

Energie - Sprache Regeln

Energie - Sprache

= dein Pferd sieht
dein Signal

Kontakt - Sprache

= dein Pferd fühlt
dein Signal / deine
Hilfe

Laut - Sprache

= dein Pferd hört
dich

Innere Sprache

= dein Pferd
empfängt / ahnt
was du mitteilst

1. Plan: Du weißt was du willst bevor du aktiv wirst.
2. Keine Angst: das Pferd hat weder vor dir noch deinen Hilfsmitteln Angst.
3. Körper - Energie - Sprache: nutze die 5 Vokabeln um deinem Pferd zu sagen was du willst.
4. 4 Phasen: verdeutliche deine Vokabel durch vorhersehbare Raum - Einnahme deinerseits. Nutze dazu rhythmische Bewegungen die immer größer werden bis dein Pferd in Phase 4 in deiner Bewegung steht und geklopft wird wenn es sich nicht bewegt. Deine Bewegung hat Vorfahrt ;-)
5. Effektivität: Sorge dafür dass dein Pferd deine Phase 4 ernst nimmt - ohne dass dabei Angst vor dir oder deinen Hilfsmitteln entsteht.
6. Ende durch die Vokabel „Alles ist ok“: Mache kurz Pause und dann kannst du die Übung wiederholen
7. Vertrauens - Check: Sollte Phase 4 nötig gewesen sein überprüfe vorsichtshalber ob dein Pferd jetzt unsicher bzgl. dir oder deinen Hilfsmitteln geworden ist.

8. Mehrere Schritte: statt „alles ist ok“ zu sagen kannst du auch zu Phase 1 zurück gehen sobald dein Pferd reagiert und dein Signal neu aufbauen mit den 4 Phasen. Wichtig: steuere jeden Schritt einzeln an! Eine flüssige Bewegung in mehreren Schritten ist erst dann möglich wenn dein Pferd auf Phase 1 oder 2 reagiert. Bleibe nicht konstant auf einer hohen Phase – dein Pferd verliert sonst schnell die Lust!

Plan

Keine Angst

Vokabel Körper – Energie – Sprache

4 Phasen / Raum einnehmen

Beenden durch „Alles ist ok“ Vokabel

Mehrere Schritte erst wenn einzelne auf Phase 1 oder 2 gehen und IMMER zurück zu Phase 1 zwischen den Schritten