

3 TIPPS, MIT DENEN DU DIE BEZIEHUNG ZU DEINEM PFERD DEUTLICH VERBESSERST

PLUS: BEZIEHUNGSTEST





Hallo, ich heiße Ilja

Ich bin Pferdetrainer und Coach aus Leidenschaft, begeisterter Vater und Familienmensch und liebe die Natur, Bücher und guten Wein.

In den letzten zehn Jahren habe ich hunderten von Menschen dabei geholfen, eine bessere Beziehung zu ihrem Pferd aufzubauen.

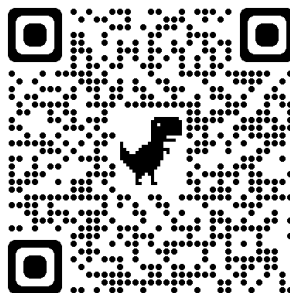
WARUM MIR DAS SO WICHTIG IST?

Weil ich am eigenen Leib erfahren habe, was passieren kann, wenn die Beziehung zwischen Mensch und Pferd nicht stimmt.

Als ich meine beiden Araber, Roma und Ravel, kaufte, wurde ich über den Acker geschleift, an die Wand gedrückt und ins Gesicht getreten. Von einer guten Beziehung konnte keine Rede sein.

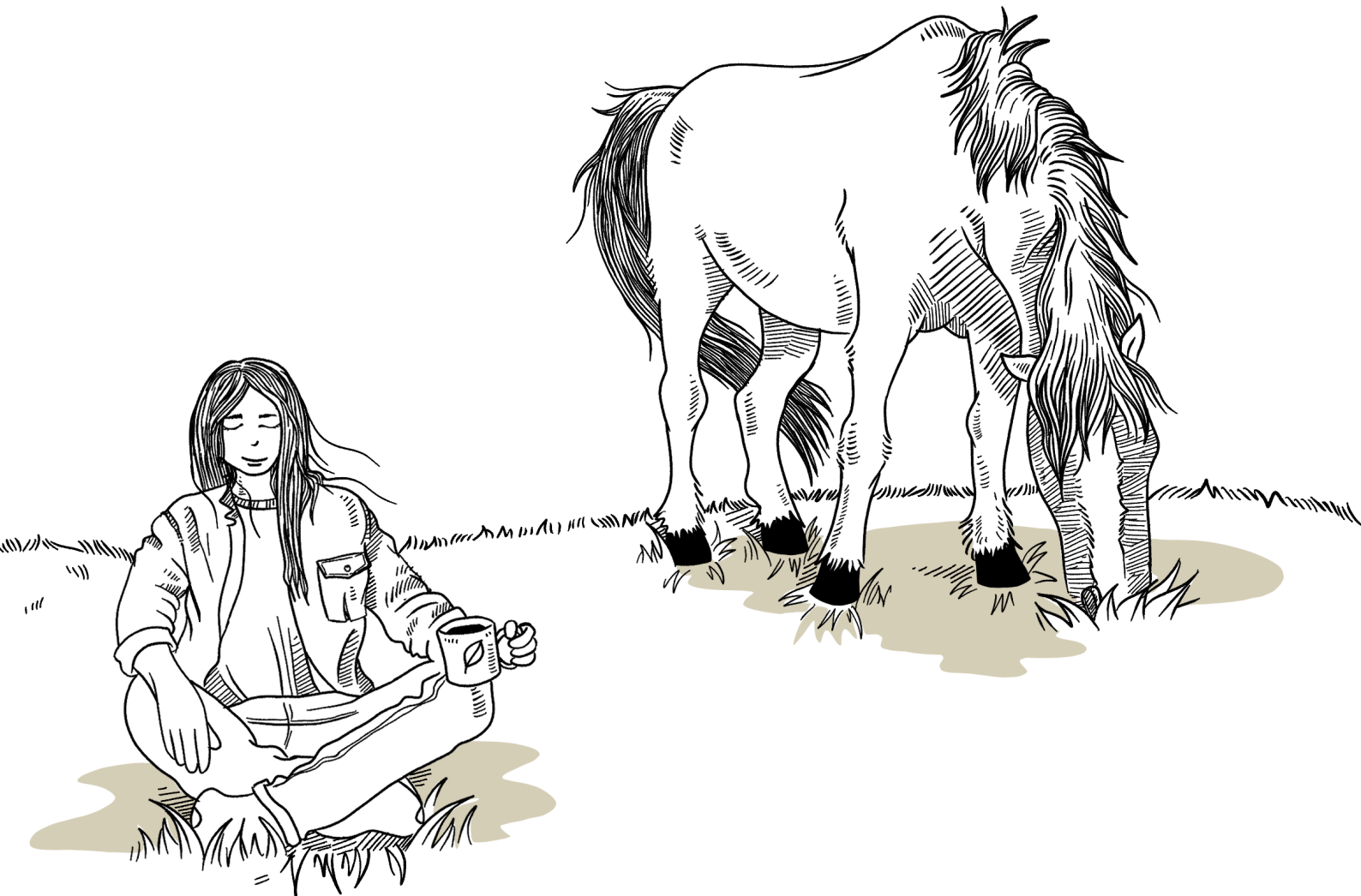
Jetzt, fast zwanzig Jahre später, sieht das völlig anders aus. Ich habe mir meinen größten Traum erfüllt und meine Araberstute, Roma, komplett ohne alles, also ohne Sattel, Trense oder Halsring im Wald geritten. Mehr Beziehung geht nicht.

Ein Video von diesem einmaligen Erlebnis kannst du dir über diesem QR- Code ansehen. Alles fing damit an, dass ich mich gefragt habe, was eine gute Beziehung ausmacht, wie die Beziehung zu meinen Pferden wirklich ist. Und wie ich sie verbessern kann.



TIPP #1

Entdecke die Magie des Nichts-Tuns.



TIPP #1 | ENTDECKE DIE MAGIE DES NICHTS-TUNS

Ziel:

Dein Pferd verbindet dich immer mit Action, mit diesem seltsamen "Wollen", dass in seiner Welt nicht vorkommt. Durch diese Übung bringst du dich mehr in seine Welt. Du kommst zur Ruhe.

Entdecke die Magie des Nichts-Tuns.

Warum?

Kennst du das: Du hattest einen stressigen Tag, hast vielleicht noch deine Kinder von der Schule abgeholt oder warst einkaufen – bevor du endlich in den Stall fahren kannst. Die Zeit ist knapp. Du möchtest sie optimal nutzen.

Also gehst du gleich zu deinem Pferd, begrüßt es und holst es raus. "Mein Pferd muss bewegt werden", denkst du. Putzen, dann entweder Longe oder Sattel. Oder doch freilaufen lassen? Deine Absichten sind die Besten.

Aber sieht dein Pferd das auch so? Kann dein Pferd deine guten Absichten erkennen? Nein. Pferde leben im Hier und Jetzt. Sie müssen lediglich fressen, saufen, schlafen, äppeln und pinkeln – mehr müssen sie nicht. Für ihr Überleben ist zudem die Herde wichtig. Pferde wissen, sobald sie als Fohlen auf die Welt kommen, dass sie es alleine nicht schaffen, sondern nur in der Gemeinschaft.

Unseren Ehrgeiz kennen Pferde nicht. Bei ihnen ist alles, auch das Spiel der Junghengste, eingebettet in das Leben. Sie spielen oder laufen nicht, um eine Erwartung zu erfüllen oder ihre Pflicht zu tun.

Sie fordern ein anderes Pferd nicht zum spielen auf, um sich damit einen, im menschlichen Sinne stressigen, Tag zu versüßen.



WENN DU ALSO STÄNDIG ETWAS VON DEINEM PFERD WILLST, VERSUCHST DU DEIN PFERD IN DEINE WELT ZU HOLEN.

Du erwartest, dass es dich verstehen kann. Das kann es aber nicht. Du musst in die Welt deines Pferdes einzutauchen. Der beste Einstieg dazu ist, nichts zu wollen.



ÜBUNG 1

Fahre zu deinem Pferd und setze dich einfach nur zu ihm an die Weide, den Paddock oder die Box. Du kannst dir gerne deinen Lieblingstee mitnehmen. Mach es dir gemütlich. Wenn du einschläfst, ist das völlig in Ordnung. Wenn es kalt ist, nimm eine warme Decke mit. Bei Hitze setze dich in den Schatten. Das ist keine körperliche Herausforderung sondern eine geistige.

Setz dich einfach hin und mache gar nichts. Wenn dein Pferd (oder ein anderes Herdenmitglied) zu dir kommt, halte ihm kurz die Hand zur Begrüßung hin. Streichele es nicht weiter. Behalte dein Pferd im Auge, aber lasse es innerlich los. Ihr habt jetzt nichts miteinander zu tun. Ihr seid zufällig zur gle-

ichen Zeit am gleichen Ort. Achte natürlich auf deine Sicherheit, vor allem, wenn mehrere Pferde zu dir kommen. Setzt dich bei Bedarf außerhalb der Weide oder des Paddocks hin.

Bleibe so lange sitzen, bis du nicht mehr den Drang verspürst aufzustehen und etwas tun. Zu müssen. Notiere dir, wie du dich gefühlt, nicht was du gedacht hast. War es angenehm nichts zu tun? Oder hattest du Hummeln im Hintern, weil du ständig etwas tun wolltest? Oder war es ein unangenehmes Gefühl?

Schreibe auf, was du wahrgenommen hast:



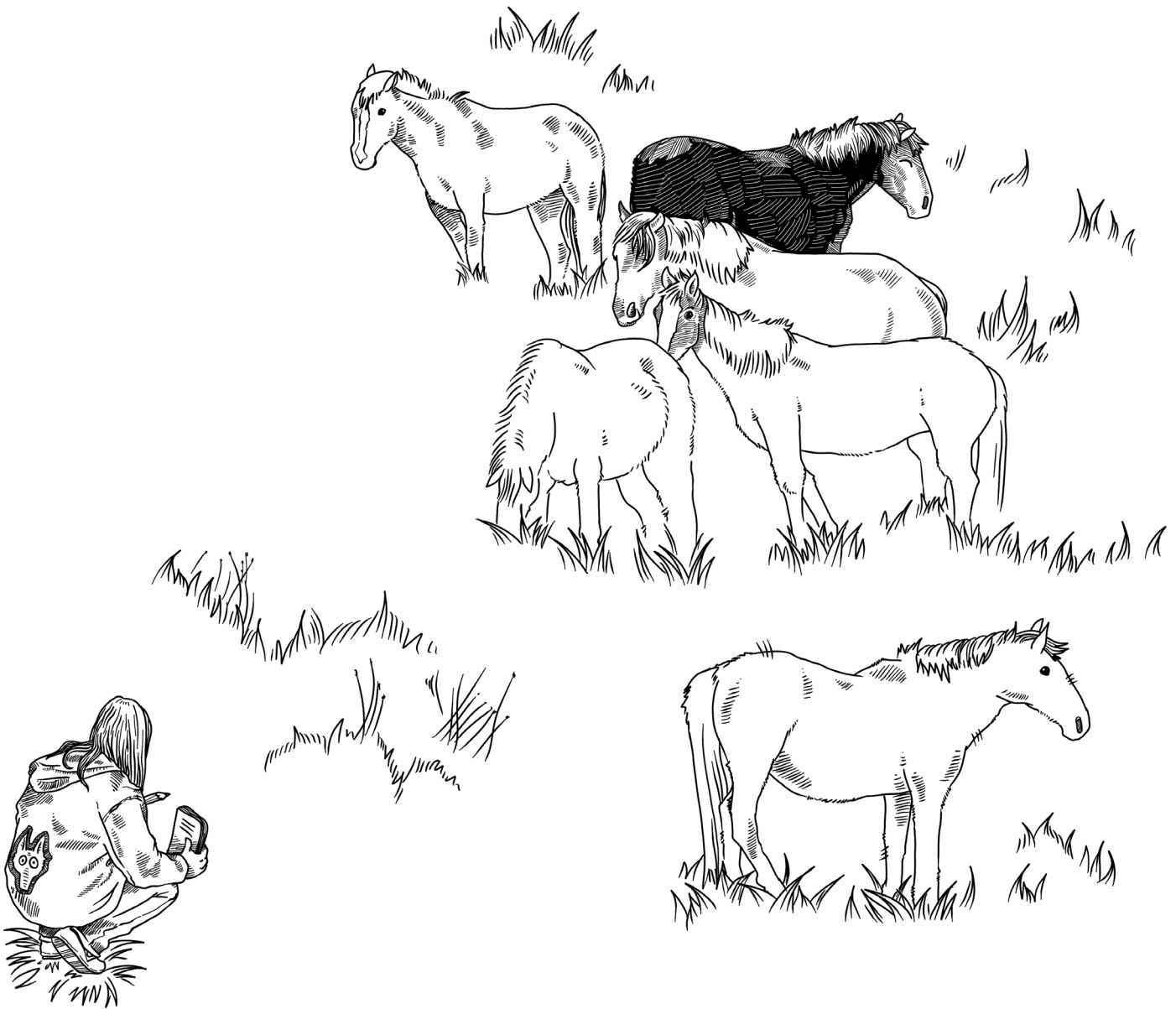
NOTIZEN:

Variation:

Pferde wechseln immer zwischen Ruhephasen (dösen, schlafen) und Aktivitätsphasen (dösen, weiterziehen, spielen) hin und her. In der Weidesaison kannst du dein Pferd in diesen Phasen begleiten. Wenn die Herde döst, döst du auch. Zieht die Herde los zum grasen, machst du das auch. Keine Sorge, du musst kein Gras essen. Mach bitte nichts, was über eine reine Begrüßung hinausgeht. Also kein putzen, Hufe auskratzen etc.

TIPP #2

Hör deinem Pferd doch mal zu.



Ziel:

Dein Pferd achtet mehr auf dich, deine Körpersprache und Energie – weil du auch auf dein Pferd achtest. Du gehst in den Dialog und hörst deinem Pferd zu. Du erkennst, welche Wünsche es äußert, welche Bedürfnisse es hat und wodurch es beunruhigt wird – und antwortest entsprechend.

Hör deinem Pferd doch mal zu.

Warum?

In einer Pferdeherde geht es zu wie in einer Vogelvoliere mit dutzenden von Wellensittichen – ständig wird gequasselt. Pferde sind sehr kommunikativ, auch bei uns Menschen.

SIE STELLEN UNS DIE GANZE ZEIT FRAGEN WIE:

- ... "Warum gehen wir hier lang?"
- ... "Wieso reiten wir ständig im Kreis?"
- ... "Können wir mal kurz die Reithalle verlassen?"
- ... "Darf ich Gras fressen?"
- ... "Hast du das auch gesehen?"
- ... "Wie lösen wir dieses Problem?"
- ... "Was willst du eigentlich?"

NATÜRLICH SAGEN SIE UNS AUCH SOLCHE DINGE:

- ... "Bitte gehe aus dem Weg."
- ... "Ich verstehe dich nicht."
- ... "Das möchte ich jetzt nicht."
- ... "Ich vertraue dir nicht."
- ... "Ich sehe, dass du an dir selbst zweifelst."

Das Problem dabei: Viele Menschen haben ein großes Sendungsbedürfnis, aber nur wenig Bereitschaft, dem anderen zu zu hören. Das kannst du sehr oft in Gesprächen zwischen mehreren Personen beobachten. Wie oft wird derjenige, der gerade spricht, unterbrochen. Vielleicht fällt die jetzt auch irgendeine Talkshow ein, bei der sich die Kontrahenten permanent ins Wort fallen. Mit dem Ergebnis unzähliger Missverständnisse, persönlicher Angriffe und wenig Erkenntnisgewinn am Ende.





ÜBUNG 2

Pferde stellen permanent Fragen oder geben Antworten.

WENN DU MIT DEINEM PFERD UNTERWEGS BIST, SIND DIE HÄUFIGSTEN FRAGEN, DIE ES DIR STELLT, FOLGENDE:

- a) Hast du das auch gesehen?
- b) Können wir da lang gehen?
- c) Darf ich fressen?
- d) Können wir schneller oder langsamer gehen?
- e) Findest du das auch unheimlich?
- f) Darf ich dort mal riechen?

Wie könntest du jetzt auf diese Fragen antworten?

a)

Ja, das habe ich auch gesehen. Oder: Nein, das habe ich nicht bemerkt, aber vielen Dank, dass du mich darauf aufmerksam gemacht hast. Du musst das nicht laut sagen (ist aber kein Problem). Wichtig ist, dass du es auch so meinst. In jedem Fall schaust du in die Richtung, in die dein Pferd blickt, um ihm so zu signalisieren, dass du seine Frage verstanden hast.

b)

Natürlich solltest du wissen, wo ihr lang reiten oder -gehen müsst, um an euer Ziel zu kommen. Aber alle Wege führen nach Rom. Und was spricht dagegen, einmal dem Vorschlag deines Pferdes zu folgen? Dadurch hast du in den Augen deines Pferdes nicht weniger Führungskompetenz, sondern mehr. Wichtig ist nur, dass du entscheidest, wenn es drauf ankommt. Wenn also die Wahl deines Pferdes euch vom Weg abbringen würde, solltest du auf deiner Entscheidung bestehen.

c)

Das fragen Pferde gerade im Frühjahr ständig. Wenn du ausreitest und auf dein Kopf deines Pferdes achtest, kannst du sehen, wie er langsam beispielsweise nach rechts geht und dein Pferd zum wenige Meter entfernten Gras schielt. Du könntest jetzt aktiv zu diesen Grasbüscheln reiten und ihm signalisieren: "Lass es dir gut schmecken." Du könntest auch mit dem linken Zügel leicht vibrieren, um seine Aufmerksamkeit von dem Gras weg zu lenken. Wichtig ist nur, dass du reagierst, sobald dein Pferd den Gedanken ans Gras bekommt.

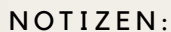
d)

Wenn dein Pferd schneller gehen möchte, kannst du natürlich „nein“ sagen. Du könntest aber auch das Tempo forcieren. Gleiches gilt auch für die umgekehrte Frage: Wenn dein Pferd langsamer gehen möchte, kannst du es erlauben oder nicht. Wichtig in beiden Fällen: Beachte bitte die Tagesform deines Pferdes. Ist es einfach müde, weil es eine schlechte Nacht hatte oder das Thermometer schon seit Woche jenseits der 30 Grad fest geklebt scheint? Wer hätte dann schon Lust flott voran zu schreiten? Umgekehrt ist es schwieriger von deinem Pferd ein langsames Tempo zu erwarten, wenn es wegen des Wetters tagelang nicht raus gekommen ist.



Dein Pferd nimmt auf einmal den Kopf hoch und fixiert sich auf irgend etwas in der Ferne. Zwei Dinge sind jetzt wichtig: Schränke nicht seine Sicht ein und halte es nicht kurz – weder am Boden noch im Sattel. Ein Pferd muss seine Sinne frei gebrauchen und seine Beine frei bewegen können – erst recht, wenn es verunsichert ist oder gar Angst hat. Natürlich bleibst du achtsam und bist bereit sofort zu reagieren, wenn dein Pferd in den Fluchtmodus schaltet. Du schaust du dorthin, wo dein Pferd eine mögliche Gefahr entdeckt hat. Du bedankst dich für den Hinweis und sagst ihm (aber nur, wenn du es wirklich meinst), dass es für euch völlig harmlos ist, und ihr die Situation meistern werdet. Wenn du in solchen Situationen keine Ruhe bewahren kannst, dann setze dich diesen Situationen nicht aus. Schaue dir hierzu auch gerne mein YouTube Video "Der magische Kreis" an.

Pferde riechen an vielerlei Dingen: Plastikplanen. Mülltonnen und natürlich mit Vorliebe an den Äpfeln ihrer Artgenossen. Auch hier könntest du "nein" sagen. Das würde ich jedoch nur sehr selten machen. Warum? Für Pferde ist es ähnlich wichtig für einen Hund, die Umgebung nicht nur visuell und akustisch wahrzunehmen, sondern auch mit ihrem Geruchssinn. Der ist bei Pferden, wesentlich besser ausgeprägt. Wenn dein Pferd also fragt, ob es irgendwo riechen kann (und davon keine Gefahr ausgeht) würde ich es zulassen, beziehungsweise aktiv dort hingehen und ihm die betreffende Stelle anbieten.



TIPP #3

Mache dir einen Plan.



Ziel:

Du bist konzentriert, fokussiert und achtsam. Dein Pferd ist mit seiner ganzen Aufmerksamkeit bei dir, weil es spürt, dass du einen Plan hast. Du kennst die Antwort auf eure gemeinsamen Herausforderungen und Probleme.

Mache dir einen Plan.

Warum?

Ist dir das auch schon passiert: Du kommst voller Elan und Freude zu deinem Pferd. Du holst es von der Weide, dem Paddock oder aus der Box, putzt es, sattelst es und gehst auf den Platz. Du reitest los.

UND DANN ...

- ... fragst du dich, was du heute üben sollst.
- ... wird dir bewusst, dass du seit Monaten immer das Gleiche reitest.
- ... macht dein Pferd nicht das, was du erwartest – und du weißt nicht mehr weiter.
- ... stellst du fest, dass du überhaupt kein Ziel hast. Du weißt nicht, was du wann erreicht haben willst.

Einfach irgendetwas irgendwie zu machen kommt in der Welt der Pferde nicht vor. Bei ihnen geht es immer darum, möglichst effektiv, also ohne zu viel Energie zu vergeuden, ihr jeweiliges Ziel zu erreichen. Sie haben immer eine klare Absicht, sei das vom Schlafplatz zum Futterplatz zu ziehen, zu spielen oder zu fliehen. Das Ziel der jeweiligen Handlung ist immer klar.

Wenn dein Pferd dir vertrauen soll – was die Basis für eine gute Beziehung ist – musst du klar und fokussiert handeln. Wie kannst du das am besten erreichen?

Indem du dir einen Plan machst.





ÜBUNG 3.1

Frage dich zuerst einmal: Was ist mein Traum?

Was möchte ich mit meinem Pferd einmal erreichen oder erleben? Das kann ein Wanderritt sein, ein angstfreier Ausritt, ein fliegender Galoppwechsel oder die Teilnahme an einem Turnier.

Stell dir vor, dein Traum wäre der Gipfel des Mount Everest. Dort oben möchtest du stehen. Welche Etappenziele, brauchst du, um den Gipfel zu erreichen. Welche Vorbereitungen sind nötig? Welche Fähigkeiten brauchst du, welche dein Pferd?

Lege Etappenziele fest. Was willst du wann umgesetzt haben? Denke dabei immer an dein Pferd. Es braucht vielleicht manchmal mehr Zeit, als du denkst, um ein gestecktes Ziel, beispielsweise einen mühelos ausgeführten Seitengang wie das Schulterherein, zu erreichen. Lege deswegen eine Pufferzone fest. Habt ihr das Ziel früher erreicht – schön. Dauert es länger, ist das nicht schlimm, weil du es einkalkuliert hast.

Diese Etappenzielen brichst du jetzt weiter herunter. Mache dir dann einen 90- Tage Plan, indem du für jeden Monat deine Ziele definierst.

Wenn dir all das zu viel ist, mache dir wenigstens jeden Tag bevor du zu deinem Pferd gehst, was du heute mit ihm erleben möchtest. Einfach nur irgendwie durch die Landschaft spazieren oder auf dem Platz herumreiten bringt dich und dein Pferd nicht zusammen. Dein Pferd wird ohne deinen Fokus keinen Sinn indem sehen, was ihr gerade macht. Wenn du ehrlich bist – du doch auch nicht, oder?



NOTIZEN:



ÜBUNG 3.2

Neben einem genauen Plan, was du machen möchtest, ist es auch wichtig, dass du deine persönlichen Grenzen definierst.

LEGE GRENZEN FEST:

Was willst du, was willst du nicht? Möchtest du beispielsweise, dass dein Pferd ungefragt in deine persönlichen Raum kommt? Ich weiß, es ist ein sehr schönes Gefühl, die Wärme eines Pferde zu spüren, sein Fell zu riechen und zu spüren. Wir alle wünschen uns Nähe und Geborgenheit.

Aber dieser Wunsch darf nicht dazu führen, dass du unklar kommunizierst und unklar handelst. Wenn du also dein Pferd einmal streichelst, weil es ungefragt durch dein Gesicht leckt, und ein anderes Mal wütend wegstößt, wenn es sich an dir reibt, dann bist du für dein Pferd sehr unklar.

Frage dich auch, wie stark oder weich diese Grenze ist. Was meine ich damit? Die stärkste Grenze ist eine rote Linie. Die darf auf keinen Fall überschritten werden. Eine meiner roten Linien ist: Kein Pferd rempelt mich über den Haufen oder quetscht mich gegen eine Wand. Ich bin bereit alles zu tun, um das zu verhindern, und zwar sofort, ohne langsame Eskalationsstufen. Ich gebe sofort alles.

Kommt dagegen eines meiner Pferde freundlich aber ungefragt in meinen persönlichen Raum, sage ich ihm höflich, es solle bitte draußen bleiben. Kommt es erneut rein, fordere ich es auf, bitte den Abstand wieder zu vergrößern. Beim dritten mal lasse ich das "Bitte" dann weg.

Also, was sind deine Grenzen? Schreibe es auf. Darf dein Pferd sich an dir schubbern? (Meine dürfen das.) Wie nah darf dein Pferd dir kommen?



NOTIZEN:

BEZIEHUNGS- TEST

Wie gut ist die Beziehung zwischen dir und deinem Pferd wirklich?

Checkliste

Vergib bei den nachfolgenden Fragen Punkte auf einer Skala von 0 bis 5 und zähle die Punkte zusammen. Die Auswertung findest du auf der letzten Seite.

1



5

SEHR SCHLECHT / STIMME NICHT ZU / NIE

SEHR GUT / STIMME VOLL ZU / IMMER

1. VERSTEHST DU DEIN PFERD UND ACHEST SEINE BEDÜRFNISSE?

☐

Wie gut kennst du den Charakter deines Pferdes?

☐

Weißt du, wie es sich auf der Weide mit anderen Pferden verträgt?

☐

Kommt dein Pferd auf der Weide auch ohne Futter zu dir?

☐

Kommt dein Pferd immer zu dir und achtet auf dich?

☐

Wie gut lässt sich dein Pferd putzen, satteln und trensen?

1



5

SEHR SCHLECHT / STIMME NICHT ZU / NIE

SEHR GUT / STIMME VOLL ZU / IMMER

2. WIE RESPEKTVOLL UND HÖFLICH GEHT IHR MITEINANDER UM?

☐

Mein Pferd ist am Putzplatz immer höflich und bedrängt mich nicht.

☐

Mein Pferd zieht mich niemals zum Gras. Mein Pferd bleibt niemals ohne Grund stehen.

☐

Mein Pferd überholt mich nie.

3. ACHTET IHR AUF EINANDER UND KOMMUNIZIERT MITEINANDER?

☐

Wenn du Hilfsmittel wie Gerte und Sporen oder das Lob durch FutterKlicker weglässt – reagiert dein Pferd auf deine Signale?

☐

Wenn dein Pferd sich erschreckt, achtet es dann auf dich?

☐

Wenn dein Pferd abgelenkt ist – bekommst du seine Aufmerksamkeit immer innerhalb von 10 Sekunden?

☐

Kannst du dein Pferd gut von der Herde trennen?

☐

Hast du das Gefühl, dein Pferd freut sich, etwas mit dir zu unternehmen?

4. WIE IST DEINE EINSTELLUNG ZU DEINEM PFERD?

☐

Ich ärgere mich niemals über mein Pferd.

☐

Ich denke nie: "Da muß mein Pferd jetzt mal durch!"

☐

Ich fahre immer mit einem guten Bauchgefühl zu meinem Pferd.

☐

Wenn die Dinge nicht so laufen, wie gewünscht, gebe ich meinem Pferd nie die Schuld daran.

☐

Ich gebe meine Pferd niemals Namen wie "Zicke", "Faulpelz" oder "Dampfwalze".

Deine

AUSWERTUNG

75 – 95 PUNKTE:

Eure Beziehung ist sehr gut! Wenn du in einem der vier Bereiche deutliche Defizite hast, in den anderen aber nicht, konzentriere dich auf eure Schwächen.

Solltest du in allen vier Bereichen relativ gute Ergebnisse haben, geht es jetzt zum nächsten Level: Frage dich, was deinem Pferd (und dir) besonders liegt. Hier kannst du seine Fähigkeiten und seine Begeisterung jetzt gezielt fördern. Gerne helfen wir dir dabei.

55 – 74 PUNKTE:

Ihr seid schon auf einem guten Weg. Konzentriere dich jetzt auf die Bereiche, in denen du die größten Defizite hast. Gehe nicht alles gleichzeitig an, sondern mache dir einen Plan, welchem Bereich du wann deine Zeit und Aufmerksamkeit schenken möchtest. Wenn du dabei Hilfe brauchst, komme gerne in einen unserer Online-Kurse oder Live-Seminare. Hier lernst du, wie du die Beziehung zu deinem Pferd in den verschiedenen Bereichen Schritt für Schritt weiter verbessern kannst.

21 – 54 PUNKTE:

Je nachdem in welchen Bereichen eure Defizite sind könnte es für euch beide in bestimmten Situationen gefährlich werden. Das hängt natürlich auch von deinem Pferd ab. Wenn es eher der ängstliche, unsichere Typ ist und du ihm keine ruhige, souveräne Führung bieten kannst, bewege dich bitte nur in einem sicheren Umfeld mit ihm alleine.

Ist dein Pferd eher der selbstsichere oder übergriffige Typ, ist es besonders wichtig, dass ihr im Bereich Höflichkeit sehr gut zusammen arbeitet. Wenn es dir schwer fällt klar zu sein und du vielleicht sogar Angst vor deinem Pferd hast, vermeide ungewohnte Situationen. In beiden Fällen empfehlen wir dir dringend, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Wenn dir unsere Art gefällt, komme gerne in einen unserer Online-Kurse oder Live-Seminare. Dort kannst du gezielt Fragen stellen und wir helfen dir ganz praktisch dabei, die Beziehung zu deinem Pferd zu verbessern.

0 – 20 PUNKTE:

Ganz ehrlich? Ihr braucht einen Neustart. Wenn du das Problem an der Wurzel packen möchtest, buche am besten direkt einen unserer Online-Kurse oder schreibe uns. Wir helfen dir gerne dabei die Beziehung zu deinem Pferd auf völlig neue Beine zu stellen.

KONTAKT

Anna und Ilja van de Kastelee
Welk 5
52372 Kreuzau

www.vandekastelee.de | info@vandekastelee.de

www.natuerlich-zu-pferd.de | info@natuerlich-zu-pferd.de

Besuche uns auf Social Media unter
"Natürlich zu Pferd" oder direkt mit einem Klick auf das
entsprechende Icon:

