

Mijn paard is gevoelig en nu?

“Ik vind het maar lastig” zegt de klant tegen mij.

“Mijn paard is zo gevoelig dat ik het lastig vind om hiermee om te gaan”.

Is het ook zo lastig, of is het juist zelfs heel prettig?



Voordelen; je paard is gevoelig

Het hoeft helemaal geen nadeel te zijn dat je paard gevoelig is.

Laten we aan de slag gaan.

Vaak begin ik met een gevoelig paard met loswerken.

Juist dan wordt het zichtbaar hoe positief gevoeligheid kan zijn.

Loswerken is de basis, toch is het ook next level in het kader van vertrouwen.

Beginnen met loswerken

Je hebt contact met me opgenomen omdat de gevoeligheid een issue is.

Nu ga ik je gelijk vragen om los in de bak (of longeercirkel) te gaan staan met je paard.

De spanning stijgt, dat zie ik gelijk terug in je paard. Het hoofd gaat omhoog, het spanningsniveau neemt toe. En dan zeg je “kijk dit bedoel ik dus, hij is zo gespannen als ik nu iets doe dan schiet hij weg”.

Ja dat kan kloppen. Wat wil je dan? Je wilt eigenlijk dat hij rustig ontspannen weg stapt toch?

Oké dan gaan we daaraan werken.



Allereerst...je staat in een veilige ruimte. Dus mocht je paard weg schieten dan kan er niets gebeuren. Hij kan niet uit deze ruimte.

Nu ga je diep ademhalen, in en uit. Net zo lang tot jij denkt dat de spanning wat weggaat. Je kan je spieren loslaten, je armen zakken en daar komt de ontspanning. Yes daar zakt het hoofd van je paard. Je eerste overwinning vandaag.

Let's do it

Oké je weet je nu dat je paard reageert op je (ont)spanning. Onthoud dit en kijk naar je paard.

We gaan nu rustig een rondje stappen.

Jij begint met lopen richting de billen van je paard. Je doet dit zelfverzekerd.

Gaat hij nog niet? Geen probleem. Je voegt voordat je binnen schop afstand bent een hulp toe. Til je buiten hand maar eens op en je zult zien dat je paard nu wel gaat.



Daar is de eerste echte ontspanning van mijn klant. Waardoor ik vraag “wat maakt dat je nu echt gaat ontspannen”. De reactie van de klant was “ik heb nog nooit mogen ervaren dat mijn paard op zo’n kleine hulp vooruitgaat”. Supergaaf! Nu wel blijven lopen anders stopt je paard ook.

Piet Paniek

Nu gaan we met net zo’n kleine hulp naar de draf. Je zorgt voor voldoende ruimte en geeft energie. Daarmee bedoel ik dat je harder richting de billen van je paard gaat lopen. Yes, de klant maakt heel letterlijk een sprong van geluk. Daar gaat haar paard, die schiet weg. Haar spanning schiet omhoog.

Niets aan de hand.....je pakt rustig je ontspanning terug. Dit doe je door uit te ademen, je spieren los te laten en rustig te gaan lopen. Ja hoor daar gaan haar ogen weer, megagroot zijn ze. Ik vraag wat er gebeurt en ze zegt “door te doen wat jij zegt zie ik gelijk een reactie van mijn paard”.

Dat is het eerste voordeel van een gevoelig paard!

Hoe helpt je energie jou?

Met deze klant ben ik nog eens verder gaan oefenen met wat jouw energie doet met je paard.

Als je meer energie geeft;

- Harder lopen
- Ademhaling verhogen
- Armen zwaaien



Gaat je paard ook harder lopen, meestal zelfs naar een andere gang. Bijvoorbeeld van stap naar draf of van draf naar galop.

Ga je lager in je energie;

- Uitademen
- Langzamer lopen
- Stilstaan
- Minder beweging in je lichaam

Dan gaat je paard ook lager in zijn energie en zal zijn gang gaan vertragen. Dit kan zelfs overgaan naar een langzamere gang. Bijvoorbeeld van draf naar stap.



Sturen zonder teugels

Na zo'n overweldigende gave les kreeg ik gelijk de reactie "wow hier wil ik mee van leren". Je gaat proberen te sturen. Dan krijg ik de eerste reactie "sturen; hoe bedoel je? Ik heb niets eens een lijn aan mijn paard bevestigd." Pas op want nu je dat hoort stijgt je spanning weer, kijk eens wat er met je paard gebeurt. Kan je vertellen wat je aan je paard ziet?

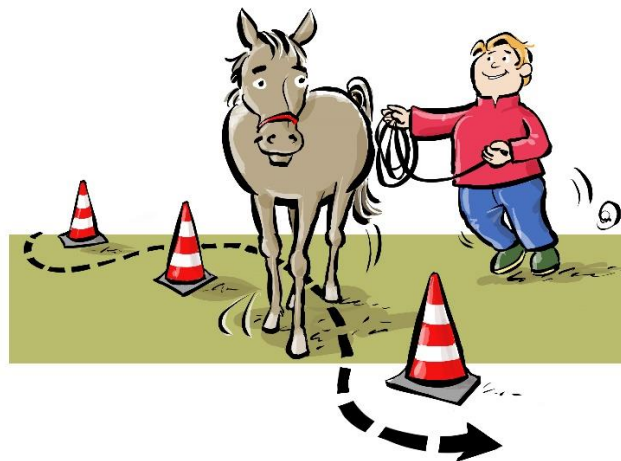
Ik zie je nadenken, maak je er niet te druk om zeg gewoon wat je ziet. Dan moet je uitademen om te kunnen praten en gelijk zie je het. Bij spanning gaat zijn hoofd omhoog, zijn oren beginnen te bewegen, hij versnelt zijn pas en ow hij gaat nu ontspannen.

Top fijn dat je het zo goed kon benoemen. Nu gaan we echt (in ontspanning) kijken of we je paard kunnen sturen. Ga eens kijken wat er gebeurt als je verder richting zijn schouder gaat lopen. Niet dichtbij je paard. Je verplaatst je lichaam van richting zijn billen naar richting zijn schouder. Wat gebeurt er? Wat grappig hij gaat met zijn hoofd naar buiten. Top! Als je nu iets doorloopt zodra hij draait loop je naar hem toe. Joehoe! Van hand verandert en je staat gelijk in de juiste positie!!!

Dit mag je zelf nu een paar keer gaan oefenen, alleen.

Binnenste buiten

Jullie kunnen nu buitenom van hand veranderen. Om jullie nog 1x uit te dagen gaan we ook binnendoor van hand veranderen. Kan je mij vertellen welke kant jij op moet gaan lopen als je wil dat je paard binnendoor? Als je logisch nadenkt zou het dus tegengesteld zijn ten opzichte van buitenom van hand veranderen. Alleen tja... Niet naar de schouder, verder weg is ook lastig. Zullen we het eens proberen?



Je blijft hetzelfde lopen met je lichaam, alleen verplaatst je je nu verder weg van de billen van je paard. Probeer tijdens het lopen eens te kijken wat er gebeurt met het hoofd van je paard.

Hey, zeg je, als ik verder weg ga lopen komt zijn hoofd naar binnen.

Oké, dat is goed nieuws! Dan kan je nu proberen achter je paard te gaan lopen. Komt hij al naar binnen? Ja! Tof, als hij voor je gevoel voldoende naar binnen is gekomen dan kan je weer in je positie gaan lopen. Tot je weer richting de hoefslag gaat, voor nu mag je paard een kant kiezen.

Afronden

Jullie hebben vandaag al zoveel bereikt. Je paard kijkt wat slaperig uit zijn ogen. Volgens mij zit jij ook helemaal vol met informatie. Dan is het tijd om deze les af te sluiten. We gaan nog 1 kleine oefening doen. Je mag je paard naar de je toe gaan vragen.

Ow nee daar is dat grote? (vraagteken) weer. Rustig maar, je hebt het zo goed gedaan dit kan je ook.

Het is echt niet zo moeilijk. Je gaat naast je paard lopen, in zijn looprichting. Daarbij probeer je hem wel voorbij te lopen. Zie je? Je paard stopt al. Blijf dan met je rug naar hem toe staan, gewoon stil staan en uitademen. Kijken wat er gebeurt. Er kunnen 2 dingen gebeuren.

1. Je paard komt naar je toe. Dat is de beste optie. Je kan blijven staan en je paard komt naar je toe. Eigenlijk hoef je nu alleen te blijven wachten tot hij bij je staat. Dan kan je je rustig omdraaien. Je paard even aaien en vastklikken.
2. Je paard blijft staan. Tja.....dat kan een gevoel bij je teweegbrengen. Dat niet doen. Je gaan je paard overhalen om alsnog naar je toe te komen. Je gaat een beetje om hem heen cirkelen. Met je rug naar hem toe. Steeds wel een stapje dichterbij. Zodra je paard iets naar je kijkt ga je stil staan. In het gekste geval moet je zelf naar je paard lopen. Geen probleem. Misschien snapt je paard net even niet wat je van hem wil. De volgende keer zal het beter gaan, ik beloof het je.

Dank jullie wel voor de les! Ik vond het super leuk. Je gaat nu lekker ontspannen samen met je paard.

We spreken elkaar de volgende keer.

Wil je meer lezen over het loswerken?

Lees dan het e-book [Loswerken – Zeeuws Paardengedrag](#)