

«TIGER»-HILFEN

NLP-Ankertechiken im Reiten

PRAXIS

Die Ausbildung von Pferden ist im Grunde eine Konditionierung von Verhaltensweisen, oder auf NLP-Deutsch: permanentes Ankern. Das spätere Feuern der Anker wird im Reiten als Hilfegebung bezeichnet. Beachtet man grundlegende NLP Kriterien und Ankertechiken, so erreicht man in der Ausbildung und dem Reiten von Pferden hohe Präzision.

Christoph Roos
christophroos@bluewin.ch

Konditionierung ist der Schlüssel in der Ausbildung von Pferden. Zeigt das Pferd ein vom Reiter gewünschtes Verhalten, wird dieses mit einem Signal verknüpft, und dadurch verankert. Um die komplexen Bewegungsabläufe von Reiter und Pferd zu koordinieren, gibt es im Reiten klar definierte Wege des Ankerns. Da sind die Zügelhilfen (Handeinwirkung des Reiters zum Pferdemaul), die Schenkelhilfen (Druck und Position des Reiter-schenkels), die Gewichtshilfen (Gewichtsverlagerung mit Oberkörper und Becken), die Stimme (Codewörter und Laute), sowie, falls vom Boden aus gearbeitet wird, Körperhaltung, Mimik und Körpersprache.

Für eine optimale Kommunikation zwischen Mensch und Pferd spielt die Qualität dieser Hilfen und Anker eine entscheidende Rolle. Folgende Faktoren machen das Ankern zum Erfolg: Timing, Intensität, Genauigkeit, Einmaligkeit und Repetierbarkeit; kurz TIGER.

Timing

Die Reize, welche den Anker ausmachen, dürfen nur für die Dauer des Vorhandenseins der Aktion und des inneren Zustandes des Pferdes erfolgen. Ansonsten kann der Anker (unabsichtlich) wieder gelöscht werden.

Intensität

Anker sollten am Höhepunkt des Erlebens gesetzt werden. Dies deshalb, weil später durch das «Abfeuern» des Ankers genau dieser Prozess wieder ausgelöst werden soll.

Genauigkeit

Hier geht es um die Art und Weise des Reizes. Mit welchem Druck wird verankert? Eindeutige Körpersignale sind hier gefragt. Wird das Pferd den Anker als einmalig (zuordenbar) erkennen, oder besteht Gefahr, dass der Anker auch unabsichtlich ausgelöst wird? Gut ausgebildete Pferde haben gelernt, auf feinste Körperregungen des Reiters zu achten. Wird die Genauigkeit vernachlässigt, ent-

steht beim Pferd Verwirrung und es wird abgestumpft.

Einmaligkeit

Jede gewünschte Reaktion des Pferdes hat ihren individuellen Anker. Kein Anker darf für zwei verschiedene Reaktionen herhalten. Darum stellt sich für den Reiter immer die Frage: Wie genau gestalte ich den Anker und ist gewährleistet, dass ich den Anker genau so, wie gesetzt wiederholen kann?

Repetierbarkeit

Der Reiz sollte leicht zu setzen und ökologisch sein. Wird dieser Reiz vom Sattel oder vom Boden aus gesetzt? Oder beides? Gibt es unterstützende Stimmkommandos? Ist der Aufbau logisch?



Komplexe Reiter-Hilfen: Leichter Druck mit rechtem Schenkel, Richtungsstellung mit linkem Zügel, Energie in der Längsachse halten mit rechtem Zügel, Körpergewicht leicht nach innen, Schultern gerade

Dem Aspekt des Timings kommt eine ganz spezielle Bedeutung zu, wenn der «TIGER» seine volle Kraft entfalten soll. Was versetzt jemanden eigentlich in die Lage, den optimalen Zeitpunkt für die Reizverknüpfung zu erkennen? Die Antwort hierauf liefert die Fähigkeit des Kalibrierens. Ähnlich dem Coaching bei Menschen ist beim Kalibrieren eines Pferdes eine ganzheitliche Wahrnehmung sehr wichtig. Eine gefühlsmässige Verbindung, ein peripherer Blick und eine wache Intuition sind Werkzeuge eines geschulten Beobachters, sich eine Vorstellung vom Zustand des Pferdes zu machen. Durch das Sitzen auf dem Pferderücken profitiert der Reiter zusätzlich von kinästhetischen Feedbacks, durch die er den Energiefluss und die innere Motivation des Pferdes direkt erfahren kann.

Gute Pferdeausbildung folgt also dem «TIGER», und der «TIGER» verlangt wache Kalibrierung. Kalibrierung setzt sich aus Wahrnehmung und gefühlsmässiger Verbindung zusammen. Man sollte die Bereitschaft mitbringen, sich selber auf Prozesse einzulassen, und dies nicht nur vom Pferd einzufordern. Die eigene Erlaubnis zu forschen ist hier die nützlichste Ressource, und vorzugsweise nimmt man Abschied vom Gedanken, immer Handeln und Leisten zu müssen. Think «feldenkraissisch!» bedeutet auch hier, jeden Augenblick von

neuem präsent und wach zu sein.

Dies alles lässt erkennen, wie eng der Ausbildungsweg eines Pferdes mit dem Selbstmanagement des Trainers verbunden ist. Nach meiner Erfahrung beeinflussen die innermenschlichen Kompetenzen die Qualität in der Pferdeausbildung weitaus mehr, als das Wissen über Pferdeverhalten und reiterlicher Technik.

Denn Kalibrierung und TIGER-Hilfen garantieren den Rahmen, welcher der Individualität des Pferdes in seiner Ausbildung gerecht wird. So entstehen weniger Missverständnisse und eine klare Kommunikation. Der Lernprozess des Pferdes wird verkürzt, und/oder der analoge Lernprozess des Reiters verstärkt ins Bewusstsein geholt. Die Ausbildungszeit bleibt ressourcenvoll und geprägt von hoher Kongruenz. Dies wiederum fördert das Vertrauen und die Motivation zwischen Pferd und Ausbilder.

Darüberhinaus lenkt man das Bewusstsein weg vom rationalen Denken, hin zu Empfindungen und Empathie. Man verlässt die menschliche Abstraktion und begibt sich in ein Bewusstsein, welches dem Pferd sehr entgegen kommt.

Übrigens, kennen Sie das Gegenteil von TIGER? Das Gegenteil heisst ZEBRA (Zufällig, Emotional, Beliebig, Rudimentär und Austauschbar).



Gespürte Konzentration – TIGER-Arbeit und kinästhetisches Feedback. Hier wirken Schenkel-, Zügel-, und Gewichtshilfen zusammen.



Der Tiger wird zum Zebra. Das Pferd schlägt mit dem Schweif und ist gar nicht einverstanden.



Es macht Sinn, zuerst ohne «störenden» Reiter am Boden zu ankern.