

ANDREA UND
MARKUS ESCHBACH

Freie Bodenarbeit

— mit dem Pferd

KOMMUNIKATION UND
KÖRPERSPRACHE



KOSMOS

Das kostenlose Extra: Die App „KOSMOS PLUS“



Mit der Kosmos Plus App ganz einfach Filme über freie Bodenarbeit mit dem Pferd anschauen.

Dieses Buch bietet Ihnen weitere Inhalte in Form von 10 Filmen, die im Buch durch dieses **123** Symbol gekennzeichnet sind.

UND SO GEHT'S:

1. Besuchen Sie den App Store oder Google Play.
2. Laden Sie die kostenlose App „KOSMOS PLUS“ auf Ihr Mobilgerät.
3. Öffnen Sie die App und laden Sie die Inhalte für das Buch „Freie Bodenarbeit mit dem Pferd“ herunter.
4. Auf den Seiten mit dem Symbol **123** können Sie sich zu unterschiedlichen Themen einen Film ansehen. Dazu geben Sie den dort genannten Zahlen-Code in die App ein.

Weitere Informationen finden Sie unter plus.kosmos.de

FREIE BODENARBEIT

— *Grundlagen*

Wir erleben täglich, wie schwierig es für Menschen ist, mit einem so großen Tier wie dem Pferd umzugehen. Wir kaufen uns ein Pferd und denken, es müsse einfach so funktionieren. Manchmal geht es so lange schief, bis wir merken, dass zu einer partnerschaftlichen Beziehung mehr gehört. Genau diese wichtigen „Bausteine“ können wir bei der freien Arbeit in einem Round Pen erlernen.

— VERSTÄNDNIS UND WISSEN

Wir müssen wissen, wie Pferde die Welt sehen und lernen, „durch ihre Augen zu sehen“. So beginnen wir zu verstehen, warum sie tun, was sie tun, und welche Signale sie wahrnehmen.

— **KOMMUNIKATION** *mit dem Pferd funktioniert über eine klare, bewusste Körpersprache. Diese wird gesteuert über die klare Vorstellung, also unserem Bild, was wir vom Pferd wollen. Das heißt, Pferde können an unserer Körpersprache erkennen, was wir denken ...*

— **BEZIEHUNG** *entsteht, wenn sich zwei Individuen einander verständlich machen. Mit der freien Arbeit im Round Pen üben wir Schritt für Schritt unsere Fähigkeiten, die wir im Umgang mit den Pferden brauchen. So werden Pferde beginnen, gerne mit uns zusammenzuarbeiten.*



01.

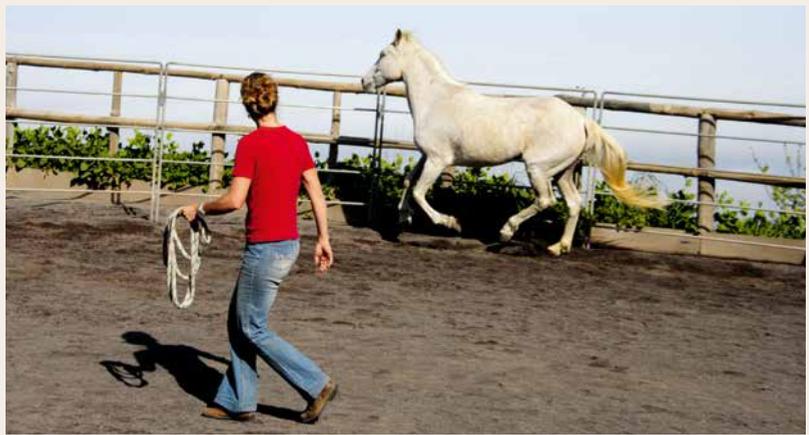


02.

01. *Pferde sind typische Bewegungstiere. Eine der ersten Aufgaben, die wir ihnen stellen können, greift diesen Instinkt auf: die Vorwärtsbewegung.*

02. *Wir steigern die Energie, die wir zum Antreiben brauchen, immer Schritt für Schritt, bis zum Werfen des Seils. Für den ersten Bewegungsimpuls kann ein tiefes Einatmen schon ausreichen.*

03. *Achten Sie auch unbedingt auf die Distanz, die Sie zum Pferd haben: je näher Sie sind, umso mehr Druck wirkt auf das Pferd ein. Die Regel gilt: „So wenig wie möglich, aber so viel wie nötig.“ Auch für Trab und Galopp sollen treibende Bewegungen sehr bewusst eingesetzt werden.*



03.

ROUND PEN TRAINING

— *Schritt für Schritt*

Bei der freien Bodenarbeit im Round Pen können Sie üben, achtsam zu sein. Ihr Pferd wird sich wohlfühlen, wenn es merkt, dass Sie ihm Ihre ganze Aufmerksamkeit schenken. Gehen Sie planvoll vor und reagieren Sie auf die kleinsten Zeichen Ihres Pferdes.

01. *Ziel ist hier das Arbeiten auf Distanz. Die Signale, die beim Pferd ankommen, müssen präzise sein und zum richtigen Zeitpunkt (Timing) erfolgen.*
02. *Weitere Aufgaben sind die Bewegungskontrolle und die Steuerung: Richtungswechsel zum Zaun oder zur Platzmitte hin werden durch die bewusst eingesetzte Körpersprache für das Pferd deutlich.*
03. *Die wichtigste Aufgabe ist das Bestätigen. Nicht so sehr das, was wir konkret tun, sondern der Moment, in dem wir aufhören, ist entscheidend. Wir ziehen beim ersten Ansatz einer erwünschten Reaktion des Pferdes sofort Druck ab, atmen aus, wenden uns deutlich vom Pferd ab oder gehen sogar ein paar Schritte weg. Aus einem Richtungswechsel nach innen lässt sich auch leicht eine Einladung aussprechen: Die entspannt zugewandte Schulter signalisiert: Komm mit mir.*



01.



03.



02.





Inhalt

4 ZU BEGINN

10 DIE ROLLE DER BODENARBEIT

- 11 Schritt für Schritt
- 17 Vielfältiges Programm am Boden

18 SINNE, VERHALTEN UND KOMMUNIKATION

- 19 Die Sinne des Pferdes
- 30 Kommunikation
- 34 Körpersprache:
Mini-Pferdewörterbuch
- 38 Verhalten

42 DIE BEZIEHUNG MENSCH UND PFERD

- 43 Was nehmen Pferde bei
Menschen wahr?
- 44 Der Mensch ist ein Raubtier
- 50 Beziehungstraining
- 52 Aktive und passive Verstärkung
- 56 Pferde als Spiegel
- 58 Wunschzettel
- 58 Beziehung und Partnerschaft
- 58 Führen lernen – führend lernen
- 60 Körpersprache mit Pferden
- 60 Finale

62 ROUND PEN-PRAXIS

- 63 Was ist Round Pen-Arbeit?
- 64 Was bringt Round Pen-Arbeit?
- 68 Vorbereitung und Hilfsmittel

- 81 So geht's los
- 83 In Bewegung bringen
- 86 Schritt
- 87 Trab
- 88 Galopp
- 90 Bestätigung
- 92 Stopp
- 92 Rückwärts
- 94 Richtungskontrolle
- 98 Anschließen lassen
- 100 Abschluss
- 101 Für Fortgeschrittene
- 107 Wenn es Probleme gibt...
- 110 Typische Probleme
- 114 Problem-Quiz
- 115 Problemlösungen
- 118 Round Pen-Training

120 ZUM SCHLUSS

122 SERVICE

- 123 Nützliche Adressen
- 123 Zum Weiterlesen
- 125 Register
- 126 Impressum

Zu Beginn

Am eigenen Leib

Wir waren beide schon immer sportliche Typen: Als Kinder aktiv im Turnverein und in der Leichtathletik engagiert. Reiten, Klettern, Radfahren, Kajak und Ballett waren wichtige Schwerpunkte. Körperliche Aktivität und Bewegung waren zentral. Ob Pflegepferd oder auch eigene Pferde – bald nahm dieses Hobby die meiste Zeit in Anspruch.

Später kamen Erfahrungen in der Berufsausbildung zum Sozialpädagogen und zur Physiotherapeutin dazu. Als Sozialpädagogin lernt man alle möglichen Theorien über menschliche Umgangsformen kennen. In der Pädagogik wurde zwar das Thema „Kopf – Herz – Hand“ von Pestalozzi behandelt, aber selten in der Praxis angewandt.

Mehr als alle Theorien fehlte aber die Pferdearbeit immer wieder an der sozialen Kompetenz. Die Pferde zeigen schnell auf, wie wichtig es im Umgang mit anderen ist, klar und konsequent zu sein. Einfühlungsvermögen in eine Situation und Andersartigkeit des Gegenübers wurde wie nie zuvor abgefragt.

Die Berufsausbildung zur Physiotherapeutin setzt Bewegungsgefühl und Fitness voraus. Schulung und Beurteilung von gesunder oder unphysiologischer Bewegung, Anleiten und Korrektur von funktionellen Bewegungsabläufen, eigenes Körpergefühl und kreatives Bewegungstraining wurde täglich geschliffen. Es fühlt sich gut an, bewusst zu spüren, wie man den eigenen Körper koordiniert bewegen und Kraft und Schwung dosieren lernt.

Besonders eindrücklich führten uns die Pferde bei der Freiarbeit anschaulich, unmittelbar und mit gnadenloser

Präzision vor Augen, wie unsensibel, träge und unkoordiniert unsere Körper und Bewegungen waren.

Zuerst waren wir maßlos erstaunt über diese Entdeckung, dann machten wir Phasen von Frustration, Ärger, Resignation und Verdrängung durch. Wir mussten lernen, diese neue Art von „Therapie-Training“, der uns die Pferde unterzogen, als neue Herausforderung an unsere Körperkontrolle und mentale Beweglichkeit zu sehen. Wir bemühen uns immer weiter, unseren Lehrmeistern gute Schüler zu sein. Diese Art von Ausbildung wird nie fertig und mit keinem Diplom abgeschlossen sein!

Obwohl wir das Pferd im Round Pen so gut wie gar nicht berühren und uns in einem gewissen Abstand zum Pferd befinden, haben wir nirgendwo anders so intensiv erlebt, wie direkt und unmittelbar unser Verhalten, unsere Aktionen und Gedanken wirken. Fast erschrocken darüber, was wir Menschen, ohne es zu wollen und ohne es zu wissen, für massive Auswirkungen verursachen. In der ersten Übungsphase kamen wir uns wie der sprichwörtliche Elefant im Porzellanladen vor.

Diese eigenen Erfahrungen waren extrem wertvoll, da sie entscheidend die Art unseres Unterrichts bestimmen. Ob am Boden oder im Sattel, die Themen bleiben dieselben ...

Andrea und Markus Eschbach





So zu reiten ist einfach
purer Genuss – und
klappt nur als harmoni-
sche Einheit!

Körper UND Geist

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit Pferden umzugehen und sie auszubilden:

1. Man konzentriert sich nur auf den Körper des Pferdes.
2. Man bezieht auch den Geist und die Gedanken des Pferdes mit ins Training ein.

In vielen herkömmlichen Ausbildungsstätten steht der Körper des Pferdes und die technische Handhabung und Kontrolle desselben im Zentrum.

Wenn Sie darauf achten, welche Anweisungen im Unterricht gegeben werden, wird Ihnen auffallen, dass es häufig rein um die technischen und sachbezogenen Aspekte geht: „Wenn du mit den Beinen das und mit den Händen jenes tust, macht das Pferd dieses oder jenes.“

Dass aber die technische Ausführungen von Kommandos bzw. die „Bedienung“ von bestimmten Knöpfen nicht reicht, um gewünschte Resultate zu erzielen, findet jeder Reiter irgendwann heraus. Er verlangt etwas von seinem Pferd und aus irgendeinem Grunde wirken die bekannten Hilfen nicht. Große Ratlosigkeit?

Ratschläge, wie das „Problem“ zu lösen sei, klingen dann oft so: „Du musst halt mehr ziehen!“ Das hilft meist nicht entscheidend weiter.

Es gibt immer Gründe, warum Pferde wie gewünscht „funktionieren“ oder eben nicht. Zu oft liegen diese nicht im technisch korrekten oder falschen Bedienen. Aber wie unterrichtet man denn bitte „Beziehung“?

Pferde sind keine Maschinen

Wenn wir vergessen, dass Pferde eigenständige Lebewesen sind, die einen Geist, Gedanken, Gefühle und eine Persönlichkeit haben, dann werden uns



die rein technischen Aspekte des Umgangs nie weit bringen.

An irgendeinem Punkt fällt es auf, dass irgendetwas im Kontakt mit dem Vierbeiner fehlt. Die meisten Menschen möchten nicht nur, dass ihr Pferd „funktioniert“, sondern sie wünschen sich eine lebendige Partnerschaft, in der das Lebewesen, das sie vor sich haben, ein Echo, eine Reaktion auf ihre Botschaften zeigt.

Dass dies weit über das „Bedienen“ der Zügel und das korrekte Auflegen des Sattels hinausgeht, wird zunächst oft nicht klar.

Nach unserem Ermessen liegt die einzige Möglichkeit, einen harmonischen, umfassenden und sicheren Umgang mit Pferden aufzubauen, darin,

„Nenn mir ein paar überzeugende Gründe, dich auf meinen Rücken zu lassen!“

dass wir ihr Wesen, ihr mentales Innenleben und die Tatsache, dass sie eigenständige „Personen“ sind, mit in unser Training und unseren täglichen Kontakt einbeziehen.

Wenn wir in der Lage sind, ihren „Kopf“ davon zu überzeugen, dass es sich lohnt, sich auf uns einzulassen, auf uns zu hören, dann können wir auch den Körper wesentlich leichter formen.

Wenn unser Pferd verstanden hat, was genau von ihm erwartet wird und was es tun soll, kann es seinen Körper leichter dahin bewegen.

Versteht das Pferd uns oder die Aufgabe nicht, dann wird es bereits im Kopf Widerstand leisten, der in irgendeiner Form über den Körper geäußert wird.

Genau das möchten wir vermeiden.

Kommunikation ist die Basis

Energie und Ausdauer in eine möglichst gut funktionierende Kommunikation zu stecken, steht am Anfang jeder Art von Training.

Kommunikation bewirkt eine Form von Kontakt, wir müssen uns also mit

einer Beziehung zwischen lebenden Wesen (die auch noch sehr unterschiedlich sind!) auseinandersetzen.

Haben wir einen Bezug, eine Beziehung zu dem, was wir tun, machen wir es mit mehr Freude.

Beziehungstraining steht deshalb für uns ebenfalls am Anfang jeden Trainings.

Können wir uns Pferden gegenüber so verständlich ausdrücken, dass sie genau verstehen, was wir von ihnen möchten? Wie kommunizieren wir mit Lebewesen im Allgemeinen? Sind es unsere Worte oder unsere Gesten oder unser Gang? Was ist Kommunikation? Wo liegen Stolpersteine in der Kommunikation? Was erschwert das Verständnis?

Wir möchten Ihnen zeigen, wie Sie eine fundierte Beziehung auf der Basis von funktionierender Kommunikation aufbauen und festigen.

Dazu braucht es keine spezielle Gabe oder Pferdeflüstergene. Was Sie brauchen, ist Zeit und die Bereitschaft, sich aufs Pferd einzulassen und zuzuhören, was es Ihnen zu sagen hat.

Pio ist gerade mitten im „Gespräch“: Kommunikation ist ein Schlüssel zu Verstehen und Verständnis.





Lebendige Beziehungen geben dem Leben einen Sinn.

Wir möchten in Ihnen nicht nur das Potenzial eines Pferdeflüsterers wecken. Wir zeigen Ihnen, dass es sich lohnt, ein Pferdezuhörer zu werden.

Sie können es sich vielleicht noch nicht vorstellen, aber immer wieder sagen uns Kursteilnehmer, Round Pen-Training käme ihnen wie eine Art Gehirnwäsche vor! Man verändere seinen gedanklichen Standpunkt bis hin zu den eigenen generellen Verhaltensweisen, aber im positiven Sinne.

Wer sich zuvor noch wie ein ängstliches Fluchttier gefühlt hat, wird ein klares Leittier, und wer als Puma durch die Welt gewandert ist, besinnt sich, ob er nicht doch dem einen oder anderen

zu nahe getreten ist. Wer keine Nähe zulassen konnte, macht die Erfahrung, dass selbst die Nähe eines großen Pferdes nichts Bedrängendes und Angstmachendes sein muss.

Wir möchten mit unserer Arbeit einen Beitrag leisten, dass Menschen Pferde besser verstehen und sie als Pferde wahrnehmen.

Es gibt mehr als ein vollkommenes, technisch perfektes Reiten: Wenn Sie mit einem Fundament aus gegenseitigem Respekt, Verständnis und Klarheit Ihr Training beginnen, haben Sie die besten Chancen, tatsächlich ein harmonisches Team – ob am Boden oder im Sattel – zu werden!