



# Sinn und Unsinn von Strafen in der Pferdeausbildung

RESPEKTVOLL UND ERFOLGREICH MIT PFERDEN ARBEITEN -  
MODUL 2

# ENERGETISCHE RÄUME

- ▶ Was bedeutet das überhaupt?
- ▶ Jedes Wesen braucht seinen authentischen, eigenen Raum, damit es sich wohlfühlen kann und geistig, emotional und spirituell präsent bleiben kann.
- ▶ In unserer Kultur haben wir nicht gelernt, unsere energetischen Grenzen und die anderer Menschen oder Tiere wahrzunehmen. Wir haben gelernt zuzulassen, dass unsere Grenzen überschritten werden und wir überschreiten unbewusst die Grenzen anderer.
- ▶ Wir können lernen, diese Grenzen wieder wahrzunehmen. Dadurch werden unsere Beziehungen entspannter und authentischer.
- ▶ **Die Bedingung für eine harmonische und echte Beziehung ist, dass jeder den Raum hat, den er braucht.**



Übung zur Wahrnehmung von energetischen Grenzen

# ERFOLGREICH ARBEITEN MIT ENERGETISCHEN RÄUMEN

- ▶ Wenn du dir und anderen den Raum gibst, den sie brauchen, wirst du eingeladen werden, von den Pferden, von dir selbst, von anderen Menschen.
- ▶ Wenn du deinen energetischen Raum und den anderer wahrnimmst und respektierst, werden Menschen und Pferde sich in deiner Gegenwart sicher und wohl fühlen.
- ▶ Wenn ich die Grenzen des Pferdes überschreite, darf das Pferd die Grenze setzen.
- ▶ Wenn das Pferd meine Grenzen überschreitet, muss ich die Grenze setzen.
- ▶ Je mehr Klarheit du über deinen inneren Raum gewinnst, desto klarer wirst du ihn auch nach außen kommunizieren. Du brauchst dazu nicht immer Worte, denn 90% unserer Kommunikation sind non-verbal.

# RAUM ZUM LERNEN

- ▶ Wenn mein Pferd Angst hat, muss ich ihm Sicherheit geben.
- ▶ Wenn mein Pferd dominant reagiert, muss ich eine Grenze setzen.



# Ausweichverhalten von Pferden



## Flucht

z.B. unter dem Reiter wegrennen, sich nicht aufhalten lassen, zappeln beim Satteln



## Kampf

z.B. Steigen, Buckeln, mit dem Kopf schlagen, anremeln, beißen



## Erstarrung

z.B. langsam werden, stehen bleiben, sich nach innen verkriechen, glanzlose Augen



Wenn du die Grenze deines Pferdes überschritten hast und es ausweicht, verurteile das Pferd nicht und verurteile dich nicht. Bleibe im Fluss. Beim nächsten Mal wirst du die Anzeichen besser erkennen und besser wissen, wie du kreativ damit umgehen kannst.



# Ausweichverhalten von Menschen



## Flucht

z.B. Rückzug aus der Beziehung, sich nicht einlassen, keine Lust mehr zum Reiten, Gedanken das Pferd zu verkaufen, Dissoziation, nicht mehr im Körper präsent sein



## Kampf

z.B. reaktives Verhalten, Zweikampf mit dem Pferd, Bestrafungen



## Erstarrung

z.B. Lähmung, Reaktionslosigkeit, Ohnmacht. Das Pferd spürt die Anspannung und den unbewussten Ärger und agiert dies aus.



Je klarer wir uns über unseren eigenen inneren Raum sind, desto weniger wird das Pferd unsere Grenze überschreiten.