



To be(tt) or not to be(tt), that is the question

En studie av övergång till bettlös ridning på ridskola

Tova Wranning

Självständigt arbete • 15 hp
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU
Institutionen för husdjurens biovetenskaper
Etologi och djurskydd (kandidat)
Uppsala 2026

To be(tt) or not to be(tt), that is the question – En studie av övergång till bettlös ridning på ridskola

To b(itt) or not to b(itt), that is the question – A study of the transition to bitless riding at riding schools.

Tova Wranning

Handledare: Susanne Lundesjö Kwart, Sveriges Lantbruksuniversitet, Institutionen för husdjurens biovetenskaper

Bitr. handledare: Elke Hartmann, Sveriges Lantbruksuniversitet, Institutionen för tillämpad husdjursvetenskap och välfärd

Examinator: Maria Andersson, Sveriges Lantbruksuniversitet, Institutionen för tillämpad husdjursvetenskap och välfärd

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E

Kurstitel: Självständigt arbete i biologi, G2E

Kurskod: EX0867

Program/utbildning: Etologi och djurskydd (kandidat)

Kursansvarig inst.: Institutionen för tillämpad husdjursvetenskap och välfärd

Utgivningsort: Uppsala

Utgivningsår: 2026

Nyckelord: Hästvälfärd, bettlöst träns, kommunikation häst – ryttare, Social License to Operate, ridundervisning

Sveriges lantbruksuniversitet
Fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för husdjurens biovetenskaper

Abstract

In recent years the interest of bitless riding has increased, yet this increased interest is seldom reflected in the head gears used at riding schools. It is of importance that the training conducted with animals is anchored in science, yet the subject of bitless riding is still largely unexplored. This study is a part of a larger project aiming to investigate the usage of both bitted and bitless bridles in correlation to welfare. The aim of this study is to investigate how a transition to bitless bridle affects the horses' behaviour, together with how the transition is perceived by different actors – students and instructors – at riding schools.

The material used to answer these questions consisted of questionnaires completed by riding instructors and students. A total of six riding schools and 13 horses participated and were studied during about six weeks. After every riding lesson with one of the participating horses both the instructor and student were asked to fill out a questionnaire regarding the lesson. All respondents got to rate the horses' expressed mindset and how hard the rein tension was perceived on a scale of one to ten. The instructors were also asked to rate how well the student performed the exercises and the students got to rate how safe they felt with the horse. Through open ended questions the respondents were given the opportunity to describe specific behaviours and any communication problems they experienced. The questionnaires have been analysed through both parametric statistics and thematic analysis.

The results from the questionnaires imply that both students and instructors perceive the horse as putting more pressure in the reins during bitless riding, and that problems with control and rideability were present. Despite this the students rated themselves as generally safe, which implies that the problems with control was more of a question of precision rather than a safety issue. Many of the respondents described the horses to be in a good mood. No change over the six weeks in the instructors' numeric answers could be observed. In the students answers, a weak sinking trend showed on all questions. A moderately strong trend (Spearman-correlation of -0,294) was observed in the students answers regarding rein tension, with a mean value week one of 6,96 that sunk to a mean value of 4,81 by week six. In summary the precision seems to be lowered when transitioning to a bitless bridle, at the same time as the horses were perceived as relatively happy when ridden on the sidepull.

Keywords: Horse welfare, bitless bridle, headgear, communication horse – human, Social license to operate, riding education

Innehållsförteckning

1 Tabellförteckning.....	6
2 Figurförteckning.....	7
3 Inledning.....	8
3.1 Bakgrund.....	8
3.1.1 Ridskolan – historia och roll i samhället.....	8
3.1.2 Hästvälfärd – generellt och på ridskolan.....	9
3.1.3 Huvudlag.....	10
3.1.4 Hästens inläring.....	11
3.1.5 Hjälpgivning och kommunikation i ridning.....	12
3.1.5.1 Hjälper.....	12
3.1.5.2 Kommunikation.....	12
3.2 Problem.....	13
3.3 Syfte.....	13
3.4 Frågeställningar.....	13
4 Material och metod.....	14
4.1 Del av större forskningsprojekt.....	14
4.2 Genomförande.....	14
4.3 Datainsamling.....	15
4.4 Analys.....	16
4.5 Etiska aspekter.....	17
5 Resultat.....	18
5.1 Hästarna.....	18
5.1.1 Individuell presentation av de medverkande hästarnas resultat.....	18
5.2 Ryttarnas uppfattningar om hästarnas beteenden.....	20
5.3 Ridlärarnas uppfattningar om hästarnas beteende.....	24
6 Diskussion.....	27
6.1 Resultatdiskussion.....	27
6.1.1 Energinivå.....	27
6.1.2 Specifika beteenden.....	28
6.1.3 Sinnesstämning.....	28
6.1.4 Kontroll.....	28
6.1.5 Ridbarhet.....	29
6.2 Val av metod.....	30
6.3 Framtida studier.....	31
6.4 Etik och hållbarhet.....	31
7 Slutsats.....	33
8 Referenser.....	34
9 Populärvetenskaplig sammanfattning.....	39

10 Tack.....	40
11 Bilagor.....	41
11.1 Elevenkät.....	41
11.2 Ridlärarenkät.....	47

1 Tabellförteckning

Tabell 1. Information om studiens hästars ålder, tid på ridskola, ordinarie bett och personlighet beskriven av personal

Tabell 2. Hästarna i studien, tiden de deltog och hur många enkäter elever, respektive ridlärare, fyllt i om dem. De hästar som deltagit genom hela studien markeras med grönt. De hästar som hoppat in senare än första veckan, som inbyte mot annan häst som behövt tas ur studien markeras med gult. De hästar som tagits ur studien markeras med rött.

Tabell 3. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga gällande specifika beteenden de lagt märke till.

Tabell 4. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga gällande eventuella kommunikationssvårigheter.

Tabell 5. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga där de kunde lyfta fram något övrigt från lektionen

Tabell 6. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på ridlärarnas fråga gällande specifika beteenden de lagt märke till.

Tabell 7. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på ridlärarnas fråga gällande övrigt de vill lyfta fram från dagens lektion.

2 Figurförteckning

- Figur 1. Elevers svar på samtliga numerära frågor. Boxarna visar samlingen av de mellersta 50%, medan de tunna linjerna visar de yttersta 25%. X:et i respektive box visar medelvärdet och den vågräta linjen representerar medianvärdet. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra.
- Figur 2. Sammanställning av alla öppna svar från elevenkäterna. Segmenten är döpta efter det tema de föll under och en efterföljande markering anger värderingen. Ett + motsvarar positiv värdering, n representerar de värdeneutrala fraser och - täcker de negativa värderingarna.
- Figur 3. Graf över elevernas svar på frågan gällande deras tygelkontakt, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trender av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.
- Figur 4. Graf över elevernas svar på frågan gällande hästens koncentrationsnivå, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trender av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.
- Figur 5. Ridlärarnas svar på samtliga numerära frågor. Boxarna visar samlingen av de mellersta 50%, medan de tunna linjerna visar de yttersta 25%. X:et i respektive box visar medelvärdet och den vågräta linjen representerar medianvärdet. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.
- Figur 6. Sammanställning av alla öppna svar från ridlärarenkäterna. Segmenten är döpta efter det tema de föll under och en efterföljande markering anger värderingen. Ett + motsvarar positiv värdering, n representerar de värdeneutrala fraserna och - täcker de negativa värderingarna.
- Figur 7. Graf över ridlärarnas svar på frågan gällande hur motvillig eller samarbetsvillig de uppfattat hästen som, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trender av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.

3 Inledning

3.1 Bakgrund

3.1.1 Ridskolan – historia och roll i samhället

Under andra halvan av 1900-talet skedde en revolution i Sveriges hästvärld. Hästar gick från att användas i jordbruk, skogsbruk, i armén och som transportmedel till att ridning blev ett vanligt fritidsnöje (Hedenborg, 2007). Efter första världskriget innebar teknologins framgång en mindre roll för hästen i dess tidigare arbetsområden (Hedenborg, 2007). Efter andra världskriget hade den svenska militären fortfarande ett intresse av att äga en hästresurs, men övervägde kostnaderna de innebar under fredstid (Hedenborg, 2007). Staten beslöt därför att bilda Ackordhästsystemet, vilket innebar att hästar ägda och utbildade av staten hyrdes ut till privatpersoner och ridklubbar, med visst ekonomiskt stöd till den som hyr (Hedenborg, 2007). Om kavalleriet skulle behöva sina hästar bibehöll dem sig rätt att ta tillbaka hästarna från hyrarna, exempelvis om krig skulle uppstå (Hedenborg, 2007). Detta innebar enligt Hedenborg (2007) att ridning som sport blev billigare och att fler ridskolor kunde startas och därigenom skapa möjlighet för personer från fler samhällsgrupper att börja rida. I takt med att ridning blev mer populärt och sporten gick nedåt i åldrarna bidrog staten med mer ekonomiskt stöd till ridskolorna, för att stötta ungdomsaktiviteter (Hedenborg, 2007).

Nu, i mitten av 2020-talet, ser ridskolan mycket annorlunda ut jämfört med de första ridskolorna för cirka 70 år sedan. Även om ridskolor fortfarande är delvis militärt präglade har demografin skiftat från en verksamhet för vuxna – främst män – till att nu erbjuda en bredd av aktiviteter som främst riktar sig till juniorryttare (Hedenborg *et al.*, 2021). Upp till nyligen var den vanligaste åldersgränsen för ridning på ridskola sju år, men på grund av en kombination av pressad ekonomi och föräldrars önskemål har en förändring skett (Torell Palmquist *et al.*, 2017). De senaste tio år har många ridskolor börjat erbjuda någon typ av ”knappe”-verksamhet för barn under sex års ålder (Torell Palmquist *et al.*, 2017). Utöver att aktivera barn och ungdomar – som nu för tiden har generellt sett mer stillasittande liv än tidigare – bidrar ridning och hästkontakt med personlig utveckling i flera aspekter, så som emotionell intelligens och kognitiv förmåga (Silva *et al.*, 2025). Den andra sidan av myntet är dock ridskolehästens välfärd; ridskolehästar bär på många olika ryttare som dessutom har olika nivå av kunskap och ridförmåga. Att ridas av en oerfaren ryttare har dokumenterats kunna vara en större psykisk belastning för hästen gentemot en erfaren ryttare (Ijichi *et al.*, 2023; Oberhammer, 2026; Copelin & Merkies, 2026). Arbetsbelastningen hos ridskolehästar kan variera, men enligt tidigare dokumentation går svenska

ridskolehästar ungefär 2–3 lektioner per dag, med minst en vilodag per vecka (Svenska Ridsportförbundet, 2013).

3.1.2 Hästvelfärd – generellt och på ridskolan

Hästvelfärd utgår ifrån hästens egen individuella upplevelse (World Organisation for Animal Health, 2022) och kan därför se olika ut mellan individer baserat på individens egna upplevelser och egenskaper.

År 1994 myntade Mellor och Reid fem domäner för bedömning av djurvelfärd, som senare har uppdaterats och utvecklats för att komma att bli ett accepterat och vedertaget koncept vid velfärdbedömning (Mellor *et al.*, 2020b); tillgång till mat och rent vatten, att hållas i en säker och lämpad miljö, frihet från smärta och sjukdom, möjlighet att utföra naturliga beteenden, samt individens egna mentala mående. Utöver dessa riktlinjer har det dokumenterats att ryttare definierar hästvelfärd olika och att de även inkluderar hästhållning, interaktion mellan häst och människa, samt ridkonst (Wolframm *et al.*, 2024a).

Ridsporten har granskats av allmänheten de senaste åren och dess *Social License to Operate* (SLO) har ifrågasatts (Wolframm *et al.*, 2023). SLO innebär allmänhetens förtroende att ridsporten utövas på ett etiskt försvarbart sätt och är inte något reellt juridiskt dokument (Wolframm *et al.*, 2023). När media uppmärksammar fall av missförhållanden av hästhållning och/eller ridning försämrar allmänhetens intryck av ridsporten och risken att ridsporten förlorar sitt SLO ökar (Wolframm *et al.*, 2023). Wolframm *et al.* (2023) belyste vikten av att ridsportens aktörer arbetar etiskt och vetenskapsförankrat. Eftersom ridskolor ofta agerar som ambassadörer för ridsporten är det väsentligt att de föregår med gott exempel.

Svenska Ridsportförbundet påbörjade 2025 en satsning på förbättringen av svenska ridskolor, *Framtidens ridskola*, där en av fem centrala punkter ämnar till att sätta ridskolehästen i fokus (Svenska Ridsportförbundet, 2025a). Ytterligare en punkt i satsningen är att stärka ridskolans ”varumärke”, vilket innebär att ridningen som lärs ut och utförs bör vara etiskt försvarbar och förankrad i vetenskap (Svenska Ridsportförbundet, 2025d). En studie av Nyberg *et al.*s (2023) visade att det fortfarande endast är 40% av ridskolor i Finland och Sverige som erbjuder teoriundervisning gällande beteende och välfärd, respektive 32% inlärn timer och kommunikation mellan häst och ryttare. De svenska ridskolorna erbjöd oftare teoriundervisning i de nämnda ämnena jämfört med de finska ridskolorna och de svenska ridskoleeleverna deltog vid fler teoritillfällen, samt upplevde mer egen motivation (Nyberg *et al.*, 2023).

En annan av fokuspunkterna är att utveckla en säkrare ridskola, eftersom föräldrar nämner just säkerhetsrisken med ridning som en svaghet i ridsporten, jämfört med andra sporter (Svenska Ridsportförbundet, 2023). En studie gjord av Luke *et al.* (2023) tyder på att ryttarens säkerhet inte påverkas av typen av huvudlag hästen bär, men att ryttare till bettlösa hästar känner sig nöjdare med sin ridning. Bettlös ridning har tytt på en förbättrad välfärd hos den ridna hästen och

färre konflikt- och/eller undvikandebeteenden (Stehouwer, 2014; Cook & Kibler, 2018; Eisersjö, 2023).

Just säkerhet är ett argument mot bettlös ridning, eftersom det finns en uppfattning att bettlös ridning skulle innebära mindre kontroll för ryttaren (Kinsey, 2014). Detta är en såpass vedertagen åsikt att tävlingsreglementen har restriktioner på när eller hur man får tävla med bettlöst trän (Svenska Ridsportförbundet, 2025b; Svenska Ridsportförbundet, 2025c; Svenska Ridsportförbundet, 2025d). Eftersom Svenska Ridsportförbundet arbetar för en säkrare ridskola skulle denna uppfattning kunna vara hämmande för implementering av bettlös ridning på ridskola.

Många som upplever att de saknar kontroll i ridning väljer att betsla upp till ett skarpare bett (Fager, 2026). Detta är en såpass vedertagen åsikt att bettförsäljare ibland marknadsför bett med större mekanisk effekt på hästen som bett just för den svårkontrollerade hästen (Fager, 2026). Vissa som vill rida bettlöst, men vill behålla bettet av olika anledningar, rider med så kallade kombinationsbett, där man har ett tygelpar till bettet och ett till nosgrimman (Charlies, 2026).

3.1.3 Huvudlag

Det finns en uppsjö av olika bett och bettlösa alternativ för ryttaren. Detta kapitel ämnar inte att gå igenom alla sorters huvudlag som finns, utan ge läsaren en översiktlig bild över de vanligaste typerna av huvudlag och vilka funktioner de uppfyller. I stort är huvudlagets syfte att genom tryck på lanorna, tungan, mungiporna, nacken, hakan och/eller nosen kommunicera signaler från ryttarens hand till hästen, oftast för att styra eller bromsa.

Bett är oftast gjorda i metall och finns i olika tjocklekar (Esterson, 2014). Den vanligaste typen av bett är så kallade tränbett som kan vara oledat, två- eller tredelat, med bettringar, som kopplar bettet till resten av huvudlaget och till tygeln, som kan vara fasta eller löpande och ha varierande form och storlek (Esterson, 2014).

Även flera variationer av bettlösa alternativ finns, både med och utan hävstångseffekt, som orsakar ökat tryck på hästens nacke, nosrygg och haka (Esterson, 2014).

Sidepull, som saknar hävstångseffekt, beskrivs av dess namn, där tyglarna fästs på sidorna av hästens nosgromma och således drar i sidorna av nosgrimman vid styrning och lägger tryck på motsatt sidas kind (Esterson, 2014).

Det finns förhållningssätt till hur ett bett tillpassas för att orsaka minsta möjliga obehag hos hästen (Esterson, 2014). Även vid tillpassning av bettlösa huvudlag finns förhållningssätt, då nosbenet är relativt kort och en för lågt ansatt nosgromma riskerar att orsaka smärta eller skada på nosbensbrosket (Esterson, 2014).

Nosgrimman ska sitta ungefär två fingrars bredd nedanför hästens kindben (Esterson, 2014). Vidare beskrivs att nosgrimman ska spännas så att den sitter stilla vid ridning för att inte orsaka skav, men får inte spännas såpass hårt att

hästen inte kan slappna av i käken eller att nosgrimman orsakar ett konstant tryck runt nosen. Esterson (2014) beskriver att en bra tumregel är att man ska få plats med två fingrar mellan nosryggen och nosgrimman. Vid användning av cross-under är det viktigt att krysset inte sätts för långt bak så att det orsakar tryck på strupen (Esterson, 2014).

3.1.4 Hästens inläring

År 1956 beskrev Thorpe inläring som en adaptiv förändring av individuellt beteende orsakat av erfarenhet och sedan dess har inläringsteori utvecklats i takt med ökad förståelse för hjärnor, inledningsvis människans och därefter djurens. Däremot är kunskapen om inläringsteori hos hästen allmänt låg (Luke *et al.*, 2023b). Kommunikation mellan ryttare och häst är avgörande för hästens inläring, då ryttaren kan påverka hästen både positivt och negativt med sin hjälpgivning (Sreedhar, 2025). Kommunikationen kan bli bättre med tid och övning, vilket kan bidra till bättre relation mellan häst och ryttare (Sreedhar, 2025). För ridskolehästen, som bär många olika ryttare, kan inläringen påverkas eftersom variation i ryttarnas kommunikationsförmåga kan förvirra hästen (Copelin & Merkies, 2025). Inläring kan delas upp i två huvudkategorier, nämligen associativ och icke-associativ inläring.

Associativ inläring kan i sin tur delas in i kategorierna klassisk och operant betingning. Operant betingning är den mest frekvent använda inlärningsmetoden i hästräning, där träningen går ut på att antingen förstärka eller bestraffa ett beteende (McLean & Christensen, 2017). Operant betingning visualiseras ofta med fyra kvadranter; positiv förstärkning, negativ förstärkning, positiv bestraffning, negativ bestraffning (McLean & Christensen, 2017). Målet med denna metod är att ett önskat beteende ska repeteras och att ett negativt ska avbrytas (McLean & Christensen, 2017). Negativ förstärkning är den kvadrant som oftast används i ridning och träning av häst (McLean & Christensen, 2017). Den vanligaste typen av stimuli i hästräning är taktil, där tryck med skänkeln eller i tygeln motiverar hästen att utföra ett visst beteende, exempelvis öka eller sänka tempot och eftergiften av trycket tränar hästen via negativ förstärkning. (McLean & Christensen, 2017). Eftersom ridning primärt använder sig av negativ förstärkning är det väsentligt att ryttaren lär sig att använda sina hjälper optimalt och med rätt tajming (Eisersjö *et al.*, 2025). Positiv förstärkning manifesterar sig oftast som verbalt beröm, klapp eller kli och godis (McLean & Christensen, 2017).

Positiv bestraffning innebär att ett aversivt stimuli adderas för att ett beteende ska avslutas och förekomma mindre frekvent, i ridning kan detta se ut som ett slag med ridspöet när hästen vägrar hoppa ett hinder (McLean & Christensen, 2017).

Ofta används kombinerad förstärkning i träning av hästar, där man kombinerar negativ och positiv förstärkning. Kombinerad förstärkning har visat sig kunna minska den aversiva effekten av negativ förstärkning (Warren-Smith & McGreevy, 2007).

Huvudformerna av icke associativ inlärning är habituering, sensibilisering, dishabituering och desensibilisering. Sensibilisering är motsatsen till habituering, där hästens respons blir större till ett stimuli (McLean & Christensen, 2017). Dishabituering är när ett beteende som habituerats bort återkommer på grund av ett annat stimuli än det som hästen primärt hade habituerats på och orsakar att beteendet ökar även vid det habituerade stimuli (McLean & Christensen, 2017). Desensibilisering ämnar att göra hästen mindre reaktiv för stimuli, ofta kallat ”miljöträning” (McLean & Christensen, 2017).

Habituering kan beskrivas som en minskad respons (antingen i intensitet eller frekvens) på ett stimuli i takt med att djuret vänjer sig vid stimuli (McLean & Christensen, 2017). Habituering räknas ibland som grunden för all annan inlärning, eftersom hästen behöver kunna ignorera icke relevanta stimuli för att inte bli överväldigad (Schmid *et al.*, 2015). Habituering är oftast en långvarig inlärning och generaliseras sällan av hästen till andra stimuli (McLean & Christensen, 2017).

3.1.5 Hjälpgivning och kommunikation i ridning

Som tidigare nämnt baseras mycket av hjälpgivningen i ridning på negativ förstärkning (McLean & Christensen, 2017). Som ryttare har man tre huvudgrupper av hjälper; vikthjälper, skänkelhjelper och tygelhjelper (Miesner *et al.*, 2016). Detta delkapitel ämnar ge läsaren en inblick i vilka hjälper som används, hur de används och när de används. De flesta hjälper används i kombination med varandra och målet är alltid att rida hästen med så små hjälper som möjligt (Miesner *et al.*, 2016).

3.1.5.1 Hjälper

Vikthjälperna är hur ryttaren sitter i sadeln och påverkar hästens rörelsemönster med sin vikt (Miesner *et al.*, 2016). Skänkelhjelper inverkar på hur hästen rör sig och kan agera exempelvis framåtdrivande eller sidförande (Miesner *et al.*, 2016).

Tygelhjelperna är de mest relevanta för föreliggande arbete och används främst för att bromsa, svänga och böja hästen (Miesner *et al.*, 2016). Alla hjälper ska alltid efterföljas av en eftergift, eftersom eftergiften är vad som förstärker hästens reaktion. För att kommunicera sina tygelhjelper har ryttaren en rak, elastisk kommunikationen mellan sin hand och hästens huvud via tygeln (Miesner *et al.*, 2016). Kontakt, som är en del av utbildningsskalan, är grundläggande för en lösghjord och balanserad häst (Miesner *et al.*, 2016).

3.1.5.2 Kommunikation

Likt alla relationer präglas den mellan häst och ryttare av ständig kommunikation. Utöver den medvetna kommunikationen är hästen lyhörd för omedveten kommunikation från människan, exempelvis av ansiktsuttryck och tonläge (Jardat *et al.*, 2025). Både Bornmann *et al.* (2021) och Braun *et al.* (2024)

har funnit att människor däremot inte är lika bra på att läsa av hästens kommunikation. Bornmann *et al.* (2021) fann till och med att beteenden som är potentiella indikatorer på stress ofta tolkades som glädje av människorna. Braun *et al.* (2024) fann att människor generellt blev bättre på att läsa av hästen om man hade hästerfarenhet, men att hästerfarna människor trots allt tolkade hästarna fel i många fall. Ross *et al.* (2025) fann att ryttnare och ridlärare upplevde att de tränade utifrån hästens sinnesstämning och fann kommunikation mellan häst och ryttnare väldigt viktigt. De fann även att ryttnarens sinnesstämning kan påverka hans förmåga att kommunicera med hästen, exempelvis vid rädsla (Ross *et al.*, 2025)

Denna omedvetna kommunikation gäller inte bara på marken, utan hästar kan även läsa av sina ryttnare genom doftsignaler som utsöndras vid olika känslotillstånd av människan (Jardat *et al.*, 2026). Den kommunikation som oftast nämns vid ridning är ryttnarens hjälper, som ovan nämnt.

3.2 Problem

Som ovan nämnt är djurets välfärd alltid väsentlig vid träning. Vid ridning kan hästens utrustning påverka välfärd beroende på passform, utrustningens mekaniska funktion och ryttnarens hjälpgivning.

Ett ökat intresse för bettlös ridning börjar uppstå, som alternativ och/eller komplement till ridning på brett. Eftersom intresset för bettlös ridning ökar är det av stor betydelse att undersöka det bettlösa huvudlagets roll i ridskoleverksamhet, där många ryttnare får sin primära kunskap.

3.3 Syfte

Syftet med detta arbete är att undersöka hur en övergång till bettlöst huvudlag påverkar hästens beteende, samt hur detta upplevs av olika aktörer – elever och ridlärare – i ridskolesammanhang.

3.4 Frågeställningar

- Hur upplever ridlärare hästens beteende vid övergång till sidepull?
- Hur upplever elever hästens beteende vid övergång till sidepull?
- Hur förändras hästens beteende utifrån elevers/ridlärares observationer om den rids på sidepull i sex veckor?

4 Material och metod

4.1 Del av större forskningsprojekt

Föreliggande arbete är en del av ett större forskningsprojekt om ridning med och utan bett i relation till hästvälfärd, där första delprojektet undersöker ridskolor (SLU, 2025). Totalt sex ridskolor har deltagit med fyra hästar var (totalt 24 hästar), utvalda av ridskolorna själva (SLU, 2025).

Datainsamlingsperioden började med ett besök av forskningsgruppen då hästarna reds på både bett och sidepull av två ryttare per häst i ett kortare dressyrprogram. Hästarna genomgick en munkontroll utförd av veterinär och hältutredning genomfördes med hjälp av appen Sleip, som med hjälp av AI analyserar hästens rörelsemönster för att upptäcka asymmetrier osynliga för blotta ögat.

Efter denna initiala testdag valdes två av de fyra utvalda hästarna slumpmässigt ut för att övergå till att ridas på sidepull, istället för deras vanliga huvudlag, i all verksamhet under datainsamlingsperioden på sju veckor. Under datainsamlingsperioden ombads ridlärare och elever att fylla i enkäter efter varje lektion med någon av de fyra hästarna.

Datainsamlingsperioden avslutades med ytterligare ett besök från forskningsgruppen, där hästarna genomgick samma undersökningar och ridprov som första testdagen.

4.2 Genomförande

Detta arbete behandlar de enkäter ridlärare och elever fyllt i rörande de hästar som gick på sidepull under datainsamlingsperioden och undersöker eventuella samband som kan indikera hur ridning på sidepull påverkar hästarnas beteende.

Ridskolorna kallas härnäst ridskola A, B, C, D, E och F och hästarna tilldelas en siffra som efterföljer deras ridskolas bokstav (Tab. 1).

Provperioden för ridskolorna var sju veckor, men ridskola D behövde stänga sin anläggning på grund av smittorisk och fick skjuta upp sitt avslutningsdatum och deras datainsamlingsperiod pågick därför i 18 veckor.

I studien deltog 24 hästar, varav tolv påbörjade studien med en övergång till sidepull (Tab. 2). Två av dessa hästar blev tvungna att bytas ut mot två av de som inledningsvis reds på träningsbett. På grund av för få antal fullständiga enkäter ströks en av hästarna som gick på sidepull från början och således har totalt 13 hästar analyserats (Tab. 1).

Tabell 1. Information om studiens hästars ålder, tid på ridskola, ordinarie bett och personlighet beskriven av personal

Häst	Kön	Ålder	År på ridskolan	Tidigare bett	Beskrivning av personlighet
A1	Valack	17 år	8 år	Tvådelat tränsbett	Trygg, stabil, mångas favorit
A2	Sto	8 år	3 år	Tvådelat tränsbett	Nyfiken, pigg och bestämd
B1	Sto	21 år	14 år	Tredelat tränsbett	Lugn, snäll, aldrig rädd, känslig för handen i ridning
B2	Valack	22 år	10 år	Oledat tränsbett	Snäll, lugn, något ängslig
C1	Sto	14 år	7 år	Tredelat tränsbett	"Fantastisk när man hittar knapparna", känslig.
C2	Sto	21 år	14 år	Tvådelat tränsbett	Känslig, ligger ibland på hårt i handen.
D1	Valack	18 år	2 år	Oledat tränsbett	Skarp häst, gillar arbete, kan vara svår mot andra hästar
D2	Valack	9 år	4 år	Oledat tränsbett	Lugn, närvarande
E1	Sto	17 år	12 år	Tredelat tränsbett	Lugn, snäll
E2	Sto	17 år	11 år	Tredelat tränsbett	Snäll, men något svårstyrd
F1	Valack	15 år	9 år	Tvådelat tränsbett	Angavs ej
F2	Sto	12 år	4 år	Oledat gummibett	Angavs ej
F3	Valack	16 år	9 år	Tvådelat tränsbett	Angavs ej

4.3 Datainsamling

Materialet i detta arbete består av enkätsvar från både ridlärare och elever, där enkäternas utformning skilde sig åt beroende på vilken målgrupp den var riktad till (Bilaga 1 & 2).

Både ryttnar- och ridlärarenkäten inledde med ett par bakgrundsfrågor om lektionstillfället; vilken ridskola lektionen hölls på, datum, lektionsämne, samt ridlärare. Dessa frågor följdes upp av frågor om hästens namn och vilken typ av huvudlag den reds på. Båda enkäterna innehöll slutna frågor där respektive respondent fick uppskatta hästens beteende på en tiogradig, självuppskattad skala; om hästen var spänd eller avslappnad, distraherad eller koncentrerad och motvillig eller samarbetsvillig.

Öppna frågor ställdes i båda enkäterna där respondenten bads beskriva eventuella specifika beteenden de lade märke till och om de ville lyfta fram något övrigt från lektionen.

Elevernas och ryttnarnas enkäter skilde sig åt i vissa frågor, där elevenkäten främst fokuserade på elevens egna upplevelser av ridpasset och ridlärarenkätens frågor riktade sig till ridlärarens perspektiv som utomstående från ekipaget.

Elevenkäten innehöll frågor kring elevens namn, ålder och år av riderfarenhet, samt två frågor där tygelkontaktens hårdhet och elevens trygghet i att kunna styra hästen skulle skattas på en tiogradig skala. Eleven frågades även om eventuella kommunikationssvårigheter med hästen och ombads i så fall beskriva dessa (Bilaga 1).

Ridlärarna fick även frågor kring hästens huvud- och halsposition under lektionen, samt fick bedöma hur eleven klarade dagens övningar och skatta elevens tygelkontakt (Bilaga 2).

4.4 Analys

Elevernas enkäter utfördes genom programvaran Netigate och lagrades således digitalt från början. Ridlärarnas enkäter, som skrivits för hand, skannades in för att sedan transkriberas in i Microsoft Excel. Eftersom det insamlade materialet bestod av både öppna och slutna frågor behövde både kvalitativ och kvantitativ metod användas för att analysera datan.

De öppna frågorna analyserades med hjälp av en tematisk analys (Clarke & Braun, 2017; Braun & Clarke, 2006) för att identifiera, strukturera och analysera teman i textdatan. Datan gicks igenom, potentiellt intressanta teman identifierades och ord eller fraser kopplade till temat färgkodades för att strukturera. Därefter granskades temana, namngavs och definierades. Slutligen analyserades temana i förekomst, värdering och i relation med den numerära datan. De funna temana är ”energinivå”, ”beteenden”, ”sinnesstämning”, ”kontroll” och ”ridbarhet”. ”Energinivå” inkluderar alla svar som talar om hur hästens energi varit under passet, med ord som *seg* eller *framåt* förekommande. ”Beteenden” omfattar fraser som *stretar emot* och *lugn i munnen*.

”Sinnesstämning” samlar fraser och ord som ger insikt till hästens mående eller humör, exempelvis *mer arbetsvillig* eller *avtrubbad*. ”Kontroll” syftar till de fraser gällande grundläggande ridning, så som att kunna styra och bromsa hästen, och innefattar fraser som *ovillig* och *lydig*.

”Ridbarhet” avser fraser som handlar om hjälpgivning, kommunikationen och svar på signaler; *stel* eller *tung*. ”Ridbarhet” inkluderar även hantering från marken som *lättare att tränsa* och *nafsar i luften*.

De slutna frågorna visualiserades med hjälp av grafer i Excel, för att identifiera eventuella intresseområden. Låddiagram skapades för alla ridlärarenkäter, alla elevenkäter, samt uppdelat per ridskola och per häst. Scatterplotdiagram (Rezaeian, 2009), som främst används för att visualisera korrelation och samband mellan två numeriska variabler, skapades för ridlärarnas, respektive elevernas skattningar över tid, lektionerna sorterade efter tid hästen gått på sidepull. Med hjälp av spearman-korrelation (Al-Hameed, 2022), som är ett vanligt verktyg för att beräkna styrka i samband, utvärderades trendernas validitet.

4.5 Etiska aspekter

Alla respondenter har informerats om och samtyckt till studiens syfte och hur deras personuppgifter hanteras.

Materialet har hanterats i enlighet med GDPR (Europaparlamentets och rådets förordning (EU) 2016/679). God forskningssed (Vetenskapsrådet 2024) har iakttagits och stor omsorg har lagts på att enskilda uttalanden inte ska gå att härleda till respektive respondent.

Alla hästar var friska vid datainsamlingens början, munhåleundersökning gjordes av veterinär och hältk kontroll utfördes med hjälp av Sleip. Detta upprepades vid det uppföljande besöket efter testperioden. Om hästen uppvisade sjukdomssymptom togs den ur studien, vilket skedde i några fall. Om hästen började uppvisa beteenden som kunde orsaka fara för sig själv, sin ryttare eller andra ekipage fick hästen återgå till ridning på bett, även detta skedde i ett par fall.

5 Resultat

Resultatet är uppdelat i tre delar; presentation av resultat utifrån de medverkande hästarna, elevenkäter och ridlärarenkäter som analyserats. Om man utgår från att hästarna i denna studie arbetat 15 pass per vecka är svarsfrekvensen på elevenkäterna 15% och ridlärarnas enkäter 23%. Däremot, om man bortser från ridskola D på grund av dess långa provperiod och bristfälliga svarsfrekvens på enkäterna, är elevsvarsfrekvensen 24% och ridlärarnas enkäter 37%.

5.1 Hästarna

Sju av de 13 hästarna deltog under hela studieperioden, två blev inbytt vecka två mot annan häst som behövts tas ur studien och deltog resten av tiden (Tab. 1). Fyra behövde tas ur studien på grund av olika anledningar. Nedan följer hästarnas individuella resultat för perioden, för att ge en djupgående bild för hästarnas egna upplevelser, samt grundläggande information om hästarna (Tab. 2).

Tabell 2. Hästarna i studien, tiden de deltog och hur många enkäter elever, respektive ridlärare, fyllt i om dem. De hästar som deltagit genom hela studien markeras med grönt. De hästar som hoppat in senare än första veckan, som inbyte mot annan häst som behövt tas ur studien markeras med gult. De hästar som tagits ur studien markeras med rött.

Ridskola A				Ridskola B				Ridskola C			
Häst	Sidepull	Enkäter		Häst	Sidepull	Enkäter		Häst	Sidepull	Enkäter	
		Elev	Ridlärare			Elev	Ridlärare			Elev	Ridlärare
A1	Hela perioden	11	53	B1	Hela perioden	32	29	C1	V1–4	22	37
A2	V2–7	9	33	B2	Hela perioden	25	29	C2	V1–7	22	39
Ridskola D				Ridskola E				Ridskola F			
Häst	Sidepull	Enkäter		Häst	Sidepull	Enkäter		Häst	Sidepull	Enkäter	
		Elev	Ridlärare			Elev	Ridlärare			Elev	Ridlärare
D1	Hela perioden	0	3	E1	V1–3	34	10	F1	V2–5	0	30
								F2	V1	0	11
D2	Hela perioden	0	4	E2	Hela perioden	57	25	F3	Hela perioden	3	31

5.1.1 Individuell presentation av de medverkande hästarnas resultat

A1 utvecklade ett skav över sin nosrygg från sidepullet under periodens gång. Däremot märktes ingen tydlig skillnad i varken elev- eller ridlärarsvaren under periodens gång. Eleverna upplevde honom som tung i handen och mindre följsam än med bett, vilket inte reflekterades i ridlärarnas kommentarer. Ridlärarna tog

istället upp att A1 tappade takten och blev asymmetrisk i sitt rörelsemönster när eleverna inte drev på honom.

A2 beskrevs av både elever och ridlärare som svår att stanna på sidepull och tung i handen, men eleverna kände sig i majoriteten av fallen mycket trygga med A2.

B1 utvecklade skav på nosryggen redan andra veckan av perioden och fick ett luddigt omslag påsatt över nosen vid ridning. Flera elever berättade i sina enkäter att hon var lätt att tränsa. Överlag beskrevs B1 som svår att få igång eller utan driv. Frekvensen av negativt värderade fraser rörande "sinnesstämning" ökade under perioden gång.

B2 antecknades som motvillig i början av perioden och två ridlärare beskrev att han hade öronen bakåt. Efter detta upptäcktes ett skav på nosryggen och ett luddigt omslag sattes på över nosen. Under periodens gång ökade frekvensen av kommentarer kring en positivt värderad sinnesstämning.

C1 beskrevs av både ridlärare och elever som pigg, stark och svår att både svänga och bromsa. Däremot beskrev flera elever C1 som både nöjd och glad, vilket inte reflekterades i ridlärarnas enkäter. Efter fyra veckor beslutade ridlärarna att byta tillbaka C1 till hennes vanliga tränsett, eftersom hon blev för stark och drog iväg med sin ryttare.

C2 beskrevs som successivt mer framtung under periodens gång av både elever och ridlärare och frekvensen av ordet "snubblig" ökar. Vecka sju på sidepull går C2 omkull med sin ryttare och tas därmed ur studien.

D1 hade ett lågt antal ifyllda enkäter, vilket innebar att inga slutsatser kring D1 kunde dras.

D2 utvecklade en hälta vid okänt tillfälle under periodens gång, vilket innebar att han inte kunde delta vid det avslutande besöket. På grund av det låga antalet ifyllda enkäter om D2 kunde inga slutsatser kring D2 dras.

E1 beskrevs i början av perioden av ett par elever som gladare och nöjd. Kommentarer från både elever och ridlärare tyder på att E1 blir piggare. Däremot började E1 springa ikapp de andra hästarna i ridhuset för att bita dem och fick således tas ur studien.

E2 fick skav på nosryggen av sidepullet och ridskolan valde att sätta på ett luddöverdrag och sänka sidepullets placering på nosryggen. Under periodens gång reflekterade ridlärarnas svar att E2 blev mer och mer framtung, vilket verkar ha orsakat en underliggande ton av frustration i ridlärarnas kommentarer. Eleverna beskrev också denna tyngd i handen och att E2 "gick ifrån" arbetet, det vill säga inte lyssnade på elevens hjälper.

F1 saknade helt elevenkäter, men av ridlärarenkäterna kunde det utgöras att han blev mer svårstyrd efter ungefär en vecka på sidepull. På den femte veckan av sidepull fick F1 ett sår på kinden, så att sidepullet låg emot. Därav fick F1 tas ur studien.

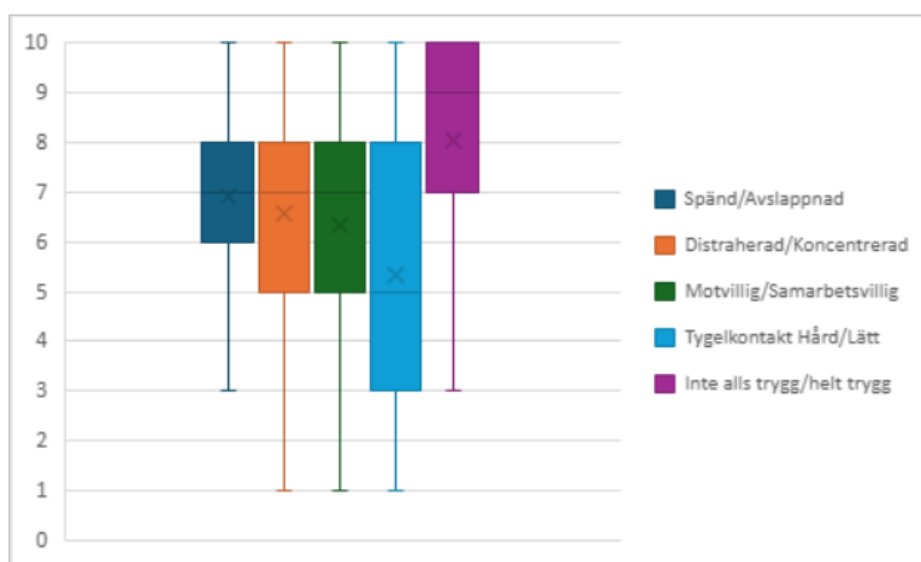
F2 togs ur studien första veckan, då hon blev för stark i hoppningen för att fortsätta sitt deltagande.

F3 beskrevs generellt som en pigg och glad häst av både elever och ridlärare, med enstaka kommentarer på fördröjda reaktioner på elevens hjälper.

5.2 Ryttarnas uppfattningar om hästarnas beteenden

Totalt 216 elevenkäter analyserades. Minst spridning fanns det på frågan kring hur spänd eller avslappnad hästen kändes, vilket indikerar att elevernas upplevelser liknade varandra och att hästarna i snitt kändes till stor del avslappnade (Fig. 1). Större spridning fanns på både frågan gällande hur distraherad eller koncentrerad och motvillig eller samarbetsvillig hästen var. Sammanlagt 75% av eleverna upplevde, trots spridningen, att hästarna var relativt koncentrerade och samarbetsvilliga.

Den största spridningen gällde tygelkontakten, där hela skattningsskalan användes och 50% av svaren höll sig mellan tre och åtta på den tiogradiga skalan. Överlag kände eleverna sig trygga, oavsett de andra resultaten.



Figur 1. Elevers svar på samtliga numerära frågor. Boxarna visar samlingen av de mellersta 50%, medan de tunna linjerna visar de yttersta 25%. X:et i respektive box visar medelvärde och den vågräta linjen representerar medianvärdet. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra.

På frågan kring specifika beteenden eleverna lade märke till svarade 52% med en kommentar. I dessa 113 kommentarer identifierades 24 fraser kopplade till "energinivå", 23 som föll under temat "beteende", 42 som rörde hästens "sinnesstämning" och 49 som kategoriserades i "kontroll", respektive "ridbarhet" (Tab. 2)

Tabell 3. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga gällande specifika beteenden de lagt märke till.

	Positiv värdering	Värdeneutral	Negativ värdering
Energinivå	5	15	4
Beteende	3	1	19
Sinnesstämning	25	0	17
Kontroll	3	0	46
Ridbarhet	4	0	45

Av de 24 fraserna rörande ”energinivå” handlade 18 om en ökad energinivå hos hästen, medan sex antydde en sänkt energinivå. Huruvida energinivån upplevdes positiv eller negativ framkom endast i nio av kommentarerna, där de kombinerades med en ”sinnesstämning”s- eller ”kontroll”markör. Endast 3 ”beteende”fraser hade en positiv anknytning och refererade till avslappning hos hästen, medan 19 av dem hade en negativ konnotation och beskrev konfliktbeteenden, olydnad eller aggressivitet mot andra hästar. Både temana ”kontroll” och ”ridbarhet” var dominerade av negativt värderade fraser, med endast ett fåtal positivt värderade (Tab. 2).

Tabell 4. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga gällande eventuella kommunikationssvårigheter.

	Positiv värdering	Värdeneutral	Negativ värdering
Energinivå	2	5	4
Beteende	0	0	3
Sinnesstämning	2	0	6
Kontroll	1	0	70
Ridbarhet	1	1	56

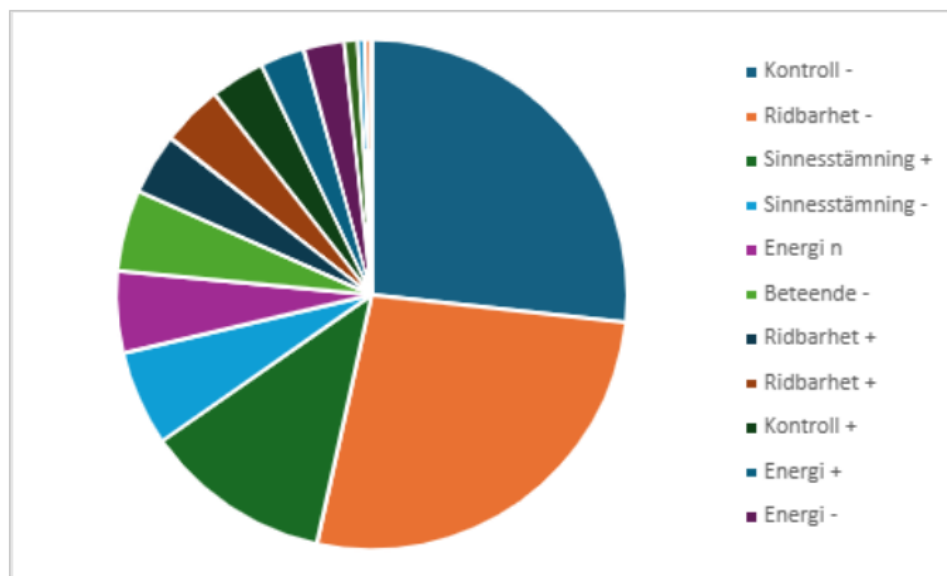
När eleverna frågades om de upplevde några kommunikationssvårigheter svarade 45% nej. De 120 som svarade ja hade totalt 11 fraser som föll under temat ”energinivå”, där fyra beskrev en ökad energinivå, sex sänkt energinivå och en som inte var avgörbar. Endast två av de energirelaterade fraserna var kopplade till en positiv värdering, fem saknade värderingsmarkör och fyra beskrevs som negativ. Tre negativt värderade ”beteende” beskrevs och åtta ”sinnesstämningar” beskrevs, varav två var positivt värderade och sex stycken var negativt värderade.

Sammanlagt 70 negativt värderade fraser fanns om ”kontrollnivån” med endast en positiv värdering. Av de 58 fraser som föll under temat ”ridbarhet” var en positiv, en värdeneutral och 56 negativt värderade (Tab. 3).

Tabell 5. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på elevernas fråga där de kunde lyfta fram något övrigt från lektionen

	Positiv värdering	Värdeneutral	Negativ värdering
Energinivå	6	4	4
Beteende	1	1	2
Sinnesstämning	28	0	5
Kontroll	12	0	8
Ridbarhet	13	1	23

I slutet av enkäten frågades eleverna om de ville lyfta fram något övrigt från sin lektion. Totalt 54,6% hade något de ville tillägga och av dessa 118 kommentarer rörde 14 fraser ”energinivå”, varav nio beskrev en ökad energinivå och fem beskrev en sänkt. Fyra ”beteenden” beskrevs, varav två hade en negativ värdering och en positiv, respektive neutral värdering. Hela 33 ”sinnesstämningar” beskrevs där 28 var av positiv värdering och fem av negativ. Sammantaget 20 fraser rörde ”kontroll”, men endast åtta var av negativ värdering. Temat ”ridbarhet” togs upp vid 37 tillfällen, där 13 var positiva, en var värdenneutral och 23 negativt värderade (Tab. 4).

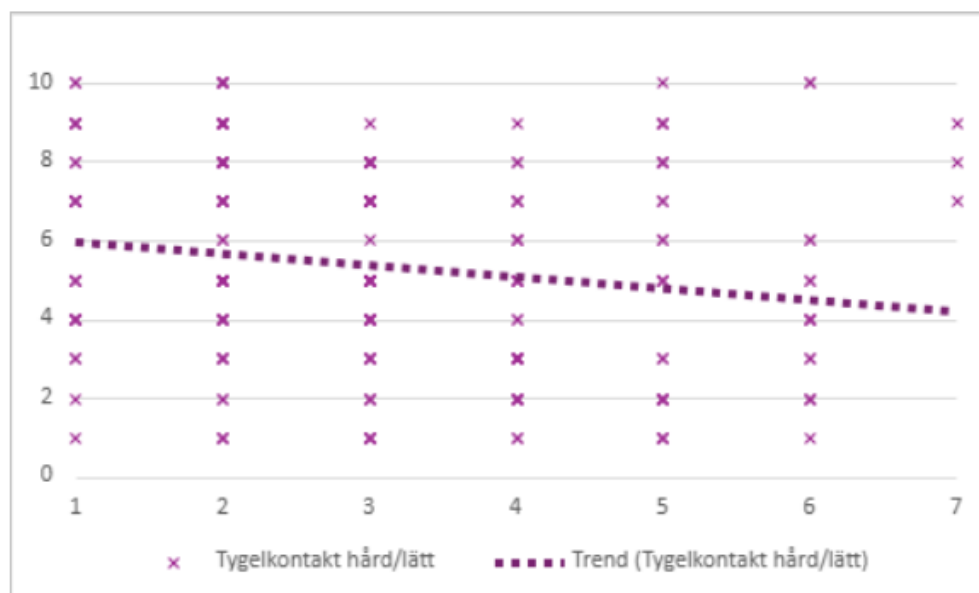


Figur 2. Sammanställning av alla öppna svar från elevenkäten. Segmenten är döpta efter det tema de föll under och en efterföljande markering anger värderingen. Ett + motsvarar positiv värdering, n representerar de värdenneutrala fraser och - täcker de negativa värderingarna.

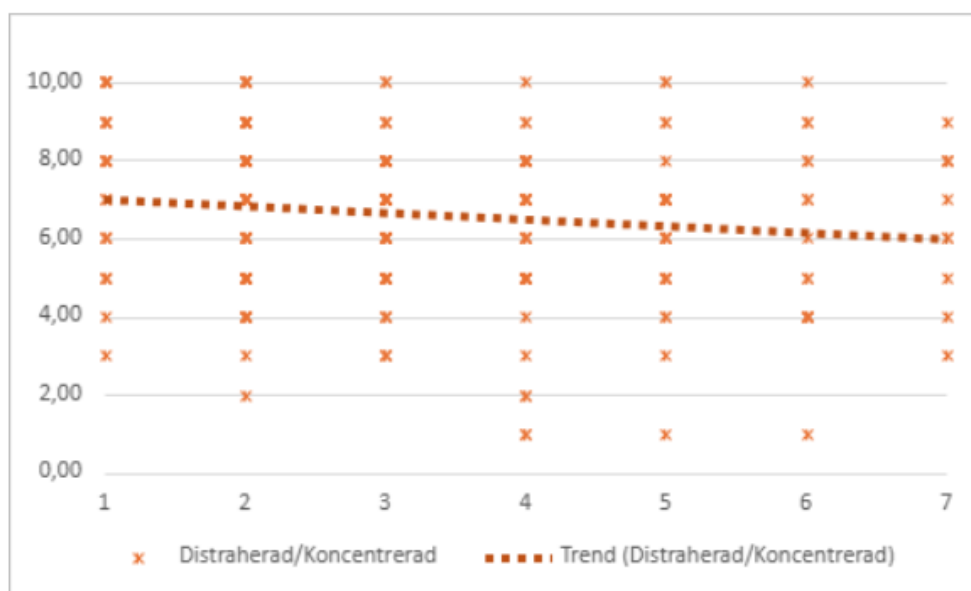
Sammanlagt var 45,8% av de öppna frågorna obesvarade (Fig. 2). Bland de kommentarer som fanns var det vanligaste negativt värderade fraser rörande ”kontroll” och ”ridbarhet”. Tredje vanligaste kommentaren var en positiv värdering om hästens sinnesstämning.

Elevernas svar på de numerära frågorna skiftade över veckornas gång och svaga sjunkande trender syntes. Trendernas sannolikhet beräknades med hjälp av Spearman-korrelation och resultaten indikerade mycket svaga korrelationer.

Den fråga vars trend sjunker mest drastiskt var elevernas skattning av deras tygelkontakt, med en Spearman-korrelation på -0,294 och p-värde på <0,001, vilket indikerar en svag till medelmåttig korrelation (Fig. 3). Den trend som sjunker minst är frågan om hästens koncentrationsnivå, med en Spearman-korrelation på -0,163 och p-värde på p = 0,019, vilket indikerar en mycket svag till försumbar korrelation (Fig. 4).



Figur 3. Graf över elevernas svar på frågan gällande deras tygelkontakt, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trender av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.



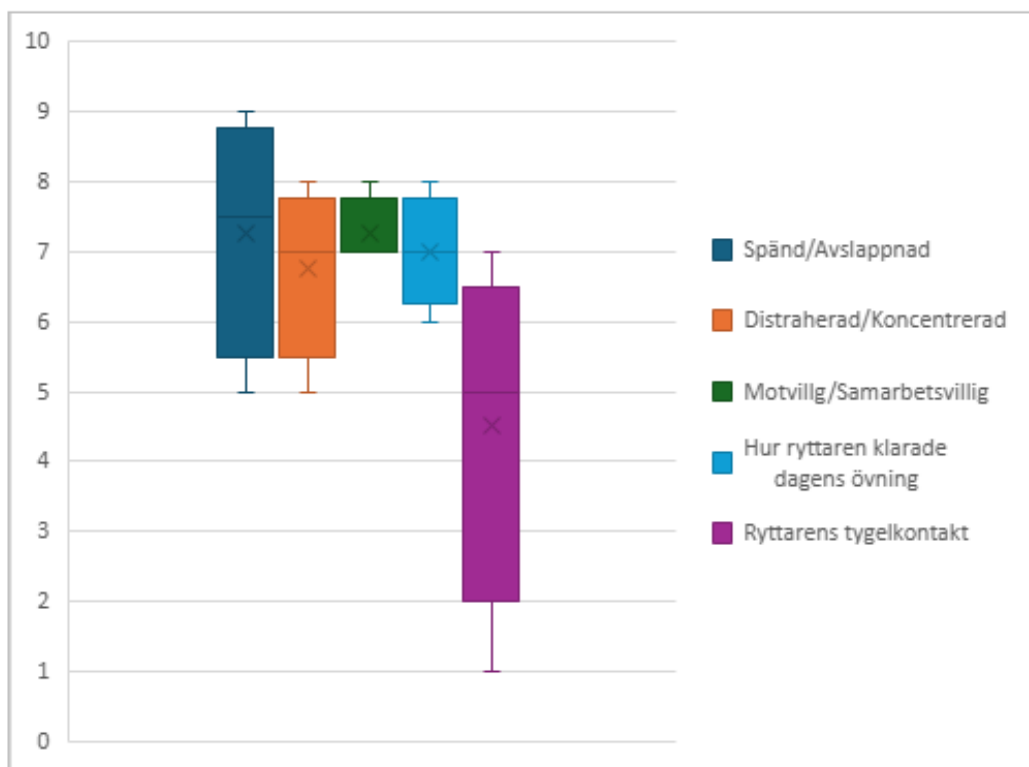
Figur 4. Graf över elevernas svar på frågan gällande hästens koncentrationsnivå, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trender av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.

5.3 Ridlärarnas uppfattningar om hästarnas beteende

Totalt analyserades 336 ridlärarenkäter. Ridlärarna skattade hästarna med en väldigt liten spridning på frågan gällande hur motvillig eller samarbetsvillig hästen varit under lektionen, vilket indikerar att ridlärarna haft liknande uppfattning (Fig. 7). Även frågan där ridlärarna skulle skatta hur väl eleven klarade lektionens övningar hade liten spridning, vilket kan indikera att nivån på övningen eller övningarna lämpat sig för ekipagets förmåga. Spridningen på frågan gällande hästens distraktions- eller koncentrationsnivå var markant mindre än elevernas, där 50% av alla svar höll sig inom ridlärarnas hela använda spann.

Ännu en fråga där ridlärarnas uppfattning skilde sig från elevernas var hur spänd eller avslappnad hästen var. I detta fall hade ridlärarna en större spridning än eleverna. Trots spridningen var de lägsta svaren fem på en tio-gradig skala, vilket indikerar att ridlärarna anser hästarna vara mer avslappnade än spända.

Även i ridlärarnas svar var den fråga som fick störst spridning den som rörde elevernas tygelkontakt. Ridlärarna ansåg generellt att eleverna hade en hårdare tygelkontakt än vad eleverna skattade på sig själva.



Figur 5. Ridlärarnas svar på samtliga numerära frågor. Boxarna visar samlingen av de mellersta 50%, medan de tunna linjerna visar de yttersta 25%. X:et i respektive box visar medelvärdet och den vågräta linjen representerar medianvärdet. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. Gällande hur väl eleven klarade dagens övning representerar ett *inte alls* och tio representerar *mycket bra*.

När ridlärarna frågades huruvida de lade märke till något specifikt beteende hos hästen under lektionen svarade 73,8% nej. Utav de 88 som svarade ja fanns 23 fraser rörande "energinivå", med en jämn fördelning mellan ökad och minskad energinivå (elva, respektive tolv). Sammanlagt 24 olika "beteenden" nämndes och 29 "sinnesstämningar" beskrevs. Det absolut vanligaste förekommande beteendet ridlärarna beskrev var negativt värderade förändringar i hästens rörelsemönster, där fraser som *asymmetrisk* eller *tappar takten* nämndes tolv gånger. "Kontroll" var temat med flest fraser kopplade och inkluderade 31 fraser, medan "ridbarhet" togs upp 26 gånger (Tab. 5)

Tabell 6. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på ridlärarnas fråga gällande specifika beteenden de lagt märke till.

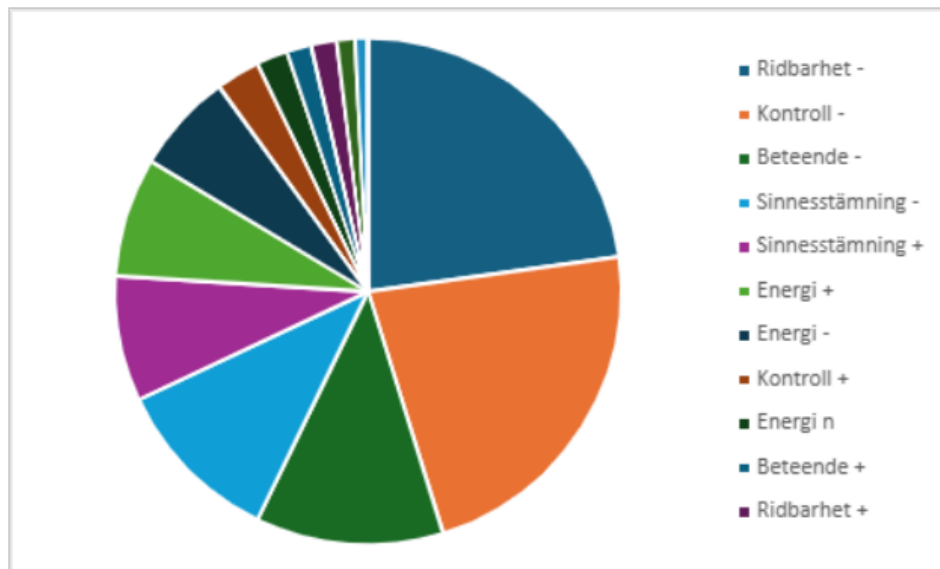
	Positiv värdering	Värdeneutral	Negativ värdering
Energinivå	11	0	12
Beteende	1	3	21
Sinnesstämning	6	0	23
Kontroll	1	0	30
Ridbarhet	1	2	26

På frågan om ridläraren ville belysa något övrigt svarade totalt 32,7%. Totalt 17 fraser rörande "energinivå" beskrevs, varav endast tre beskrev en sänkt energinivå. Tolv "beteenden" togs upp, 18 "sinnesstämningar" nämndes, 32 "kontroll"anknytna fraser användes och "ridbarheten" nämndes 34 gånger (Tab. 6).

Tabell 7. Värdefördelning hos de olika temana i svaren på ridlärarnas fråga gällande övrigt de vill lyfta fram från dagens lektion.

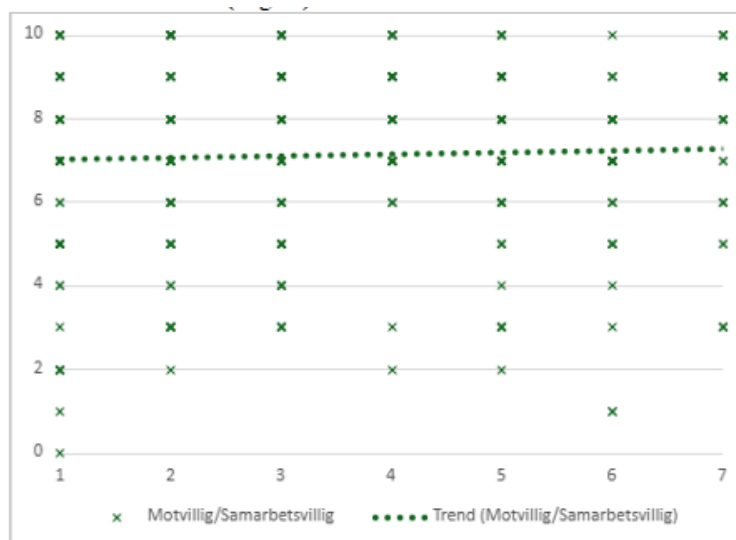
	Positiv värdering	Värdeneutral	Negativ värdering
Energinivå	8	5	4
Beteende	3	0	9
Sinnesstämning	14	0	4
Kontroll	6	0	26
Ridbarhet	3	0	31

Sammanlagt var 71% av de öppna frågorna obesvarade och därmed antagna som utan anmärkning. Av de kommentarer som fanns var de vanligaste förekommande anknytna till negativt värderad "ridbarhet" och negativt värderad "kontroll". Den tredje vanligaste kategorin var negativt värderade "beteenden" (Fig. 6).



Figur 6. Sammanställning av alla öppna svar från ridlärarenkäterna. Segmenten är döpta efter det tema de föll under och en efterföljande markering anger värderingen. Ett + motsvarar positiv värdering, n representerar de värdeneutrala fraserna och - täcker de negativa värderingarna.

Ridlärarnas skattningar på de numerära frågorna skilde sig inte avsevärt över veckornas gång, utan trenderna låg raka, med mycket svaga korrelationer. Frågan med den mest märkbara trenden var skattningen mellan motvillig och samarbetsvillig, där trenden svagt steg. Med hjälp av en Spearman-korrelation beräknades korrelationen till 0,039 med ett p-värde på 0,977, vilket indikerar en mycket svag eller försumbar korrelation (Fig. 7).



Figur 7. Graf över ridlärarnas svar på frågan gällande hur motvillig eller samarbetsvillig de uppfattat hästen som, där X-axelns siffror representerar vecka av sidepullridning. Linjära trenden av graferna visas med punktade linjer i samma färg som grafen. Ett på den tiogradiga skalan motsvarar det förstnämnda adjektivet och tio motsvarar det andra. X:ets styrka representerar hur många som har svarat med just den siffran, där ett starkare X indikerar fler svar.

6 Diskussion

Diskussionskapitlet är uppdelat i flera delar där resultatet, metodvalet, samt etik diskuteras. Inledningsvis diskuteras resultaten utifrån de fem olika identifierade temana gällande hästarnas uppvisade beteenden.

6.1 Resultatdiskussion

Ridlärarnas svar på de numerära frågorna indikerade inga trender över tid, till skillnad från eleverna, där alla numerära frågors trender över tid sjönk svagt, med olika stark säkerhet. Eleverna upplevde tygelkontakten som hårdare över veckornas gång, men skattade sig inte som mindre trygga, vilket kan tyda på att eleverna inte ansåg sig vara osäkra, men sakna precision. Lärarna skattade överlag eleverna som hårdare i handen än elevernas egna skattning, men deras skattning ändrades inte under periodens gång.

6.1.1 Energinivå

Hästen B1 var den enda som regelbundet beskrevs som att ha låg energi, men det framkom inte huruvida detta var hennes vanliga energinivå. I två hästars fall framkom det tydligt att energinivån uppfattades som högre på bettlöst än på bett; C1 och E2. I C1s fall eskalerade energiökningen till den nivå att hon behövde tas ur studien, medan respondenterna verkade nöjda med E2s höjda energinivå och att hon inte beskrevs som *för* pigg. Detta stämmer överens med Gylling Gustafsson (2025), som också fann individuella skillnader mellan hästars energinivå vid övergång till bettlöst, där vissa upplevdes som piggare och vissa som omotiverade och "avstängda".

De väldigt varierande resultaten av hästarnas energinivå tyder på att hästarna har individuella skillnader i sina energinivåer, samt hur energinivån påverkas av sidepullet. I de flesta fallen förekom både kommentarer på hög och låg energi på samma hästar, ingen av de 13 hästarna hade endast ökad eller minskad energinivå dokumenterad. Ryttare har en effekt på hästens ridna beteende (Hall *et al.*, 2013) och kan således påverka hästens energinivå i de olika passen. Tillsammans med Hall *et al.*s resultat som påvisar att ryttaren har en effekt på hästens ridna beteende är det även känt att hästar läser av människans sinnesstämning (Ross *et al.*, 2025; Jardat *et al.*, 2026), vilket kan indikera att energinivån upplevd av ridlärare och elev i föreliggande resultat är en spegling av ryttaren och hens sinnesstämning. Även lektionstyp verkade ha en effekt, speciellt på häst B2 som hade många kommentarer gällande hög och höjd energi på hopplektionerna, men låg på dressyrlektionerna, vilket kan tyda antingen på att B2s motivation i hoppningen är högre än den i dressyr eller att ryttarna hade en högre energinivå och stark sinnesstämning under hopplektionerna.

6.1.2 Specifika beteenden

De vanligaste beteenden som nämndes var konfliktbeteenden (exempelvis springig vid kontakt) och rörelsestörningar (så som asymmetri eller hackar med huvudet). Obehag orsakat i tygelkontakten kan leda till beteenden som huvudruskningar (Clayton, 2009), vilket kan tyda på att hästarna som utförde dessa beteenden upplevde obehag. Christensen *et al.* (2011) har dokumenterat att mängden utförda konfliktbeteenden ökar i korrelation med tygelspänning.

Således kan tygelspänningen ha orsakat dessa beteenden, vilket kan indikera på att tygelspänningen var större vid ridning på sidepull. Föreliggande resultat är baserat på självskattningar och inga objektiva mätningar gjordes under datainsamlingsperioden. Däremot mättes tygelspänningen under testritterna som genomfördes före respektive efter testperioden, men de resultaten är ännu inte publicerade. Däremot har Gylling Gustafsson (2025) skrivit ett examensarbete vid namn Ryttares perspektiv på ridning med bitt och bittlöst, där hon i sin studie fann att en del ryttare upplevde undvikandebeteenden vid ridning på bittlöst, exempelvis att hästen undvek kontakten med tygeln och ”gick ifrån arbetet”. Gylling Gustafsson (2025) argumenterar att hästarna som upplevdes ”avstängda” hade vant sig vid trycket av sidepull och således habituerats till att inte ta ryttares hjälper längre. Detta stämmer överens med föreliggande resultat, då frekvensen av konflikt- och undvikandebeteenden för vissa hästar ökade under periodens gång.

6.1.3 Sinnesstämning

Majoriteten av de ”sinnesstämningar” som beskrivs (75 av 130) beskriver en positiv sinnesstämning hos hästen. I detta sammanhang bör man ha i åtanke att nivån av hästerfarenhet en person innehar påverkar hens förmåga att läsa av hästens affektiva tillstånd (Braun *et al.*, 2024). En påtaglig skillnad i enkätsvaren mellan elever och ridlärare var frekvensen av nämnda positiva sinnesstämningar, där eleverna beskrev hästarna som ”glada” mycket oftare än ridlärarna. Ridlärarna beskrev även fler negativa sinnesstämningar. Bornmann *et al.* (2021) har undersökt människors förmåga att uppfatta känslotillstånd hos hästen och såg att beteenden som potentiellt indikerar negativa känslor tolkas som glädje, exempelvis en häst som upplevs pigg som egentligen försöker fly undan obehag.

Med denna studie i åtanke är det svårt att veta om ridlärarnas mer negativa kommentarer kring sinnesstämning är en följd av deras större erfarenhet av hästar eller ett ”utifrånperspektiv” som betraktare av ekipaget från marken. Eftersom glädje är subjektivt skulle objektiva parametrar behöva användas för att säkerställa hästarnas sinnesstämning, exempelvis mäta kortisolhalt och låta hästarna bedömas av en etolog med ett väl utformat etogram med exempelvis kriterier för ”pain face” (McGreevy, 2004).

6.1.4 Kontroll

Det stora antalet negativt värderade kommentarer om ”kontroll” (180) kan tyda på att hästarna har blivit habituerade till trycket över nosryggen (Warren-Smith *et*

al., 2006). Författarna ansåg att tygeltrycket som krävs för att göra halt eller förhålla hästen är större än det för att svänga, vilket kan vara varför fler kommentarer rörande att "bromsa" hästen fanns gentemot att svänga. Eisersjö *et al.* (2025) dokumenterade hur tajmingen av eftergiften påverkar tiden innan hästen responderar. I samma studie upptäcktes det att när eftergiften gavs varierade mycket mellan ryttare. Mills (2010) skriver att ryttare ofta skapar eller formar beteenden hos hästen som denne inte menat eller varit medveten om att hen skapat, genom oaktsam tajming på eftergift. I en studie upptäckte McKenzie *et al.* (2021) en korrelation mellan mängden ryttare en häst hade och dess respons på skänkelhjälp, där en häst med fler ryttare svarade sämre. McKenzie *et al.* (2021) argumenterade för att mängden ryttare kan ha en påverkande faktor på hästens oemottaglighet för denna hjälp. Även om deras resultat verkar vara motsatt mot resultatet av föreliggande arbete kan mängden ryttare och deras variation i tygeleftergift ha haft samma effekt som ryttarna i den anförda studien.

Faktumet att flera häst utvecklade skav under datainsamlingsperioden kan vara ett symptom av den ökade tygelkontakten (Gylling Gustafsson, 2025). Det skulle även kunna bero på tillpassningen av sidepullet (Esterson, 2014), där nosgrimman suttit på ett sådant sätt att nospartiet rört sig mycket vid de ledande eller ställande tygeltagen. Eleverna, som har olika mycket erfarenhet och förmåga, kan sakna precision i sina hjälper (Ijichi *et al.*, 2023), vilket kan leda till att de tar för hårt i tyglarna. Detta kan således också varit en anledning till skaven.

6.1.5 Ridbarhet

Många av de kommentarer som fallit under temat "ridbarhet" är samstämmiga med kommentarerna i "kontroll"-temat. Majoriteten handlar om oemottaglighet för hjälper och att hästen upplevs obalanserad och tung i handen. Gylling Gustafsson (2025) fann i sina studier likvärdiga resultat, vilket kan tyda på att en övergång till sidepull riskerar att habituera hästen till sidepullets tryck. Gylling Gustafsson (2025) beskrev vikten av kontinuerlig och konsekvent träning och samt anpassning för att bibehålla hästen alert på ryttarens hjälper. McKenzie *et al.* (2020) visade att hästar kan vänja sig vid utrustningens trycktor och således inte reagera lika effektivt på hjälperna givna.

Om en häst upplevs som tung i handen kan det även bero på avsaknad av balans (Egenvall *et al.*, 2019). Detta kan indikera att beteendena beskrivna under temat "ridbarhet" kan bero på att hästen har svårare att hålla balansen på ett sidepull gentemot ett brett, alternativt att hästen upplever att den kan balansera sig i huvudlaget mer när brett saknas. Gylling Gustafsson (2025) fann att ryttare kunde uppleva sämre balans eller bärighet hos hästen vid ridning på sidepull, vilket speglar Egenvall *et al.*s (2019) resultat av att en obalanserad häst tar mer stöd i tygeln. I Gylling Gustafssons (2025) studie beskrev flertalet ryttare att de fann det svårt att ge hästen eftergift, vilket även speglas i föreliggande resultat. Detta skulle kunna bero på att hästen varit i obalans och således hållit sin balans i tygeln, vilket lett till att ryttarens försök till eftergift endast skiftat hästens vikt mer framåt. Gylling Gustafsson (2025) belyste att ryttarna kände sig "avslöjade"

när de inte hade ett bett och att bettet hade en eventuell förmåga att dölja brister i de andra hjälperna. Ryttarna upplevde generellt att de behövde använda sig mer av skänkel- och vikthjälper när tygelkontakten inte var lika effektiv (Gylling Gustafsson, 2025); en reflektion vissa av eleverna i föreliggande studie även poängterade.

6.2 Val av metod

Svarshalten på enkäterna jämfört med mängden lektioner hästarna är förmodade att ha gått under datainsamlingsperioden är relativt låg, vilket i sin tur innebär att svaren inte ger en fullständig bild av hästen period på sidepull. Svarsfrekvensen sjönk även under tiden som studien pågick, vilket inte är helt ovanligt då det initiala intresset falnar över tid (Ejlertsson 2019). Det är inte unikt för denna studie; generellt sett är det normalt att få en låg svarsfrekvens på enkätstudier (Ejlertsson 2019).

Frågor som ber respondenten skatta något på en skala innebär flera risker för resultatets reliabilitet (Nemoto & Beglar, 2014). Eftersom skalan är självuppfattad för respondenten finns ingen fast relation mellan de olika graderna. Således kan det inte antas att skillnaden mellan en sju och en åtta är lika stor som skillnaden mellan en åtta och en nia. Subjektiviteten i skattningarna innebär att materialet klassas som ordinal data.

En eventuell risk är skevhet i urvalet, det vill säga när en viss typ av respondent är mer benägen att svara på enkäten och således göra resultatet icke representerande för hela målgruppen. Huruvida någon skevhet skett är okänt, men på grund av den låga svarsfrekvensen kan det inte uteslutas.

De öppna frågorna är inte heller utan risker, eftersom respondenten inte har möjlighet att ställa följdfrågor och således kan missförstå frågan. Vissa respondenter upprepade sig i de olika frågorna och beskrev hästen överlag, istället för att beskriva det som frågan faktiskt gällde. Vissa svar var otydliga och saknade analyserbar substans, exempelvis ”massor” och ”trav” som fullständiga svar på frågan om kommunikationssvårigheter och ”duktig!” eller ”variation allt från halt trav galoppövningar” som svar på övrigt att tillägga från lektionspasset.

Även om enkäterna medför begränsningar så menar Ahrne och Svensson (2022) att enkäter är relevanta för att belysa och skapa förutsättningar för förståelse för respondentens egna upplevelser.

Delar av det insamlade materialet granskades noggrant med hjälp av innehållsanalys, för att upptäcka återkommande teman och mönster i deltagarnas beskrivningar. En begränsning är oundvikligen att analysen är beroende av författaren och hennes tolkning. För att undvika denna färgning har triangulering använts, där flera personer (författare, handledare och bihandledare) analyserat och kategoriserat fraserna (Marlina *et al.*, 2024). Även författarens förståelse inom ämnet, efter årtionden inom ridsporten och roll som både elev och ridlärare, har tagits i beaktan och tolkningarna har diskuterat med flertalet lekmän på ämnet för ökat perspektiv.

6.3 Framtida studier

På grund av det ökade intresset och utförandet av bettlös ridning rekommenderas vidare forskning på ämnet för att säkerställa etisk träning. Om denna studie skulle utvecklas vidare vore det önskvärt med en intensifierad svarsfrekvens av respondenterna, för att höja svarens relevans. Just svarsfrekvensen är ofta ett hinder när man undersöker något med hjälp av enkäter (Ejlertsson 2019).

Vid framtida studier skulle det vara av intresse att undersöka övergången till andra typer av bettlösa huvudlag, alternativt kombinationsbett, där ryttaren har ett tygelpar kopplade till nosgrimman och ett till bettet. Exempelvis skulle hävstångseffekten från ett cavemore eller hackamore kunna hindra hästen från att ta såpas mycket stöd i huvudlaget (Esterson, 2014).

Till skillnad från resultatet i Luke *et al.* (2023), där hästarna inte precis övergått till sidepull så är framtunghet och försämrad precision ett återkommande fenomen både i föreliggande resultat och i Gylling Gustafssons (2025) resultat. Med anledning av denna diskrepans kan övergångsperioden vara av värde att undersöka, för att utveckla riktlinjer för hur en inskolning, både för häst och ryttare, till sidepull bör se ut. Wolframm *et al.* (2023) belyste just kunskap och utbildning som en avgörande del i att främja hästvelfärden.

Potentiella frågeställningar att undersöka i framtiden skulle kunna vara:

- Hur påverkas hästens ridna beteende baserat på deras bettlösa huvudlagstyp? (sidepull, hackamore, cavemore, cross-under)
- Hur bör en inskolningsperiod på bettlöst huvudlag utformas?
- Underlättar kombinationsbett en övergång mellan bett och bettlöst?

6.4 Etik och hållbarhet

Studiens syfte är att undersöka hur en övergång till bettlöst huvudlag påverkar hästens beteende, samt hur detta upplevs av olika aktörer på ridskolan och genom detta bidra till att det ökade intresset för bettlös ridning kan speglas på landets ridskolor. Eftersom ridsportens SLO ifrågasätts (Williams, 2023) är det viktigt att den träning som visas upp och lärs ut är både förankrad i vetenskap och etik (Copelin & Merkies, 2025).

Dilemmat med ridsporten är säkerhetsfrågan, då ridsport är en av världens farligaste sporter (Meredith *et al.*, 2018). Dessutom anser föräldrar att just säkerhet är en av ridsportens största svagheter (Svenska Ridsportförbundet, 2025a). Att både bibehålla ridsportens SLO och samtidigt värna om ryttarens säkerhet innebär en balansgång. En balansgång vars plats i ridskolemiljö kan vara svårförenlig. Därför kräva vidare studier kring de olika bettlösa huvudlagstypernas effekt på hästen, samt hur träning för den bettlösa hästen bör utformas för att undvika habituering.

All träning och tävling med djur ska ske med djurets välfärd i fokus (2 kap. 1 & 2§§ Statens jordbruksverks föreskrifter och allmänna råd [SJVFS 2019:26] om

träning och tävling med djur, Saknr L 17) och att vidare undersöka för- och nackdelar med olika huvudlag kan bidra till att ryttare och ridlärare kan ta bättre informerade beslut gällande utrustning på sina hästar, samt hur dessa används på korrekt sätt.

Ridskolor bidrar till att forma nästa generations ryttare på både tävlings- och hobbynivå, ridlärare, domare och generella ridsportsutövare, vilka alla spelar en stor roll i att upprätthålla god välfärd för hästarna omkring dem och forma den kultur kring träning av häst som råder (Thorell, 2017).

En mer välfärdsfokuserad kultur kring hästar kan bidra till ökat intresse av sporten som har dokumenterats att bidra till folkhälsan (Silva *et al.*, 2025). En ökad utövning av ridsporten kan således förbättra både fysisk och psykisk hälsa hos våra invånare, vilket i sin tur leder till mindre vårdkostnader och stärkta sociala sammanhang. En ökad utövning av ridsport kan i sin tur leda till större mängd hästar i landet, vilket i sin tur bidrar till att hålla landskapen öppna och gynna biologisk mångfald (Wolframm *et al.*, 2024b).

7 Slutsats

Resultatet från ridlärarnas enkäter tyder på problem med ridbarheten och kontroll, samt framtunga hästar. Ridlärarna skattade generellt elevernas tygelkontakt som hårdare än eleverna själva gjorde och ansåg överlag att eleverna klarade lektionens övningar bra.

Eleverna upplever samma problem med ridbarhet och kontroll, samt beskriver hästarna som tunga i handen. Däremot beskriver många elever en positiv sinnesstämning hos hästen och skattar sig som generellt trygga i sadeln, vilket kan tyda på att kontrollsvårigheterna handlar om precision och inte en säkerhetsrisk.

Ridlärarnas svar tyder inte på någon signifikant förändring under sex veckor medan elevernas påvisar en svag försämring av tygelkontakten, där den blir hårdare. En del av hästarna fick skav av sina sidepulls, men om detta beror på tygelkontakten, tillpassning eller en kombination av de båda är okänt.

8 Referenser

- Ahrne, G. & Svensson, P. 2022. Handbok i kvalitativa metoder. Lund, Libre.
- Al-Hameed, K. A. A. 2022. Spearman's correlation coefficient in statistical analysis. *International Journal of Nonlinear Analysis and Applications*. 13(1), 3249-3255.
- Bornmann, T., Randle, H., & Williams, J. 2021. Investigating Equestrians' Perceptions of Horse Happiness: An Exploratory Study. *Journal of equine veterinary science*, 104, 103697.
- Braun, M., Müller-Klein, A., Sopp, R., Michael, T., Link-Dorner, U. & Lass-Hennemann, J. 2024. The human ability to interpret affective states in horses' body language: The role of emotion recognition ability and previous experience with horses. *Applied Animal Behaviour Science*. 271. 106171.
- Cook, W. 2003. Bit-induced pain: a cause of fear, flight, fight and facial neuralgia in the horse. *Pferdeheilkunde*. 19. 75-82.
- Cook, W.R. 2006. The effect of the bit on the behaviour of the horse.
- Cook, W. R. & Kibler, M. 2018. Behavioural assessment of pain in 66 horses, with and without a bit. *Equine Vet Education*. 31, 551-560.
- Copelin, C. & Merkies, K. 2025. The face of the Canadian riding lesson industry —common management practices and industry opinions. *Canadian Journal of Animal Science*. 105. 1-13.
- Copelin, C. & Merkies, K. 2026. Riding With Care: A review of factors that influence the welfare of the ridden horse and a case for the application of the precautionary principle in equestrian pursuits. *Journal of Equine Veterinary Science*. 158.
- Charlies. 2026. <https://charlies.nu/collections/hackamore-kombinationsbett?srltid=AfmBOooeBXqpvgGG5eRUktZEEfxdZ5hSXmlyHQYDM9pIYHbQDqApbDrB>, använd 2026-20-05.
- Christensen, J. W., Zharkikh, T. L., Antoine, A. and Malmkvist, J. 2011. Rein tension acceptance in young horses in a voluntary test situation. *Equine Veterinary Journal*, 43: 223-228.
- Clayton, H. 2009. Effects on behaviour and rein tension on horses ridden with or without martingales and rein inserts. *The Veterinary Journal*. 181(1), 56-62.
- Egenvall, A., Clayton, H. M., Eisersiö, M., Roepstorff, L., & Byström, A. 2019. Rein Tension in Transitions and Halts during Equestrian Dressage Training. *Animals*. 9(10), 712.
- Ejlertsson, G. 2019. Enkäter i praktiken – en handbok i enkätmetodik. Lund, Studentlitteratur.
- Eisersiö, M. 2023. Straight from the horse's mouth: What we can learn about rein tension by observing horse behaviour. Doktorsavhandling, SLU, Uppsala.
- Eisersiö, M., Egenvall, A., Yngvesson, J., Hernlund, E. & Byström, A. 2025. What is reinforced? The timing of the release of rein tension and the horse's

- response latency for trot to walk transitions. *Applied Animal Behaviour Science*. 285.
- Esterson, E. 2014. *The Ultimate Book of Horse Bits: What They Are, What They Do, and How They Work*. New York, Skyhorse Publishing.
- Europaparlamentets och rådets förordning (EU) 2016/679
- Fager, 2026. <https://fagerbits.com/sv/knowledge-base/bits-for-strong-horses>, använd 2026-04-22.
- Gylling Gustafsson, M. 2025. Ryttares perspektiv på ridning med bitt och bittlöst. Kandidatarbete, Sveriges Lantbruksuniversitet, Uppsala/Strömsholm.
- Haag, E. L., Rudman, R. & Houpt, K. A. 1980. Avoidance, Maze Learning and Social Dominance in Ponies, *Journal of Animal Science*. 50, 329–335.
- Hall, C., Huws, N., White, C., Taylor, E., Elston, H. & McGreevy, P. 2013. Assessment of ridden horse behavior. *Journal of Veterinary Behavior: Clinical Applications and Research*. 8. 62-73.
- Hedenborg, S. 2007. <https://www.idrottsforum.org/articles/hedenborg/hedenborg071121.html>, använd 2026-04-20.
- Hedenborg, S., Torell Palmquist, G. & Rosén, A. 2021. The Emergence of the Swedish Horse-Riding School from the Mid-Twentieth Century. *The International Journal of the History of Sport*. 38(6), 607–630.
- Heleski, C. R. 2023. Social License to Operate—Why Public Perception Matters for Horse Sport—Some Personal Reflections. *Journal of Equine Veterinary Science*. 124.
- Ijichi, C., Wilkinson, A., Riva, M., Sobrero, L. & Dalla Costa, E. 2023. Work it out: Investigating the effect of workload on discomfort and stress physiology of riding school horses. *Applied Animal Behaviour Science*. 267.
- Jardat, P., Yamamoto, S., Ringhofer, M., Tanguy-Guillo, N., Parias, C., Reigner, F., Calandreau, L., & Lansade, L. 2025. Emotional contagion of fear and joy from humans to horses using a combination of facial and vocal cues. *Scientific reports*. 15(1), 17689.
- Jardat, P., Destrez, A., Damon, F., Tanguy-Guillo, N., Lainé, A. L., Parias, C., Reigner, F., Ferreira, V. H. B., Calandreau, L., & Lansade, L. 2026. Human emotional odours influence horses' behaviour and physiology. *PloS one*. 21(1), e0337948.
- Kinsey, M. 2014. Pros and cons of bitless bridles. <https://startemright.com/articles/20140810071917.html>, använd 2026-05-28.
- LeDoux, J. E. 1994. Emotion, Memory and the Brain. *Scientific American*. 270, 50-57.
- Luke, K., Mcadie, T., Warren-Smith, A. & Smith, B. 2023a. Bit use and its relevance for rider safety, rider satisfaction and horse welfare in equestrian sport. *Applied Animal Behaviour Science*. 259(7).

- Luke, K. L., McAdie, T., Warren-Smith, A. K., Rawluk, A., & Smith, B. P. 2023b. Does a Working Knowledge of Learning Theory Relate to Improved Horse Welfare and Rider Safety? *Anthrozoös*, 36(4), 703–719.
- Marlina, E., Purwaningsih, M., Siagian, A., al Hakim, S. & Maryati, I. 2024. Ensuring Trustworthiness in Qualitative Research: The Role of Triangulation Techniques. *Belitung Nursing Journal*. 1(1), 10-11.
- McGreevy, P. 2004. *Equine behavior: A guide for veterinarians and equine scientist*. Edinburgh, Saunders.
- McGreevy, P. & McLean, A. 2009. Punishment in horse-training and the concept of ethical equitation. *Journal of Veterinary Behavior-clinical Applications and Research*. 4(5), 193-197.
- McKenzie, J., Fenner, K., Hyde, M., Anzulewicz, A., Burattini, B., Rom, N., Wilson, B. & McGreevy, P. 2020. Equine Responses to Acceleration and Deceleration Cues May Reflect Their Exposure to Multiple Riders. *Animals*. 11.
- McLean, A. & Christensen, J. 2017. The application of learning theory in horse training. *Applied Animal Behaviour Science*. 190, 18-27.
- Mellor, D. & Beausoleil, N. 2017. Equine Welfare during Exercise: An Evaluation of Breathing, Breathlessness and Bridles. *Animals*. 7(6).
- Mellor, D. J., Beausoleil, N. J., Littlewood, K. E., McLean, A. N., McGreevy, P. D., Jones, B., & Wilkins, C. 2020b. The 2020 Five Domains Model: Including Human–Animal Interactions in Assessments of Animal Welfare. *Animals*, 10(10), 1870.
- Mellor, D. J. 2020a. Mouth Pain in Horses: Physiological Foundations, Behavioural Indices, Welfare Implications, and a Suggested Solution. *Animals*. 10(4), 572.
- Meredith, L, Ekman, R., Thomson, R. & Brolin, K. 2018. Fall från häst vanligaste olyckan visar studie. <https://hastsverige.se/news/fall-fran-hast-vanligaste-olyckan-visar-studie/>, (använd 2026-05-26)
- Miesner, S., Putz, M., Plewa, M. & Frömming, A. 2016. *Ryttarens grundutbildning. I: Ridhandboken 1.* (Red. Svenska Ridsportförbundet). Helsingborg, Gyllene Snittet bokformgivning AB.
- Mills, D. S. 1998. Applying learning theory to the management of the horse: the difference between getting it right and getting it wrong. *Equine Veterinary Journal*. 30. 44-48.
- Nemoto, T. & Beglar, D. 2014. Developing Likert-Scale Questionnaires. I: *JALT2013 Conference Proceedings*. (Red. Sonda, N. & Krause, A.) JALT, Tokyo.
- Nyberg, L., Linnavalli, T., Hartmann, E. & Kalland, M. 2023. Finnish and Swedish riding school pupils' motivation towards participation in non-riding education. *Frontiers in Sports and Active Living*. 5.
- Parker, M., Redhead, E., Goodwin, D. & McBride, S. 2008. Impaired instrumental choice in crib-biting horses (*Equus caballus*). *Behavioural brain research*. 191, 137-40.

- Pavlov, I. P. 1927 Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex. Oxford University Press
- Randle, H., & Scofield, R. 2013. Preliminary comparison of behaviors exhibited by horses ridden in bitted and bitless bridles. *Journal of Veterinary Behavior: Clinical Applications and Research*. 8(2), e20-e21.
- Rezaeian, M. 2009. Getting to Know The Scatter Plot. *Middle East Journal of Age and Ageing*. 6, 22-26.
- Ross, M., Proudfoot, K., Doiron, G., Merkies, K., Lundgren, C. & Ritter, C. 2025. "My Horse Has a Voice; I'm Just Trying to Figure Out What to Do With It": Communication Between Canadian Dressage Coaches, Riders, and Horses. *Anthrozoös*. 1–24.
- Schmid, S., Wilson, D. A. & Rankin, C. H. 2015. Habituation mechanisms and their importance for cognitive function. *Frontiers in Integrative Neuroscience*. 8.
- Silva, F. G. D., Paula, D. D., Alves, L. M., & Santos, J. N. 2025. Benefits of horseback riding for neurotypical children and adolescents: a scoping review. *Communication Disorders, Audiology and Swallowing*. 37(3).
- SLU. 2025. Debatten om bitt och bittlöst och hur beteendeförändringar hos ryttare kan ge bättre hästvälfärd.
<https://www.slu.se/forskning/forskningskatalog/projekt/d/debatten-om-bett-och-bettlost-och-hur-beteendeforandringar-hos-ryttare-kan-ge-battre-hastvalfard/>,
 använd 2026-05-26.
- Sreedhar, P. 2025. Riding Heart to Heart: A Clinical Psychological Perspective on Therapeutic Human-Animal Bonding.
- Statens jordbruksverks föreskrifter och allmänna råd [SJVFS 2019:17] om hästhållning, Saknr L 101.
- Statens jordbruksverks föreskrifter och allmänna råd [SJVFS 2019:26] om träning och tävling med djur, Saknr L 17
- Stehouwer, A. 2014. Performance and stress levels of horses in a L1 dressage competition compared for a crossunder bitless bridle and a bridle containing a snaffle bit. Kandidatarbete, Van Hall Larenstein University of Applied Sciences, Wageningen, the Netherlands.
- Svenska Ridsportförbundet. 2013. Ridskolehästars hälsa & hållbarhet då & nu.
- Svenska Ridsportförbundet. 2025a. Statistik. <https://ridsport.se/om-oss/statistik>,
 använd 2026-05-28.
- Svenska Ridsportförbundet. 2025b. Tävlingsreglemente dressyr.
- Svenska Ridsportförbundet. 2025c. Tävlingsreglemente fälttävlan.
- Svenska Ridsportförbundet. 2025d. Tävlingsreglemente hoppning.
- Thorbergson, Z. W., Nielsen, S. G., Beaulieu, R. J., & Doyle, R. E. 2016. Physiological and Behavioral Responses of Horses to Wither Scratching and Patting the Neck When Under Saddle. *Journal of Applied Animal Welfare Science*. 19(3), 245–259.
- Thorell, G. 2017. Framåt Marsch! Ridlärarrollen från dåtid till samtid med perspektiv på framtid. Doktorsavhandling, Göteborgs Universitet, Göteborg.

- Thorpe, W. H. 1956. Learning and instinct in animals. Harvard University Press.
- Torell Palmquist f. Thorell, G., Augustsson, C., Stråhlman, O. & Morgan, K. 2017. The Swedish riding school: a social arena for young riders. *Sport in Society*. 21(2), 1-16.
- Uldahl, M. & Clayton, H.M. 2019. Lesions associated with the use of bits, nosebands, spurs and whips in Danish competition horses. *Equine Veterinary Journal*. 51, 154-162.
- Warren-Smith, A., Curtis, R., Greetham, L. & McGreevy, P. 2007. Rein contact between horse and handler during specific equitation movements. *Applied Animal Behaviour Science*. 108. 157-169.
- Warren-Smith, A. & McGreevy, P. 2007. The use of blended positive and negative reinforcement in shaping the halt response of horses (*Equus caballus*). *Animal Welfare*. 16, 481-488.
- Williams, J. 2023. Equestrianism's social license to operate: assumptions, reality and the future. *UK-Vet Equine*. 7. 196-202.
- World Organisation for Animal Health. 2022. Terrestrial Animal Health Code. Terrestrial Code Online Access – WOAHA - The World Organisation for Animal Health.
- Wolframm, I., Belle, F. & Elte, Y. 2024a. What is Welfare? A Qualitative Study into Perceptions of Equine Welfare of the Dutch Equestrian Community. *International Journal of Equine Science*. 3(1):37-50.
- Wolframm, I. A., Heric, L., & Allen, A. M. 2024b. Green treasures: Investigating the biodiversity potential of equine yards through the presence and quality of landscape features in the Netherlands. *PloS one*. 19(4), e0301168.

9 Populärvetenskaplig sammanfattning

Under senare år har intresset för bettlös ridning ökat, men detta speglas sällan i typer av träningsanvändning på ridskolor. Det är viktigt att djur tränas med en vetenskaplig grund, däremot finns det ännu inte såpass mycket forskning om bettlös ridning. Det här arbetet är en del av ett större forskningsprojekt som undersöker användning av både brett och bettlösa huvudlag i relation med hästvälfärd. Syftet med detta arbete är att undersöka hur en övergång till bettlöst träningspåverkar hästens beteende på ridskolor, samt hur ridlärare och elever upplever hästarna på bettlösa träningsanläggningar.

För att undersöka detta samlades enkätsvar från både ridlärare och elever in. Totalt sex ridskolor och 13 hästar deltog och studerades under ungefär sex veckor. Efter varje lektion med någon av de berörda hästarna bads ridlärare och elev fylla i en enkät gällande lektionen. Hästens humör och hur hård tygelkontakt ryttaren hade uppskattades på en tiogradig skala. Ridlärarna fick även skatta hur väl eleven klarat av lektionens ridövning(ar) och eleven fick skatta hur trygga de kände sig med hästen. Genom öppna frågor berättade ridlärarna och eleverna också om beteenden de lagt märke till under lektionen och vilka, om några, kommunikationsproblem de upplevt.

Resultatet tyder på att både elever och ridlärare uppfattar hästarna som mer tunga i handen och att problem med både kontroll och ridbarhet har funnits. Trots detta skattade eleverna generellt sin trygghet som stor, vilket kan tyda på att kontrollproblemen var en avsaknad av precision istället för en säkerhetsrisk. Många beskrev hästarna som glada och nöjda.

Ridlärarna verkar inte ha upplevt någon skillnad i hästarnas beteende under de sex veckorna. Elevernas återkoppling på de tiogradiga frågorna visar generellt på försämrat upplevt humör och hårdare tygelkontakt. Den starkaste trenden var elevernas uppfattning av tygelkontaktens hårdhet, där medelvärdet sjönk med ungefär två poäng i den tiogradiga skalan över veckornas gång.

Sammanfattningsvis verkar precisionen minska vid övergång till bettlös ridning, samtidigt som hästarna uppfattas som relativt nöjda när de reds på det bettlösa träningsanläggningen.

10 Tack

Först och främst vill jag rikta ett otroligt stort tack till min handledare Sussi Lundesjö Kvart och bihandledare Elke Hartmann för ert stora tålamod och all pepp. Utan er hade det här arbetet inte blivit gjort.

Jag vill tacka Anna Byström, som stöttat mig med de statistiska delarna och faktiskt lyckats få statistik att låta intressant.

Stort tack till mina nära och kära, som stöttat mig med avlastning i stallet, korrekturläsning och en massa emotionellt support! Ni vet vilka ni är <3

Tack till mina fyrbenta vänner Napoleon, Baltazar och Mozart; ni må vara söta, men ni kan alla få jobb som professionella störningsmoment.

Slutligen vill jag rikta mitt största möjliga tack till alla världens ridskolehästar som lärt mig och otaliga andra människor att rida, ta ansvar och alltid törsta efter ny kunskap för att förbättra deras tillvaro, liksom de förbättrat min!

11 Bilagor

11.1 Elevenkät

Vi uppskattar ditt deltagande i en kort enkät om hur du upplevde hästen under ridlektionen!

Din feedback bidrar till viktig data för vårt forskningsprojekt.

Tack för att du tar dig tid att bidra med dina åsikter!

1.

Ridskolans namn:

2.

Ange datumet för dagens lektion:

3.

Kryssa i lektionens ämne:

☐ Hoppträning

☐ Dressyrlektion

☐ Markarbete

☐ Hanteringslektion

☐ Uteritt

☐ Annat. Vänligen specificiera: _____

4.

Hästens namn:

5.

Hästens utrustning under dagens lektion:

☐ tränsett

☐ bettlöst (sidepull)

6.

Ditt namn:

7.

Skriv din ålder i siffror:

8.

Skriv i siffror hur många år du har ridit:

9.

Kryssa i hur du upplevde hästens beteende på en skala från 0-10:

- ☐ spänd
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6
- ☐ 7
- ☐ 8
- ☐ 9
- ☐ avslappnad

Kryssa i hur du upplevde hästens beteende på en skala från 0-10:

- ☐ distraherad
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6
- ☐ 7
- ☐ 8
- ☐ 9
- ☐ koncentrerad

Kryssa i hur du upplevde hästens beteende på en skala från 0-10:

- ☐ motvillig
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6
- ☐ 7
- ☐ 8
- ☐ 9
- ☐ samarbetsvillig

10.

Lade du märke till några specifika beteenden hos hästen?

Nej

Ja. Vänligen specificera: _____

11.

Hur kändes tygelkontakten på en skala från 0-10:

- ☐ hård
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6
- ☐ 7
- ☐ 8
- ☐ 9
- ☐ lätt

12.

Hur trygg kände du dig med att styra hästen på en skala från 0-10?

☐ inte alls trygg

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

☐ 6

☐ 7

☐ 8

☐ 9

☐ helt trygg

13.

Upplevde du några kommunikationssvårigheter med hästen?

☐ Nej

☐ Ja. Vänligen specificera: _____

14.

Är det något annat du vill lyfta fram från dagens lektion?

Tack för din feedback!

11.2 Ridlärarenkät

Datum:

Hästens namn: Ridlärarens namn:

Hästens utrustning: ☐ med tränsbett ☐ utan tränsbett (sidepull)

1. Kryssa i lektionens ämne:

- ☐ Hoppträning ☐ Dressyrlektion
☐ Markarbete ☐ Hanteringslektion
☐ Uteritt
☐ Annat: _____

2. Kryssa i hur du upplevde hästens beteende på en skala från 0-10:

spänd	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	avslappnad
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
distraherad	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	koncentrerad
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
motvillig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	samarbetsvillig

3. Lade du märke till några specifika beteenden hos hästen?

- ☐ Nej
☐ Ja. Vänligen beskriva kort: _____

4. Hästens huvud-hals position:

- ☐ Noslinje mycket framför lod ☐ mitten i lod ☐ bakom lod

☐ Hals kort ☐ lång ☐ utsträckt

5. Hur klarade ryttern av lektionsövningarna?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
inte alls	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	mycket bra

6. Hur upplevde du rytterns tygelkontakt?

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
hård	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	lätt

7. Särskilda händelser. Är det något annat du vill lyfta fram från dagens lektion?

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU kan publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver i sådana fall godkänna publiceringen. I samband med att du godkänner publicering kommer SLU även att behandla dina personuppgifter (namn) för att göra arbetet sökbart på internet. Du kan närsomhelst återkalla ditt godkännande genom att kontakta biblioteket.

Även om du väljer att inte publicera arbetet eller återkallar ditt godkännande så kommer det arkiveras digitalt enligt arkivlagstiftningen.

Du hittar länkar till SLU:s publiceringsavtal och SLU:s behandling av personuppgifter och dina rättigheter på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>

☒ JA, jag, Tova Wranning har läst och godkänner avtalet för publicering samt den personuppgiftsbehandling som sker i samband med detta

☐ NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse till att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.