

Languages on this page: 

ISSN 1652-7224 ::: Publicerad den 12 maj 2010

Utskriftsvänlig pdf-fil

Läs mer om hästsport på [idrottsforum.org](http://idrottsforum.org)

Hästnäringen går mot ljusare tider. Efter nedgången som följde på mekaniseringen av jord- och skogsbruk efter kriget har näringen anpassat sig till en ny situation, med nya villkor och behov. Efterfrågan på hästar kommer idag främst från hästsporten, travsporten och fritids- och turistsektorn, och nya spännande terapeutiska grepp har inkluderat hästen i olika former av vård. Avel och uppfödning är en tillväxtindustri och det finns idag över 300.000 hästar i Sverige. Näringen är en mångmiljardindustri som genererar 28.000 helårsarbeten. Det är Sveriges näst största sport efter fotbollen, med en halv miljon svenskar som rider regelbundet och 200.000 medlemmar i Svenska Ridsportförbundet. Och som alltid i sådana här sammanhang finns det tidningar, tidskrifter och böcker i ämnet. Vi bad forumets hästexpert Susanna Hedenborg titta närmare på två nya "hästböcker", *Hästens kroppsspråk* av Susan McBane och *Den inre ryttaren: Tänk rätt och rid bättre* av Cecilia Löfgren, båda från ICA Bokförlag. Det är väl främst den senare som engagerar vår recensent; den ligger mitt i en aktuell trend av böcker om idrott och lärande som kan sammanfattas i coachingbegreppet och som lägger fokus på utövaren snarare än omgivningen. Boken behandlar i det sammanhanget olika ledarstilar inom hästsporten, där den "sunda" inte oväntat framställs som särskilt attraktiv.

## Om hästen – och om ryttaren

**Susanna Hedenborg**

Institutionen för idrottsvetenskap, Malmö högskola

*Susan McBane***Hästens kroppsspråk**

Översättning Ulla-Märta Westerstål

208 sidor, inb., ill.

Västerås: ICA Bokförlag 2009

ISBN 978-91-534-3364-4

*Cecilia Löfgren***Den inre ryttaren: Tänk rätt och rid bättre**

122 sidor, inb.

Västerås: ICA Bokförlag 2009

ISBN 978-91-534-3301-9

Kommunikation står idag i centrum inom hästsporten och detta illustreras tydligt genom böckerna *Den inre ryttaren* och *Hästens kroppsspråk*. Genom att analysera hästarnas och människors samspel från två håll – ryttarens sätt att agera och reagera och hästens handlingsmönster – blir hästsportens specifika karaktär synliggjord. Det speciella med hästsport är nämligen att det inte bara är människans rörelser och vilja som spelar roll för resultatet utan även djurets förmågor och vilja att utföra något.

Jag ska här inte fördjupa mig i innehållet i *Hästens kroppsspråk* även om det är en trevlig bok för den som börjat intressera sig för hästar, eller för någon vars barn blivit "hästtokig". Här finns bra bilder och korta instruktiva texter om varför hästar beter sig som de gör. Mer intressant är att konstatera att denna bok är en i raden av böcker som handlar om att vi som människor måste lära oss att förstå djuren bättre för att inte skapa lidanden och frustration i onödan. Det vore en spännande forskningsuppgift att analysera flera liknande böcker kanske över en längre tidsperiod i syfte att komma åt människans syn på relationen mellan sig själv och djuret.[1]



*Den inre ryttaren nar*, som redan namnts, ryttaren i fokus. Det är coachen Cecilia Löfgren som författat den – inte minst utifrån egna upplevelser som ryttare och coach. I boken lyfts ryttarens mentala träning fram som en viktig del av ridkonsten. Författaren påpekar, liksom många andra författare av självhjälpslitteratur, att ryttare (liksom andra idrottsmän och -kvinor) ofta förlägger problem och lösningar utanför sig själva. Det är fel på hästen – jämför bollen, racketen, planen, backen, medtävlarna

– och inte på ryttaren själv. Löfgren resonerar om hur man kan arbeta med sig själv, stärka sin ryttaridentitet och självbild och därigenom påverka sin relation till hästen. En missnöjd ryttare ger nämligen en missnöjd häst.

Löfgren understryker att coachen har fokus på ryttaren och inte på hästen. Hon skiljer även mellan instruktören, som hon menar utgår från ett lärande utifrån och in, medan coachen utgår från ett lärande inifrån och ut. Det handlar alltså för de senare om att låta ryttarens vision bli synlig, att ryttaren själv måste känna efter och reflektera över vad som känns rätt och fel och att ryttaren ska hjälpas att se att de inre hindren ofta är större än de yttre. Enligt Löfgren betonar instruktören sin egen vision, talar om vad som är rätt och fel och ger råd utifrån egna erfarenheter. Jag vet inte om det går så knivskarpa gränser mellan instruktörer och coacher (Löfgren gör ingen skillnad mellan tränare och instruktörer, medan andra skulle säga att tränare fokuserar på hästen och instruktören på ryttaren) i daglig praktik. Det är mer intressant att konstatera att uppdelningen följer en diskussion som funnits inom det utbildningsvetenskapliga fältet där kunskapssynen och lärandet varit centrala utifrån frågor som behandlar lärandeprocesser och kunskapsförmedling eller kanske ännu hellre kunskapsdelning. En sådan diskussion saknas i boken, som inte heller utger sig för att vara en vetenskaplig bok på fältet. Men jag tror att en undersökning av synen på hur lärande och kunskap förändrats över tid inom ridsporten hade varit intressant.

En sådan studie skulle också kunna förklara en annan problematik som författaren närmar sig – hästsportens olika ledarskapsstilar. Här kontrasterar Löfgren en gammal auktoritär ledarskapsstil mot en ny coachande ledarskapsstil. Den förra sägs handla om bland annat makt, dominans och hot om repressalier, medan den senare betonar egen vilja, delaktighet och distans till de egna reaktionerna. Jag menar även att den förra skulle, ur ett utbildningsvetenskapligt perspektiv, kunna sägas stå för att det finns *en* sanning, medan den senare skulle representera ett synsätt som accepterar *flera* sanningar. Löfgren lyfter också fram andra ledarskapsstilar: den undfallande, aggressiva och sunda. Att den sistnämnda är det man ska eftersträva hörs väl redan på namnet? Huruvida de olika ledarskapsstilarna dessutom hänger samman med den feminisering som hästsporten genomgått diskuteras inte – även om Löfgren nämner att den auktoritära ledarskapsstilen hörde hemma inom det militära.

Att nå reflexiv medvetenhet och att stärka självkänslan är viktiga mål inom alla idrotter.[2] Och kanske är inte hästsporten så annorlunda som jag i början av denna recension gör gällande? Återigen skulle jag vilja väcka en forskningsfråga – skulle det gå att göra en jämförande studie av de böcker som på detta praxisinriktade vis behandlar den mentala träningen? Det vore önskvärt att någon i skärningsfältet mellan utbildningsvetenskap, idrottsläran och ridsporten tar sig an den uppgiften.

[1] Jmf Niklas Cserhalmi, *Djuromsorg och djurmisshandel 1860–1925. Synen på lantbrukets djur och djurplågeri i övergången mellan bonde- och industrisamhälle*, Gidlunds förlag, 2004.


[2] Löfgren påpekar själv att hon hämtat mycket inspiration från Timothy W. Gallwey, *The inner game of tennis*, Random House, 2008.

© Susanna Hedenborg 2010.


 [Hitta bästa pris på Hästens kroppsspråk hos Prispallen.se](#)


 [Kjøp Hästens kroppsspråk fra Capris.no](#)

 [Sammenlign priser på Hästens kroppsspråk hos Pensum.dk](#)

 [Buy this book from Amazon.co.uk](#)


 [Buy this book from Amazon.com](#)

 [Hitta bästa pris på Den inre ryttaren hos Prispallen.se](#)

 [Kjøp Den inre ryttaren fra Capris.no](#)

 [Sammenlign priser på Den inre ryttaren hos Pensum.dk](#)

 [Buy this book from Amazon.co.uk](#)

 [Buy this book from Amazon.com](#)

