Silvester

Silvester, der letzte Tag des Jahres, und unaufhaltsam steht bereits das neue Jahr vor der Tür. Der Jahreskreis schliesst sich.
Damit sind wir schon mittendrin in unserem Thema. Die Angst vor der «Knallerei» setzt das Tier und damit unweigerlich auch seinem Besitzer zu.

Es ist sinnvoll, frühzeitig mit dem «Keine Angst vor den Böllern» Training zu beginnen. Hier einige von den Möglichkeiten, die dir und deinem Pferd helfen können, diese Stunden angenehmer zu erleben. Wichtig ist in erster Linie: Vertraue deiner Intuition. Du hast sicherlich schon rausgefunden, wo dein Pferd sich sicherer fühlt. Z.B. In der Box, im Auslauf, auf der Weide. Hat es lieber Licht, oder im Dunkeln? Ist sein bester Freud auch da? Stell dir auch die Frage, was du dafür tun kannst, dich in deine eigene Ruhe / Mitte zu bringen.

Und hier nun die Möglichkeiten:

Körperbänder: Hierfür gib es verschiedene und unterschiedliche Erklärung, wie und warum das Körperband funktioniert.
Zum einen das Konzept, dem Pferd Sicherheit zu geben. Zum anderen Körper «Feedback» darüber zu geben, was er tut. Und dann gibt es auch das Konzept der sensorischen Wahrnehmung. Dies ist die Fähigkeit, Reize aus der Umwelt über die Sinne aufzunehmen, um im Gehirn zu verarbeiten, und um darauf zu reagieren.

Die Angst, die die Böllerei hervorruft, und es nicht flüchten kann, lässt das Pferd mit noch mehr Angst oder heftigen Ausbrüchen reagieren. Um die sensorische Wahrnehmung uns zu Nutze zu machen, brauchst du über die Köperbänder folgendes zu wissen.

Erklärung: Drei wichtige Bestandteile im Gehirn, die bei Angst beteiligt sind, ist die Amygdala, der Hippocampus und der präfrontale Kortex. Zwischen diesen Hirnregionen bestehen Verbindungen aus vielen Nervenzellen. Geht die Silvester Knallerei los, werden diese Nervenzellen aktiv. Je stärker diese aktiv werden, umso stärker wird die Furcht. Taktgeber für die Nervenzellen ist dabei die Amygdala (Mandelkern, zuständig für Angst und Flucht). Diese entscheidet blitzschnell, was Angst einflössend ist. Dabei leitet sie die Informationen über den Hippocampus (Ort- und Zeitgedächtnis) weiter zum präfrontalen Kortex, der dann schliesslich die endgültige Bewertung macht. Mit den Körperbandagen und den unterstützenden Tellington TTouches® können wir mit

einer umsichtigen Vorbereitung, den Mandelkern sensorisch dazu bringen, weniger laut «ich hab Angst, nichts wie weg hier » zu schreien. Trägt jetzt das Pferd die Körperbandage läuft zunächst der gleiche Mechanismus im Gehirn ab, wenn es böllert. Die körperliche Reaktion wird dabei nicht so heftig ausfallen, weil er das sensorische Feedback vom Körper über das Tragen der Körperbandage hat. Das Pferd zögert dann möglicherweise vor einem heftigen Angstausbruch. Der präfrontale Kortex konnte jetzt hier den Takt übernehmen, und lässt sich nicht so stark vom Mandelkern «beböllern» , weil es die das sensorische Feedback von der Körperbandage im Gehirn hat. Die Körperbandage verbessert das Körperbewusstsein der Pferde auch beim Stehen oder in der Bewegung.
Es empfiehlt sich, den Umgang mit den Körperbändern vorher an einem ruhigen Pferd auszuprobieren, da es einer gewissen Übung bedarf, bis der Umgang mit mehreren Bandagen und sicher klappt.

Tellington TTouch®:
Dein Pferd zu ttouchen bringt es in einen Zustand des Bewusstseins und bereit es darauf vor, frei von Stress zu sein und in Verbindung mit dir zu treten.

Tellington TTouch®:Haare gleiten an der Mähne und am Schopf.
An ca. 2cm breiten Mähnenhaarteilen mit leichtem Zug senkrecht nach oben oder abwechselnd nach links und recht oder Richtung Boden entlanggleiten. Schopf: leichter Zug mit Gleiten vom Haaransatz bis zu den Spitzen vorn.
Ohren-TTouch®: Gesundheit
Hand von der Genickmitte über den Ohrenansatz bis zur Ohrspitze leiten lassen. Kontakt mit der Ohrspitze betonen, bevor die Hand weggenommen wird. Falla möglich Innen im Ohr entlanggleiten und kreisen.

Farben:
Farben beeinflussen uns: Durch ihre Bedeutung und Symbolik können Farben, kommunizieren und beeinflussen. z.B. die Symbolfarbe gelb / Sonne. Stelle dir gedanklich z.B. Farben, Wärme und Ruhe vor, und arbeite achtsam.

Fühlen:
Alles, was du fühlst, fühlt auch dein Pferd
Achte während dem ttouchen auf deine positiven Gedanken, deine Herzkohärenz, und versuche auch nicht allzu verärgert auf die Menschen zu sein, die teilweise auch unwissentlich nicht wissen, was die «Böllerei» beim Tier auslöst.
Denke an das neue Jahr, welches dir die Möglichkeit gib, viel Schönes und Neues zu erleben.

Tipp:

Gewöhne das Pferd an die Körperbandagen / Buchempfehlung: Gut gewickelt für Pferde von Robin Hood und Mandy Pretty
Bei den oben beschriebenen Tellington TTouches® soll das Pferd eine Halfter tragen.
Mache am Silvestertag, die Bodenarbeit nach der Tellington Methode, damit es kognitiv ausgelastet ist.
Sprich mit dem Stallbesitzer, ob es möglich ist während dieser Zeit beim Pferd zu sein.

Wenn du Unterstützung brauchst oder die Techniken lernen möchtest mehr unter: https://tellington-ttouch.ch

Brigitte Bisig, Prac.lll Pferde
www.brigittebisig.ch