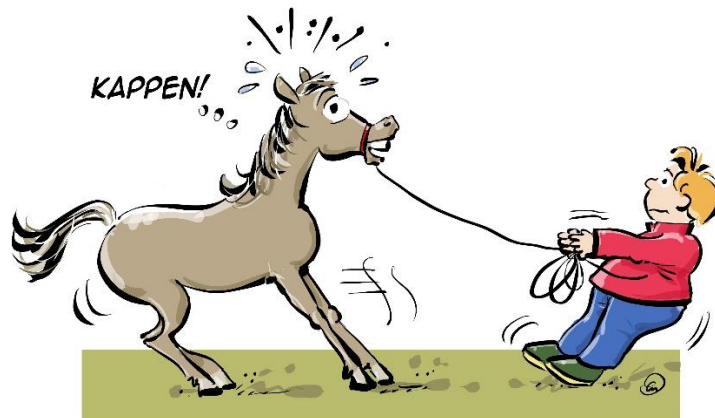


## **Blog 3; Ik wil met mijn paard samen op pad, alleen mijn paard wil niet.**

*Als ik naast mijn paard loop geeft hij nergens om, zodra ik erop zit is het een groot drama.*

*Dan gaan we met meer paarden op pad ook dan gebeurt er niets;*

- *Geen stap verkeerd*
- *Nergens van schrikken*
- *Luistert perfect*



### **Onzekerheid**

Je kent allemaal wel een mens die niet perse vooroploopt. Als je deze mensen rechtstreeks aanspreekt kijken ze weg. Stel ze maar eens een vraag en dan blozen ze nog net niet, een antwoord door wel even of zit vol met "uuuuuuh".

We bestempelen een dergelijk persoon vaak als "onzeker". Gelukkig zijn er genoeg trainingen voor om hiermee aan de slag te gaan. Dit wordt vaak benoemt als "weerbaarheidstraining".

Er bestaan ook onzekere paarden. Heel eerlijk zijn ze ook zeker vergelijkbaar met een onzeker persoon.

Dit paard wil namelijk ook niet voorop lopen, wanneer dat wel gebeurt willen ze alsnog steun zoeken. Zou er dan net als bij mensen een training voor zijn?

Jazeker! Het wordt geen weerbaarheidstraining genoemd. Zelf vind ik grappig om het te benoemen als "het dapper maken van je paard".

### **De start voor een dapper paard**

Als je aan de slag wilt om je paard dapper te maken, gaan we wel met de basis beginnen. Om het je paard zo gemakkelijk mogelijk te maken wil ik dat we je paard op afstand kunnen sturen. Je begint met communicatie het liefst in vrijheid. Als je je paard op afstand kan sturen dan weet je dat je je lijnen straks niet nodig zult hebben. Mocht er een escape nodig zijn dan heb je altijd nog je lijnen.

Wil je gaan leren communiceren met je paard, begin dan eerst met het lezen van het basis e-book en daarna ga je door naar het e-book loswerken ([Producten – Zeeuws Paardengedrag](#)).



Heb je een afspraak gemaakt ga ik natuurlijk niet tegen je zeggen “lees eerst het e-book maar”. Nee dan gaan we dat eerst doen. Jij gaat vooral kijken naar je paard en naar je eigen lichaam. Ik praat je er door heen. Je zal vooral horen “kijk eens wat je paard doet als jij een stap naar rechts doet” of “zucht een heel diep, misschien verandert er iets bij jou en je paard”.



Als we klaar zijn met de les dan beloof ik je dat je zo enthousiast bent dat je wilt gaan oefenen. Je mag het zelfs tegen de hele wereld vertellen. Zo leuk is het!

### **Klaar voor de start**

Ik hoor het je zeggen “kijk eens hoever ik ben met mijn huiswerk” of dat ik een appje krijg “kijk Annelies hoe goed we gaan”. Daar houd ik van.

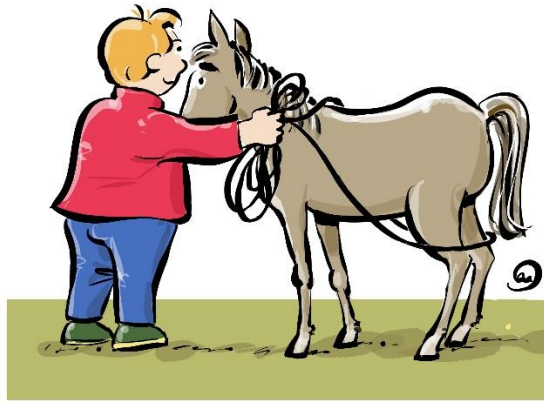
Dat betekent ook dat we samen naar de volgende stap kunnen gaan. Daar komende de 2 lange lijnen uit mijn auto. Ik zie je kijken, vooral als ik ze uitrol. 6 Meter lijn, daar ga ik alleen maar mee in de knoop komen. Nee hoor, dit gaan we samendoen.

Als de lesafspraken nadert ga je jezelf en je paard klaar maken. We beginnen met een zadel of een longeersingel. Uiteraard mag jij laten zien wat jullie vorderingen zijn. Vanuit daar krijg je nog enkele tips. Dan gaan we verder.

Heeft je paard nog nooit lijnen achter zich gevoeld? Geen probleem dan gaan we hem een positieve ervaring geven. Ik kan je zeggen we gaan het heen en weer krijgen. Want als je je paard heen en weer beweegt zorgen we ervoor dat je paard niet continu de lijn voelt. Op deze manier kan hij er rustig aan wennen. Zo we zijn 3 rondjes verder, dat ging snel, de lijnen zijn geaccepteerd.

Ik heb nog 2 oefeningen voor je:

- ✓ Tasje; bij het tasje gaat de lijn van de ene kant van je paard naar de andere kant. Op deze manier kan je druk geven op de lijn. De druk die je paard straks ook zal gaan voelen.



- ✓ Follow the lead (volg de lijn); door net aan de andere kant te staan ten opzichte van je lijn, kan je je paard vragen om de lijn te gaan volgen. Om zo bij jou als veilige haven terecht te komen.

Na alle oefeningen ben je klaar voor het echte werk!

### Af!

Ja! Daar komt de 2<sup>e</sup> lijn. Ik zie dat grote vraagteken boven je hoofd verschijnen. Oké vraag maar.

“We hebben net geoefend met 1 lijn, maar nu ga je aan de slag met 2”.

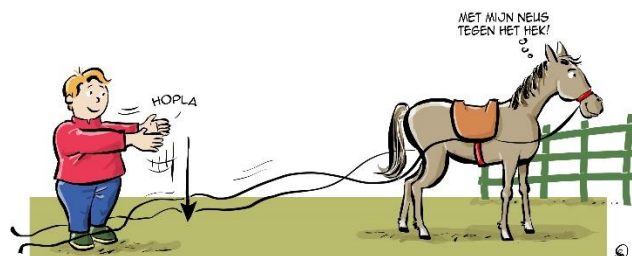
Ja dat klopt, alleen je paard heeft al wel aan beide kanten een lijn gevoeld, of dat 1 of 2 lijnen zijn dat maakt niet uit. Heb je verder nog vragen, want dat mag altijd. Wil je misschien gelijk even helpen, dan kan je zien hoe ik ze bevestig.

Je mag je paard vasthouden, lekker los aan de lijn. Zo lang je paard niet loopt hoeft je geen druk uit te oefenen. Heel goed met een smiley in de lijn. Als hij gaat lopen dan pas geef je iets druk om hem te corrigeren.

Ik laat de haak van lijn nr. 1 zakken naar de andere kant. Ga je mee, naar de andere kant? Als je paard opzij schiet staan we aan de goede kant. De haak doe ik nu van achter naar voren door de beugel (of een ring van de longersingel) richting het halster.

Dan gaan we samen weer naar de andere kant. Bij deze lijn doen we hetzelfde. Tadaa daar zitten de lijnen vast. Vind je het een probleem om even aan de kant te gaan, ik ga eerst even kijken hoe het gaat. Zodra het goed voelt zijn de lijnen voor jou. Hier komt die bevestigde basis (van het loswerken) heel goed van pas. Ik hoef niet aan mijn lijnen te zitten, ik doe alles met mijn lichaam. Dat kan jij ook, want je hebt goed geoefend. Neem je de lijnen over?

Ik zal heel even je paard stil zetten. Dat hebben we tijdens het loswerken nog niet geoefend. Je stuurt je paard tegen de omheining aan, dat is de makkelijkste manier. Grappig he dat je paard gelijk snapt wat er van hem gevraagd wordt. Hier heb je de lijnen.



Je kan je hem even een kant op sturen en dan zal je zien dat het als vanzelf gaat. Je neemt je lijnen in je binnen hand. Als het prettiger voor jou voelt. Kan je er ook voor kiezen om per hand 1 lijn te nemen. Probeer de lijnen te vergeten. Je mag terug gaan naar dat gevoel van het loswerken.

Wat zie je nu aan je paard? Wederom vind ik dit grappig want ik laat mijn spanning met betrekking tot de lijnen los. Ik zie mijn paard gelijk ontspannen. Nu mag je de oefeningen van het loswerken gaan uitvoeren. Het enige wat ik nog niet zou doen is het binnendoor van hand veranderen etc. Voor vandaag pak je even het wisselen van de gangen op. Daarbij mag je het buiten om van hand veranderen ook doen. Super dat het goed gaat! Volgende keer gaan we aan de slag met de pionnen, misschien een heel klein stukje naar buiten. Ga je mee?

### **Zelf doen**

Wil jij ook beginnen met lange lijnen. Waarom?

- Jullie zijn weer samen aan de slag
- Een leuke afwisseling op je dagelijkse training
- Verdieping van het loswerken
- Het een veelzijdige oefening is
- Je de oefening heel goed kan uitbreiden
- Je meer leert over je paard
- Je paard meer leert over jou

In het e-book staat alles heel ruim omschreven waardoor je zelf aan de slag kan gaan.

Voor slechts € 14,95 lees jij alles; Hoe te starten, de oefeningen, de extra oefeningen en de valkuilen.

Bestel het e-book via: [Dubbele lijnen – Zeeuws Paardengedrag](#)