätt tanke? Bara för att en viss strategi ger poängavdrag eller tidstillägg, betyder det ju inte att jag inte får eller ska tillämpa den. Varje tävling är en viktig träning inför nästa start, så stötta din hund på det sätt som situationen kräver. Se till att den trivs och var noggrann med att hunden känner att ni gör det här tillsammans. Att gå av banan med gott självförtroende och hög svans är värt så mycket mer på lång sikt än några tappade poäng hit och dit.

Kom ihåg att också hålla koll på dig själv – hur agerar du när ni stöter på svårigheter i skarpt läge? Är du där med passningar och assister så att hunden får chans att ”göra mål”? Eller blir du stressad och irriterad – likt lagkompisarna i basketlaget?

Om svaret till den sista frågan är ja, så är det viktigt att du gör något åt situationen. Det vackra i kråksången är att vi som har förmånen att vara i samma lag som en hund, har unika och häftiga möjligheter att utvecklas. Hundens tålmod och lojalitet kan vara en hjälp för att arbeta bort mänskliga svagheter som prestationsångest och självcentrering. Styrkor som kompenserar svagheter – lagkompisar som gör varandra bra.

Om vi vill finns det ju ett mångtusenårigt samarbete att bygga vidare på här. Ur ett etiskt perspektiv bör vi kanske inte bara se det som en möjlighet, utan också som en skyldighet gentemot vår bästa vän och samarbetspartner.

VAD MYCKET DET BLEV ATT TÄNKA PÅ!

Ja – det är en hel del att tänka på ute på banan som kan ha stor inverkan för resultatet. Men visst känns det ganska rimligt att det är den i teamet som gjort lagsammansättningen, valt gren, valt aktuell tävling och planerat samtliga träningar som tar just det ansvaret? På så vis behöver hundens ansvar inte sträcka sig längre än att vara just hund. Dessutom ökar du chansen för att få se den bästa versionen av din och hundens samlade kapacitet. □