

Degré 2 | Respect

LEÇON 29

Caresser le cheval avec un sac en plastique

Objectifs



- Toucher et frotter mon cheval sur tout son corps et ses membres avec un sac en plastique attaché au stick.
- Apprendre à mon cheval qu'il n'a pas besoin de réagir ou de se défendre contre le sac.

A quoi sert cet exercice ?

En exposant mon cheval à différentes sensations visuelles et auditives, il apprendra à ne plus les craindre.

Exposer, mais ne pas surexposer. En surmontant sa peur initiale, il deviendra plus calme et plus courageux.

Comme dans tous les exercices de désensibilisation, le but est d'aider mon cheval à réfléchir avant de réagir.

Comment dois-je faire ?

Passez les anses du sac en plastique dans la bouche au bout du stick, et passez ensuite le sac par les anses. Si votre cheval est très sensible, vous pouvez réduire le volume du sac en le repassant autour du stick et en y faisant un ou plusieurs noeuds.

Permettez au cheval de regarder et de suivre le sac. Observez ses réactions. Certains chevaux sont tellement effrayés que vous serez obligé de reculer et d'attendre que sa curiosité dépasse sa peur.

Essayez de toucher la base de son encolure puis son dos avec le sac et frottez-le avec confiance. Frottez ses postérieurs avec le sac en faisant attention cependant à ne pas le surexposer et provoquer une réaction défensive. Soyez vigilant lorsque le sac dépasse la zone aveugle le long de la colonne vertébrale et réapparaît dans l'autre oeil de votre cheval, car il peut faire un écart soudain dans votre direction.

Le ventre, les membres antérieurs et l'espace entre les membres postérieurs sont des endroits sensibles.

En utilisant le concept « approche retrait », procédez de façon progressive pour que le cheval accepte d'être frotté sur tout son corps par le sac. Pour la tête, pensez peut-être à réduire le volume du sac.

Veillez à ne pas rester trop longtemps sur un même exercice. Il s'agit de désensibiliser votre cheval, et non pas de l'agacer.

Comme lors des exercices du premier degré, veillez à ne pas arrêter la stimulation lorsque le cheval réagit. En cas de réaction, modifiez votre stimulation et arrêtez-vous lors du premier signe de relaxation, ce qui peut être dans un premier temps le simple fait que le cheval arrête de bouger ses pieds.

A éviter

- Évitez les zones aveugles du cheval devant le poitrail et les membres antérieurs tant qu'il n'est pas vraiment en confiance.
- Ne le surprenez pas avec le sac. Utilisez des mouvements fluides, rythmiques, confiants.
- Ne le surexposez pas.

Concept utile

Il faut mériter et gagner sa confiance.

Exposer, ne pas surexposer.

Confiance, acceptation, compréhension, résultats.

Pour progresser

- Frottez le cheval avec confiance et rythme. Même s'il bouge, et aidez-le à apprendre que ce n'est pas une sensation désagréable.
- Commencez par le côté gauche, généralement plus facile pour lui et pour vous.
- Permettez-lui de bouger, mais veillez à contrôler son postérieur et à maintenir sa tête vers vous.
- Pour les membres antérieurs, commencez par frotter les faces arrière, et ne passez aux faces avant que lorsqu'il a vraiment confiance.
- Trouvez le bon point de départ. Pour certains chevaux, le sac ne doit être qu'une boule serrée au bout du stick. Offrez-lui le sac et reculez. Utilisez sa curiosité naturelle.
- Soyez particulièrement attentif autour de sa tête; employez votre « feeling » et timing, et aidez-le à développer sa confiance.

LEÇON 30

Bouger le sac en plastique autour du cheval

Objectifs



- Bouger le sac en plastique tout autour du cheval sans qu'il soit dérangé ou inquiet.

A quoi sert cet exercice ?

Étant un animal de proie, il est naturel qu'un cheval ait des réactions défensives. Ce genre de réaction peut poser des problèmes au cavalier. Mais en réduisant ces réactions défensives naturelles, j'aide mon cheval à devenir plus confiant et à réfléchir avant de réagir.

En répétant ce genre d'exercice, où la bonne réponse se trouve en se détendant, le cheval essaiera progressivement cette réponse en premier.

Il s'agit d'aider mon cheval à faire la différence entre ce qui le concerne et ce qui ne le concerne pas.

Comment dois-je faire ?

Il est essentiel de trouver le bon « point de départ ». Réduisez le volume du sac si nécessaire. Procédez par des mouvements rythmiques, en commençant par son côté gauche. Permettez au cheval de bouger si cela lui est nécessaire, mais cessez dès qu'il s'arrête.

Ne le regardez pas directement pendant cet exercice. Il faut l'aider à comprendre que les mouvements du sac ne le concernent pas, pas plus qu'un chien qui aboie, une feuille qui bouge ou un tracteur qui passe. Veillez à désensibiliser à gauche, devant, derrière, à droite, en haut, en bas.

A éviter

- Ne le surexposez pas. Vous risquez de provoquer une réaction défensive.
- Ne vous mettez pas dans une position dangereuse. Maintenez le contrôle de ses postérieurs.
- Si votre cheval réagit, ne le prenez pas de façon personnelle.
- Ne devenez pas ennuyeux et agaçant. Soyez progressif et intéressant.

Concept utile

Il est impératif de préserver la dignité du cheval et de conserver sa curiosité.

Aidez-le à comprendre qu'il y a une solution à chaque problème.

Les réactions du cheval sont naturelles, et non pas dirigées personnellement contre vous.

Travaillez toujours avec la nature du cheval - et donc parfois à l'encontre de la nature humaine.

Pour progresser

- Rythme, relaxation, retrait.
- Il est important que votre cheval apprenne à se détendre, et à reconnaître ce qui le concerne de ce qui ne le concerne pas, mais ce ne sont pas des exercices agréables ou amusants pour lui.
- Respectez son rythme, et si vous ne progressez pas, passez à autre chose.
- Trouvez l'équilibre sans l'embêter ou le surexposer mais en cherchant à progresser dans la désensibilisation. Si le cheval réagit vivement aux mouvements du sac, frottez-le avec ce dernier comme dans l'exercice précédent (Fiche degré 2, chapitre 1, leçon 29). Le contact physique le rassurera.



LEÇON 31

Faire céder chaque membre en le menant vers l'avant

Objectifs



- Passer le lien de communication autour de chaque membre sans provoquer de réaction.
- Mener chaque membre d'un pas vers l'avant sans provoquer de réflexe d'opposition.
- Le cheval ne panique pas quand il se prend un membre dans les rênes, une couverture, une clôture, etc.

A quoi sert cet exercice ?

Les jambes du cheval sont essentielles pour la réaction instinctive de l'animal de proie, qui est bien évidemment de fuir, et sont donc primordiales pour sa survie. Cet instinct est resté intact, et explique les réactions si violentes des chevaux dont un membre se trouve piégé. Ces réactions sont dangereuses pour le cheval et son entourage.

En prenant le temps nécessaire, il est possible de réduire considérablement ce risque.

Cet exercice peut être très bénéfique psychologiquement pour un cheval. Il constate que sa défense ne produit pas de résultats positifs, et qu'il est plus efficace de répondre de façon positive, avec respect et sans crainte.

Comment dois-je faire ?

Vous avez déjà désensibilisé les membres du cheval au contact du stick, de la cordelette et du lien de communication.

Maintenant, passez la corde autour d'un membre antérieur, derrière le paturon en prenant soin de ne pas provoquer de blessure aux tendons. La corde est toujours attachée au licol.

Mettez une pression progressive sur la corde, et relâchez dès que le cheval lève son pied, mais en gardant la corde autour de son membre.

Une fois que le cheval lève son sabot facilement, prenez-le et essayez de le mener d'un pas en avant et de le poser par terre. Exercez une direction sur le licol pour que le cheval avance l'autre membre antérieur.

Si le cheval résiste, maintenez la corde autour du paturon et mettez une pression sur le licol pour l'aider à trouver la bonne réponse.

Procédez de la même manière avec les membres postérieurs, mais il n'est pas nécessaire de les faire bouger autant. Montrez simplement que vous arrivez à diminuer son réflexe d'opposition et le remplacer par une réponse positive.

Veillez à ce qu'il n'y ait pas de pression sur le licol tirant le cheval vers l'arrière alors que vous essayez de le mener par la jambe vers l'avant.

A éviter

- Ne vous battez pas.
- N'essayez pas de mener la jambe trop vers l'avant, vers la droite ou la gauche.
- Empêchez le cheval de retirer sa jambe. Soulevez-la et placez-la.

Concept utile

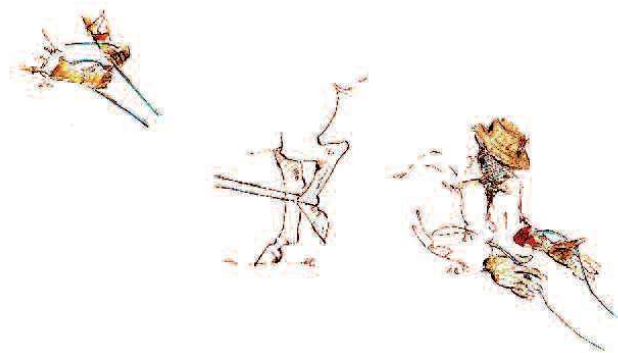
Aider le cheval à trouver la bonne réponse n'est pas triché.

Clarté, fluidité et confiance.

Soyez respectueux pour éviter une bagarre.

Pour progresser

- Veillez à ce que le cheval suive la sensation de la corde autour de son pied plutôt que de vous suivre .
- Vos mains doivent s'ouvrir vite et se fermer lentement.
- Récompensez le plus petit effort.
- Remettez son pied par terre après, ce n'est pas le cheval qui le reprend.
- N'hésitez pas à mettre une pression ou une direction sur le licol pour aider le cheval à trouver la bonne réponse.



LEÇON 32

Soulever les pieds

Objectifs



- Soulever chaque pied sans résistance ou opposition du cheval.
- Apprendre au cheval à vous donner ses pieds au lieu d'être obligé de les soulever.
- Apprendre au cheval à se tenir en équilibre sur trois membres au lieu de s'appuyer sur le cavalier ou le maréchal-ferrant.

A quoi sert cet exercice ?

Lorsque je brosse mon cheval, lui traite une blessure ou met une protection, il lève souvent un pied. Il a besoin de comprendre clairement quand j'ai besoin qu'il en lève un.

Ceci m'évite d'être obligé de tirer sur son pied car il apprendra à me l'offrir.

Comment dois-je faire ?

Assurez-vous que vous pouvez froter chaque membre du cheval, soulever et déplacer chaque pied avec la corde comme dans l'exercice Fiche degré 2, chapitre 1, leçon 31.

Commencez par un membre antérieur. Placez la corde par-dessus votre bras le plus proche du cheval (voir DVD). Tenez-vous près du cheval, votre épaule contre la sienne et glissez votre main le long de l'intérieur de sa jambe au-dessus du genou et exercez une pression sur sa châtaigne.

Au départ, relâchez-le dès que le cheval soulève son pied. Ensuite, glissez votre main et prenez le sabot lorsqu'il le soulève.

Bientôt, une légère pression sur la châtaigne suffira pour qu'il soulève son sabot et ce sera le « bouton » sur lequel il faudra appuyer pour lui demander ceci de façon claire, et pour ne pas être obligé de tirer sur ses jambes.

Pour les membres postérieurs, veillez à ce que la tête du cheval soit légèrement tournée vers vous. Votre épaule contre lui en tenant la corde de la même façon, glissez votre main le long de sa jambe et pincez la pointe du jarret. Pour votre sécurité, restez près de lui. Lorsqu'il soulève son pied, glissez votre main et prenez le sabot.

Si le cheval bouge, continuez à froter sa jambe et ne vous arrêtez que lorsqu'il s'arrête de bouger. Ensuite recommencez. Vous ne pouvez pas l'empêcher de bouger, mais vous pouvez rendre ceci moins confortable pour lui.

A éviter

- N'essayez pas de l'empêcher de bouger, mais rendez ceci moins confortable pour lui.
- Ne tapez pas sa jambe. Ne pincez pas ses tendons.
- Au départ, ne maintenez pas sa jambe pendant trop longtemps.
- N'essayez pas de lui arracher la jambe. Il doit vous l'offrir.
- N'essayez pas de lui tirer la jambe sur le côté. Ce n'est pas un chien. La bonne réponse doit être la plus confortable pour lui.

Concept utile

La « bonne » réponse doit être la plus confortable pour lui.

Le cheval ne peut pas comprendre ce qui est bien ou ne l'est pas.
Il cherche ce qui lui convient le mieux.

N'essayez pas de lui montrer que vous êtes plus fort que lui ; il risque de découvrir exactement le contraire, et il n'a pas besoin de le savoir.

La compréhension donne lieu à de bons résultats.

Pour progresser

- Si le cheval essaie de retirer sa jambe, essayez de le tenir mais ne commencez pas à vous battre avec lui. Lâchez-le et recommencez. Rendez-le plus confortable quand il soulève son pied et moins confortable lorsqu'il le retire.
- Si le cheval a une attitude défensive, attendez qu'il se détende et relâchez sa jambe dès qu'il le fait.
- Si vous ne progressez pas, réutilisez la corde comme lors de l'exercice précédent.

LEÇON 33

Faire tourner le cheval avec la corde autour le lui

Objectifs



- Désensibiliser le cheval à une corde qui passe derrière lui. C'est une partie de son corps qui est particulièrement sensible et une sensation de pression à cet endroit peut provoquer de vives réactions. Il faut le désensibiliser avant de lui mettre une couverture ou de le faire monter dans un van.
- En se retournant, le cheval sera obligé de changer d'œil et donc de perdre le cavalier de vue pendant un instant. Ceci peut faire réagir certains chevaux.

A quoi sert cet exercice ?

Les lanières des couvertures peuvent déranger un cheval qui n'a pas été préparé à la sensation de choses passant derrière sa croupe.

Dans le van, les chevaux peuvent être paniqués par le contact de la barre derrière eux et leurs réactions peuvent être très violentes. Cet exercice est important pour lui donner confiance, surtout lors de l'éducation d'un jeune cheval.

Comment dois-je faire ?

Avant d'entamer cet exercice, nous vous conseillons de regarder le DVD.

Commencez par la désensibilisation de la croupe. Avec la corde du même côté que vous, faites une boucle qui passe derrière la queue du cheval.

Tirez, puis relâchez.

Passez ensuite la corde de l'autre côté du cheval et derrière la croupe. Reculez en faisant tourner le cheval pour qu'il termine face à vous.

Si le cheval réagit au départ, répétez le début de l'exercice et tous les exercices de désensibilisation de la croupe avec la main et la corde à la base de la queue, en l'aidant ainsi à acquérir de la confiance.

A éviter

- Attention à ne pas vous mettre en danger de recevoir un coup de pied.
- Une fois que vous avez passé la corde autour de lui et que vous reculez, empêchez votre cheval de vous suivre, car il sera confus.
- N'essayez pas de tirer le cheval vers vous, donnez-lui le temps de comprendre ce que vous lui demandez de faire.

Concept utile

Travaillez les deux côtés du cheval, beaucoup de chevaux sont plus réceptifs à gauche.

La répétition permet de bien enseigner; la variété maintient l'intérêt.

Trouvez le bon équilibre.

C'est la combinaison des petites choses qui font la grande différence.

Pour progresser

- Si votre cheval réagit particulièrement vivement au contact de la corde sur sa croupe, il serait peut-être plus facile de vous munir d'une seconde corde.
- Après avoir fait passer la corde autour du cheval, prenez une légère flexion avant de bouger ses pieds.
- Répétez l'exercice plusieurs fois des deux côtés pour aider le cheval à prendre confiance.
- Éloignez légèrement sa tête de vous et reculez en même temps.

LEÇON 34

Simuler le passage d'une sangle

Objectifs



- Beaucoup de chevaux redoutent d'être sanglé. L'objectif de cet exercice est d'expliquer la procédure afin qu'il comprenne qu'il n'est pas nécessaire de craindre ou de se défendre, par exemple en mordant ou en s'éloignant, et que se détendre est une option préférable à la résistance.

A quoi sert cet exercice ?

Comme beaucoup de choses que nous demandons à notre cheval, obtenir l'acceptation du sanglage nécessite que nous l'aidions car beaucoup de chevaux ont déjà développé des « mauvaises » habitudes ou moyens de défense.

Cet exercice est la suite du processus de désensibilisation où le cheval apprend à faire la différence entre les stimuli auxquels il doit réagir ou bien simplement se détendre.

Comment dois-je faire ?

Debout face à son épaule, passez la corde pardessus le dos du cheval derrière le garrot. Reprenez le bout de la corde et tirez les deux morceaux dans la main la plus proche du cheval.

Tournez votre poignet de façon à appliquer une légère pression sur son abdomen telle une sangle. Faites cependant attention à ne pas provoquer de réaction de défense. Pratiquez le principe d'approche - retrait. Lorsque le cheval ressent la corde se serrer, on lui indique qu'elle s'arrêtera. Il faut le rassurer, lui montrer qu'il ne sera pas étranglé ou coupé en deux. Appliquez une légère pression, puis arrêtez-vous.

Augmentez progressivement la pression et la durée du contact. Interprétez les réactions du cheval, ses oreilles, sa position, son attitude, et s'il réagit, ne le prenez pas de façon personnelle. Il essaie simplement de se libérer de la pression. Dès que son attitude est correcte, relâchez la pression. Ensuite, faites l'exercice en marchant, et des deux côtés. Les ajustements au sanglage se font des deux côtés.

Si vous « bloquez » une tentative de morsure, faites-le sans agression en utilisant le mouvement d'obstruction et évitez de taper les dents du cheval. Vous aurez moins mal au coude en visant la joue!

A éviter

- Ne mettez pas votre tête sous le ventre du cheval en reprenant le bout de la corde (position dangereuse).
- Si votre cheval bouge, ne relâchez pas mais bougez avec lui et ne relâchez que lorsqu'il s'immobilise.
- Ne faites pas peur au cheval qui se sent étranglé ou piégé.

Concept utile

Un cheval ne ressent pas les choses de la même façon qu'un homme.

Lorsque votre cheval vous envoie un télégramme, lisez-le.

Une punition vient généralement trop tard pour être comprise et compromet la confiance.

Pour progresser

- En reprenant le bout de la corde sous le ventre du cheval, laissez-le sentir le contact du dos de votre main, afin d'être moins surpris par la corde.
- Caressez-le pour le rassurer et tenez-vous très près de lui. Il serait idéal qu'il y ait 2 à 3 points de contact entre vos corps.
- En prenant la corde par la main intérieure, vous éviterez de vous mettre la tête dans une position dangereuse.

LEÇON 35

Faire reculer le cheval sans bouger vos pieds

Objectifs



- En utilisant votre langage corporel et une impulsion sur le lien de communication, vous pouvez demander à votre cheval de reculer jusqu'au bout du lien.
- Le cheval recule facilement, comprenant parfaitement ce qu'on lui demande, sans lever la tête ou résister.

A quoi sert cet exercice ?

Je peux éloigner mon cheval sans bouger. Ceci me permet de m'occuper d'un autre cheval ou d'une autre tâche, et de maintenir mon cheval à distance.

Mon cheval comprend mieux qui bouge qui, et est capable de se tenir éloigné de moi tout en restant « connecté » mentalement.

Ce n'est pas facile pour un animal de troupe de nature grégaire, mais ceci est nécessaire et c'est le résultat d'une éducation.

Le cheval gagne en confiance quand il est seul. Il est moins grégaire quand je le monte en compagnie d'autres.

Comment dois-je faire ?

Au cours du premier degré, nous avons utilisé progressivement des gestes moins exagérés et plus raffinés.

Face à votre cheval, adaptez votre langage corporel. Tenez le lien par le bout, près du cuir et levez la main :

Phase 1 : envoyez des petites vagues le long du lien par des mouvements discrets de vos doigts et poignet.

Phase 2 : Penchez-vous en avant et augmentez les vagues utilisant votre bras jusqu'au coude.

Phase 3: Utilisez votre stick comme lors du degré 1. Dès que le cheval recule, arrêtez complètement le stimulus.

Phase 4 : Faites le nécessaire pour obtenir une petite tentative ; surtout ne vous arrêtez pas sans avoir obtenu un résultat. C'est-à-dire un mouvement en arrière même infime.

Dès que le cheval a fait un effort, arrêtez et caressez-le. Essayez d'obtenir de nouveau un résultat positif avec simplement la phase 1.

A éviter

- Ne récompensez pas tous ses efforts mais seuls ceux qui sont de vrais efforts.
- Évitez dans tous les exercices de reculer que le cheval lève la tête, creuse son dos, écrase les postérieurs. Il ne peut pas reculer, ou très difficilement, voire douloureusement à ce moment-là, et il ne pourra que se cabrer en réponse.
- Si le cheval a du mal à trouver la bonne réponse, aidez-le mais ne le harcelez pas ; vous l'empêcherez de réfléchir. Il ne peut apprendre que si vous le lui permettez.

Concept utile

Aidez le cheval avec des consignes plus claires, pas plus fortes.

L'art consiste à en obtenir plus en en faisant moins.

Pour progresser

- Ceci est un exercice de sensibilisation. Ne vous arrêtez pas sans obtenir de résultat. Ce serait de la désensibilisation.
- Commencez toujours par la phase la plus discrète et augmentez le stimulus progressivement afin qu'un jour, la première phase suffise.
- L'objectif est de faire reculer le cheval sans avoir besoin de bouger vos pieds ; mais vous n'êtes pas obligé de commencer par l'objectif final. Vous serez peut-être obligé de bouger si votre cheval s'arrête ; mais il apprendra vite que s'il continue de reculer, vous ne bougerez pas et le récompenserez.



LEÇON 36

Reculer le cheval par-dessus une barre et dans un espace étroit

Objectifs



- Le cheval recule avec aisance par-dessus des obstacles et dans des espaces réduits.
- Malgré le fait que le cheval ne voit pas clairement, il réfléchit avant de réagir et cette situation n'est pas dérangeante ou source de confusion pour lui.
- Le cheval cherche avec ses pieds au lieu de paniquer ou de se contracter.

A quoi sert cet exercice ?

Cet exercice est très important pour développer la confiance du cheval en lui-même et en vous. Mon cheval apprendra à être conscient de ce qu'il fait de ses pieds.

Je fais reculer mon cheval sur une surface difficile. Cet exercice m'aidera avec les chevaux qui se précipitent trop pour descendre d'un van en reculant.

J'apprends à donner au cheval les éléments pour réussir plutôt que de l'obliger à produire la bonne réponse.

Comment dois-je faire ?

Trouvez le bon point de départ. Menez plusieurs fois votre cheval par-dessus la barre et entre les deux tonneaux pour lui donner confiance. Ne rapprochez pas trop les tonneaux.

Demandez au cheval de passer au-dessus de la barre avec les membres antérieurs, puis demandez-lui de reculer. Vous devrez peut-être rester près de lui et mettre une pression sur le licol.

Si le cheval recule à droite ou à gauche, corrigez-le et recommencez pour qu'il trouve la bonne réponse tout seul au lieu de le forcer à faire ce que vous voulez.

Une fois qu'il réussit, donnez-lui du confort.

A éviter

- Ne commencez pas par l'objectif. Allez-y progressivement.
- Si le cheval a peur, ne le punissez pas, ne travaillez pas dans la contraction et le

Concept utile

Cela peut vous paraître simple, mais pas pour le cheval.

Mettez tout en place pour qu'il puisse réussir.

Pour progresser

- Assurez-vous bien évidemment que votre cheval recule correctement sans la barre et l'espace réduit avant de l'y confronter.
- Au début, vous pouvez poser la barre perpendiculairement à la barrière pour fermer un côté.
- Corrigez-le, dans le sens de le remettre en situation, pour trouver la bonne voie mais surtout pas de le punir. Maintenez-le droit, attendez qu'il trouve la bonne réponse. Soyez patient.
- Ce n'est pas une question de gagner ou de perdre. Si le cheval ne comprend pas ou n'ose pas, il essaiera plusieurs solutions en cherchant la bonne réponse.



LEÇON 37

Descendre la tête en utilisant vos doigts

Objectifs



- Baisser la tête du cheval en plaçant mes doigts derrière ses oreilles et en mettant quelques grammes de pression. Le cheval ne montre aucun réflexe d'opposition, ni de résistance et je peux le maintenir tête baissée et tournée vers moi sans qu'il sente le besoin de se défendre.

A quoi sert cet exercice ?

Pour pouvoir lui mettre son licol ou sa bride à la manière d'un homme de cheval, je dois pouvoir lui demander de baisser la tête.

Malgré cette position qui pourrait lui sembler vulnérable, mon cheval reste calme et détendu.

Il s'agit une fois encore de diminuer l'instinct du réflexe d'opposition pour créer une réponse positive.

Comment dois-je faire ?

Vérifiez d'abord que votre cheval accepte bien d'être caressé derrière les oreilles.

En plaçant vos doigts juste derrière le licol, mettez une légère pression vers le bas. N'augmentez pas cette pression, mais maintenez-la jusqu'à ce que le cheval trouve une solution. Dès qu'il baisse la tête, relâchez et glissez votre main vers le garrot. Ensuite, recommencez en partant toujours d'une très légère touche qui devient une pression. Voyez le peu qu'il faut faire pour obtenir le résultat désiré.

A éviter

- Ne sensibilisez derrière les oreilles que si cet endroit a d'abord été désensibilisé. Sinon le cheval apprendra à fuir plutôt qu'à céder.
- Ne commencez pas par une pression trop forte qui encouragera le cheval à réagir par opposition.
- Ne vous tenez pas au-dessus de la tête de votre cheval au cas où il se relèverait brusquement.
- N'essayez pas de l'empêcher de relever la tête, vous ne le pourrez pas ! Laissez-le faire, mais remettez la pression à chaque fois et ne relâchez que lorsqu'il baisse la tête.

Concept utile

Ressentez le peu de pression pouvant produire une réponse positive.

Vous ne pouvez pas forcer un cheval à baisser la tête, mais vous pouvez faire en sorte qu'il ait envie de le faire.

Pour progresser

- Si le cheval semble perdu, utilisez le licol comme au Degré 1 (chapitre 1, leçon 4).
- Commencez en caressant simplement, et augmentez la pression très progressivement. Permettez au cheval de s'éloigner de la pression, et ne laissez pas votre main lorsqu'il baisse la tête.
- Pour une réponse vraiment positive, demandez au cheval de basculer le nez un peu vers vous.



LEÇON 38

Flexion latérale du côté opposé

Objectifs



- Mon cheval suit une suggestion ou une sensation même lorsqu'il me perd de vue dans le mouvement.
- Mon cheval n'est pas dérangé lorsque je passe d'un œil à l'autre.
- Le cheval a déjà appris la flexion latérale vers moi; il apprend à le faire aussi bien en s'éloignant, de façon légère et souple, et des deux côtés.

A quoi sert cet exercice ?

L'amélioration de la flexion latérale m'apporte d'importants ingrédients pour commencer et améliorer la flexion verticale.

J'ai l'assurance que mon cheval suit réellement une sensation, et ne me suit pas simplement.

Le cheval devient plus souple des deux côtés et donne une flexion latérale de plus en plus aisément sans bouger ses pieds.

Comment dois-je faire ?

Vérifiez d'abord que la flexion latérale des deux côtés est solidement acquise avec légèreté. Passez la corde devant le poitrail du cheval afin l'extrémité soit toujours de votre côté (sécurité): ainsi vous pourrez toujours reprendre le contrôle de votre cheval si nécessaire. Si possible passez votre main par-dessus le garrot et prenez corde. Comme lors des exercices de flexion latérale précédents, fermez chaque doigt lentement sur corde, en augmentant progressivement la pression.

Dès que vous obtenez une réponse positive, relâchez la pression. N'hésitez pas, si vous le pouvez, débiter le mouvement en écartant votre main dans la direction pour aider votre cheval.

Demandez progressivement plus jusqu'au point où le cheval ne vous voit plus avec l'oeil de votre côté.

En augmentant encore la flexion vous apparaîtrez dans l'autre oeil. Le fait de vous « quitter » de l'oeil le plus proche peut perturber le cheval. Les bienfaits de l'exercice 33 (chapitre1, degré 2) devraient l'aider.

Si le cheval a besoin de bouger, suivez-le (prenez garde de ne pas vous faire marcher sur le pied) jusqu'à ce qu'il apprenne à donner une flexion latérale de chaque côté sans bouger ses pieds.

Tenez-vous au garrot du cheval afin qu'il puisse facilement vous voir entrer dans « l'autre » oeil, et assurez-vous qu'il n'est plus perturbé par ceci.

Cet exercice est aussi très utile pour préparer un jeune cheval, car en passant la jambe par-dessus son dos vous allez également « changer d'œil », et il est prudent de l'habituer à cette sensation afin qu'il ne soit pas surpris.

Si votre cheval éprouve des difficultés à vous quitter de l'œil le plus proche, il se peut qu'il se braque et recule. Positionnez-le avec les postérieurs contre une clôture pour l'aider et soyez très progressif.

Si le cheval essaie de vous faire porter le poids de sa tête, presser la corde, en ouvrant et fermant vos doigts de façon rythmique. Ce rythme le découragera de s'appuyer et vous donnera l'opportunité de le relâcher lorsqu'il deviendra réellement léger.

A éviter

- Ne tirez pas tout droit vers l'arrière sur la corde afin que le cheval ne se braque pas. Ouvrez un peu la corde pour l'encourager à se fléchir plutôt qu'à se braquer.
- N'apprenez pas au cheval à résister avec ses muscles, voire à s'appuyer sur le licol avec le poids de sa tête. Recherchez la légèreté.
- Ne permettez pas au cheval de tirer la corde à travers vos mains. Votre gant de velours peut devenir une main de fer.

Concept utile

Suggérer avant de demander, proposer avant d'insister.

Chercher la légèreté.

Essayez d'obtenir un résultat égal de chaque côté.

Ce que vous faites à votre cheval est moins important que le moment où vous arrêtez de le faire.

Pour progresser

- Fermez vos doigts lentement si votre cheval résiste, ouvrez-les rapidement lorsqu'il cède, mais conservez la corde entre le pouce et l'index.
- Si votre cheval tente de s'appuyer sur le licol, pressez la corde avec un peu de rythme.
- Alternez cet exercice des deux côtés, vers vous et en s'éloignant de vous.

LEÇON 39

Obtenir une flexion avec deux rênes

Objectifs



- Lorsque je demande une flexion à mon cheval, il me donne avec légèreté une réponse positive, plutôt qu'une résistance ou une opposition.
- La flexion est un élément fondamental de la flexion verticale et du rassembler.
- Seuls quelques grammes de pression me suffiront.
- Je lui apprendrais d'abord la flexion verticale au sol, avant de rajouter la complication de mon poids sur son dos.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval comprendra plus facilement et plus rapidement les concepts importants de flexion si je commence au sol avant de procéder à la flexion en selle.

Mes mains apprennent à prendre, à attendre, à relâcher.

Au sol, je n'ai pas besoin des rênes pour m'équilibrer et je peux être clair pour éduquer mon cheval.

Je peux apprendre au cheval à suivre une sensation ou à améliorer sa réponse et faire en sorte qu'il ne tire pas sur mes mains.

J'apprendrai à avoir de « bonnes mains », ce qui est d'une importance essentielle dans ma quête du devenir « homme de cheval »...

Comment dois-je faire ?

Faites un nœud simple pour former deux rênes (voir DVD).

Tenez-vous au garrot du cheval et assurez-vous que la flexion latérale vers vous et en s'éloignant de vous est légère.

Prenez les rênes de chaque côté de la crinière entre le pouce et l'index, les doigts ouverts face à son encolure.

Le simple fait de fermer vos doigts sur les rênes créera une pression sur son nez qui encouragera le cheval à chercher un moyen de s'en débarrasser. Dès que le cheval cède dans sa nuque, ouvrez vos doigts.

Répétez cet exercice plusieurs fois afin qu'il devienne de plus en plus léger entre vos mains. Si vous sentez une résistance, fermez une main tout en gardant l'autre ouverte, et demandez une très légère flexion latérale. Obtenez la légèreté des deux côtés, puis recommencez.

Lorsque le cheval vous répond de façon positive, vous pouvez avancer légèrement les mains en les baissant pour demander à votre cheval une attitude plus basse, et les lever pour la soutenir.

Votre objectif est d'obtenir que le cheval « suive » le licol, en haut, en bas, à droite ou à gauche.

Ce que vous ressentez dans cet exercice (et dans bien d'autres d'ailleurs) est bien plus important que ce que vous voyez.

Essayez d'obtenir de plus en plus de légèreté, jusqu'à pouvoir obtenir une flexion latérale de chaque côté en pinçant simplement les rênes entre le pouce et l'index.

A éviter

- Ne tirez pas, sinon, vous apprendrez au cheval à être lourd.
- Au début, n'essayez pas de tenir la flexion.
- Ne tirez pas. Prenez un léger contact, augmentez la tension progressivement sur chaque rêne. Bloquez et résistez si le cheval résiste, puis attendez qu'il trouve une solution.

Concept utile

Un cheval n'est pas naturellement « lourd », mais il apprend à le devenir, confronté à des mains lourdes.

Posez-vous toujours la question de savoir si vous sensibilisez ou si vous désensibilisez.

La flexion doit se ressentir plutôt qu'être une apparence.

Pour progresser

- Vos mains doivent être constantes. Dès que le cheval s'arrête de tirer ou de pousser, le soulagement doit être immédiat.
- Baisser le licol sur le chanfrein en le rendant plus précis mais aussi plus sévère peut aider le cheval à comprendre (attention, il ne s'agit pas de faire mal, mais de faire comprendre le confort de la cession).
- Demandez un petit effort au départ, puis conservez la flexion progressivement plus longtemps afin d'obtenir une flexion stable.

LEÇON 40

Déplacer l'arrière et l'avant-main sans utiliser le stick

Objectifs



- Après avoir utilisé un langage corporel exagéré durant la période initiale l'apprentissage, je cherche à le raffiner en progressant. Si un changement d'énergie subtil, mais néanmoins clair, suffit à me faire comprendre ; pourquoi faire plus ?

A quoi sert cet exercice ?

Je contrôle les mouvements des pieds du cheval avec des gestes naturels qui ne sont pas exagérés.

J'évite ainsi d'agacer le cheval.

Je commence à trouver un rythme et un « timing » en harmonie avec les mouvements du cheval. Nous devenons synchronisés.

Comment dois-je faire ?

Il est généralement plus facile de commencer par l'arrière-main. Ceci « débloque » le cheval et rend le déplacement des épaules plus facile. Votre énergie doit être claire afin que le cheval sache quand vous attendez quelque chose de lui et quand vous ne voulez rien. Il vous lit, alors soyez facilement lisible.

Sur un cheval dont vous avez capté l'attention au préalable, focalisez-vous sur la partie du cheval que vous souhaitez faire bouger, et augmentez votre niveau d'énergie. Assurez-vous que votre cheval est mentalement « connecté » à vous. Puis, avancez pas à pas vers la partie que vous souhaitez bouger avec une légère pression rythmique dans vos mains. Imaginez que vous vous secouez les mains pour projeter des gouttes d'eau vers le cheval.

Arrêtez dès que le cheval se déplace correctement ou fait un effort. Si le cheval ne bouge pas, dirigez vos doigts vers lui jusqu'à le toucher. Vous pouvez aussi utiliser l'extrémité de la corde comme le stick et, dès sa réponse positive, caressez-le.

Quant à l'avant-main, laissez au cheval le temps de réfléchir et de trouver la solution. Vous savez ce que vous voulez de lui, mais lui ne le sait pas. Veillez à mettre la pression sur la partie du corps que vous souhaitez bouger. N'insistez pas sur la tête si les épaules sont bloquées et vice-versa.

Essayez pour l'avant et l'arrière-main de trouver un rythme synchronisé avec les pieds du cheval. Pour déplacer l'arrière-main, focalisez votre regard sur la hanche du cheval, et pour l'avant-main sur son oeil. Si une partie de son corps est vraiment « bloquée » (souvent une épaule), vous serez peut-être amené à le pousser.

Puis recommencez doucement. Faites ce qu'il faut afin de pouvoir en faire moins par la suite. En avançant vers le cheval, ne vous arrêtez pas ; s'il ne bouge pas, trouvez une solution pour l'amener à bouger ses pieds, mais ne lui permettez pas de vous forcer à vous arrêter. Attention à toujours être en mesure de reprendre le contrôle avec une corde jamais tendue en permanence, mais d'une longueur vous permettant d'être toujours prêt à corriger l'erreur ou à rester en sécurité.

A éviter

- Ne vous arrêtez surtout pas en vous avançant vers le cheval, gardez votre détermination. Vous devez contrôler ses mouvements et non pas l'inverse.
- N'employez pas de signaux verbaux en continu, qui finiront par ne plus vouloir rien dire. Parlez pour parler, sinon ne dites rien.
- N'agacez pas et n'embêtez pas votre cheval: veillez à être efficace. Soyez aussi doux que possible, mais aussi ferme que nécessaire.
- Ne poursuivez pas le cheval. Vous cherchez à le faire céder à une pression rythmique, et non pas le faire fuir.

Concept utile

Demandez-vous si en faisant moins, vous ne seriez pas aussi efficace.

Fluidité et harmonie.

C'est comme danser, le plus tôt vous arrêterez de réfléchir et vous commencerez à ressentir, le mieux vous ferez.

Pour progresser

- Un signal verbal, tel un claquement de langue, peut être employé mais doit impérativement être précédé par un usage clair de votre langage corporel. L'abus de signaux verbaux réduira leur efficacité. Un claquement de langue monotone et permanent n'a pas de signification pour un cheval. Un claquement de langue suivi d'une action signifie quelque chose et à l'avenir le claquement seul suffira peut-être.
- Un langage corporel clair n'est pas nécessairement exagéré. Assurez-vous de l'attention et de la connexion de votre cheval avant de lui demander de se déplacer.
- Si le cheval « fuit » vers l'avant, levez la corde.
- Imaginez que la partie du cheval est simplement un obstacle entre vous et là où vous voulez aller. Dirigez-vous tout simplement en écartant cet « obstacle ».

LEÇON 41

Envoyer à droite ou à gauche

Objectifs



- Envoyer mon cheval à droite ou à gauche. Pour ceci, il met son poids sur ses hanches et déplace ses épaules. Il y a une grande différence entre chasser et envoyer.
- Mon cheval se déplace sur un cercle, mais reste mentalement et émotionnellement connecté à moi. À tout moment, je peux capter son attention et lui demander de revenir face à moi.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval apprend un signal clair pour s'éloigner et se mettre en cercle.

L'envoi est la partie la plus importante du cercle.

Bientôt, en proposant simplement une direction discrète, mon cheval partira en cercle.

Le cheval suit la direction qu'il ressent à travers le licol et la corde sans résistance.

Je peux capter son attention facilement en me focalisant simplement sur sa hanche pour désengager les postérieurs.

Comment dois-je faire ?

Avoir obtenu un bon contrôle de ses épaules vous aidera.

Commencez par un envoi à gauche. Tenez-vous devant le cheval et indiquez-lui une direction claire avec le lien de communication. Assurez-vous qu'il puisse sentir la direction comme si vous le meniez par la gauche, ce que vous faites en réalité.

Phase 1 - Menez le cheval en proposant une direction claire. Le lien de communication doit communiquer et non pas prendre, mais sans tirer.

Phase 2 - Vous avez une main qui mène (direction sur la longe, transmission au licol) et une main qui soutient (énergie et stick). Tenant le stick dans cette dernière, levez-le et ajoutez du rythme en direction de l'épaule de cheval.

Phase 3 - Augmentez le rythme et mettez-vous à tapoter le cheval sur l'épaule pour l'encourager à se déplacer ailleurs. Exagérez si besoin votre position et votre langage corporel. Tapotez plus fermement devant l'épaule pour éloigner la tête et l'encolure.

Arrêtez-vous dès que le cheval s'éloigne. Ne cherchez pas à l'éloigner davantage. Dès qu'il s'arrête et vous regarde, recommencez la phase 1 et envoyez-le encore. Si vous le renvoyez chaque fois qu'il s'arrête, bientôt il apprendra à continuer et à former un cercle complet puis plusieurs.

Pour désengager l'arrière-main et l'amener face à vous:

Phase 1 - Glissez votre main le long de la corde vers le licol, et fermez vos doigts lentement.

Phase 2 - Focalisez votre regard sur l'arrière-main tout en ramenant le lien de communication vers votre ventre.

Phase 3 - Dirigez-vous vers l'arrière-main tout en tenant le lien de communication près de vous afin que vous soyez plus fort si jamais le cheval se met à tirer contre vous. Si le cheval ne se désengage pas, répétez les trois phases dans cette position, en glissant à nouveau votre main le long de la corde afin de la raccourcir un peu plus.

A éviter

- Vous devez bouger les pieds de votre cheval, et non pas l'inverse.
- Ne le harcelez pas, soyez clair.
- Pas plus fort lorsqu'il faut juste être plus clair.

Concept utile

Le cheval peut bouger tout en restant connecté à vous.

Une tape claire est préférable à mille petits harcèlements insignifiants.

Lorsqu'un cheval cherche la solution, explore ou expérimente, il a besoin d'indications très claires.

Pour progresser

- Commencez avec le cheval face à vous.
- Envoyez ses épaules.
- Montrez d'abord la bonne direction, soutenez ensuite si besoin.
- Ouvrez votre bras clairement vers « 10 heures » ou « 14 heures » pour montrer la bonne direction.
- Ne bougez pas vos pieds lorsque vous l'envoyez. Faites-lui bouger les siens.
- Essayez d'abord à gauche, plus facile en général.
- Repoussez l'arrière-main pour désengager, ne tirez pas sur la tête.
- Attendez-vous à une bonne réponse, mais soyez prêt à le reprendre.
- Avant de soutenir la direction avec le stick, montrez-la bien avec l'autre main.

LEÇON 42

Envoyer entre vous et la barrière

Objectifs



- Apprendre au cheval à ne pas être claustrophobe et à ne pas se précipiter pour passer dans un endroit étroit.
- Le cheval respecte mon espace il ne me marche pas sur les pieds et ne me bouscule pas.
- Le cheval se tourne et se met face à moi sans que je sois obligé de tirer sur le licol.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval apprend à suivre le licol, même en situation claustrophobique.

Le cheval apprend à ne pas me pousser avec ses épaules lorsqu'il passe devant moi.

Je prépare mon cheval pour des changements de direction.

Avec cet exercice, je peux envoyer le cheval à travers l'eau, par-dessus des obstacles, dans son box et même dans un van.

Comment dois-je faire ?

Tenez-vous dos à la barrière et laissez un espace d'environ 2 mètres entre vous et la barrière. Cette distance dépendra de chaque cheval, car certains redoutent plus que d'autres le passage dans un espace étroit. Dans ce cas, vous réduirez progressivement le passage en commençant par un espace plus large.

Le cheval face à vous, envoyez-le par la gauche pour commencer. Tournez-vous lentement et envoyez-le entre vous et la barrière. Ne bougez surtout pas vos pieds. Proposez cette direction jusqu'à ce qu'il passe par cet espace. Ne l'ennuyez pas lors de son passage car ce moment doit être le plus agréable de cet exercice.

Après son passage, permettez au cheval de continuer puis désengagez l'arrière-main. Ne désengagez pas de façon trop rapide ou abrupte juste après le passage afin qu'il n'envahisse pas votre espace. Éloignez-le bien avant de désengager.

Répétez l'exercice de l'autre côté dans le but d'obtenir des résultats équivalents de chaque côté. Réduisez l'espace progressivement, et lorsque le cheval a pris confiance, passez au trot. Veillez à pouvoir désengager l'arrière-main sans devoir tirer sur le licol.

Il s'agit d'envoyer à travers puis de désengager, mais ne faites pas de cercles complets.

A éviter

- Ne permettez pas au cheval de passer derrière vous, il ne s'agit pas de faire un cercle.
- Ne chassez pas le cheval. Dirigez-le dans cet espace.
- Ne permettez pas au cheval d'envahir votre espace en passant ou une fois passé.
- Ne tirez pas le cheval dans l'espace, vous ne lui montrerez que votre manque de force. Suivez-le et attendez qu'il avance.
- Ne harcelez pas le cheval lors de son passage. Laissez-le passer en cessant toute pression lorsqu'il pense à le faire.

Concept utile

Le cheval est claustrophobe de nature.

Essayez de voir les choses de son point de vue, c'est plus difficile mais aussi plus gratifiant.

Votre idée doit devenir son idée.

Permettez au cheval de sentir qu'il a réussi et non pas échoué.

Pour progresser

- Commencez par un objectif facile à atteindre et construisez là-dessus. Essayez de ne pas bouger vos pieds, sauf pour désengager.
- Si le cheval essaie de vous faire bouger, rendez ceci inconfortable pour lui.
- Lorsqu'il respecte votre espace, laissez-le tranquille.
- Lors de l'envoi, vos signaux de direction doivent être très clairs.
- Mettez tout en place et attendez au lieu d'essayer de forcer. Lorsque vous mettez une pression sur l'arrière-main, laissez au cheval le temps de vous comprendre mais soyez prêt pour corriger.
- Après le désengagement, demandez au cheval de rester à sa place, immobile, hors de votre espace.
- Relâchez la corde et permettez au cheval d'être confortable lorsqu'il a bien compris.

LEÇON 43

Envoyer entre, par-dessus, sous et au travers

Objectifs



- Le cheval a confiance en moi et va partout où je lui propose d'aller.
- Mon cheval devient plus courageux et confiant.
- J'arrive davantage à aider mon cheval à réussir.
- Mon cheval apprend à réfléchir plutôt qu'à réagir.
- Mon cheval passe par des endroits étroits, des espaces inhabituels, sous des objets bas de plafond, sans avoir peur ou refuser.
- Mon cheval sait résoudre des puzzles.

A quoi sert cet exercice ?

Lorsque le cheval essaie et réussit, il y met son cœur et son désir.
Il découvre qu'en me faisant confiance, il réussit; ce qui développe sa confiance en moi.
Il augmente sa capacité à réfléchir à une solution pour résoudre une situation compliquée.
Son habitude de réflexion devient plus forte que son instinct de réaction.

J'apprends l'importance des zones de confort. Mes objectifs deviennent les siens, et tout le monde y gagne.
Lorsque j'aurais compris ceci, je comprendrais le chargement dans le van et bien d'autres choses.
Mon cheval sait qu'il peut résoudre des puzzles. Il devient plus « partenaire » dans cette démarche.

Comment dois-je faire ?

Trouvez des défis qui seront intéressants pour vous et votre cheval. Envoyez le cheval entre deux tonneaux, ou mettez-vous debout sur un des tonneaux et envoyez-le entre les deux, envoyez-le par-dessus un obstacle, sous une barre, à travers l'eau, etc.

Avant de tenter le défi, transformez-le en zone de confort en permettant au cheval d'être confortable à chaque fois qu'il en est près de l'objectif, et en l'occupant lorsqu'il est loin.

Ainsi, l'objectif deviendra progressivement le sien ; c'est un peu comme le jeu du chaud/froid : lorsqu'il approche de l'objectif peu ou pas de pression ; lorsqu'il ne cherche plus ou s'éloigne de l'objectif, plus de travail.

Bientôt un objet, comme par exemple une bâche en plastique qui à la base lui fait peur, devient intéressant et même rassurant, et devient son « endroit préféré » ; c'est sa zone de confort.

Le cheval doit ressentir qu'en étant dans cette zone, il trouve votre « bouton stop ». Il saura qu'il a réussi, et ses efforts viendront de sa volonté de faire les choses et non d'être obligé de les faire.

Veillez simplement à le diriger et à tout mettre en place mais dès que vous voyez un effort, un intérêt, une curiosité ou même une idée, arrêtez votre stimulus et accordez au moins 30 secondes de repos. Il comprendra qu'en étant ici, il a vraiment trouvé la voie de la solution et votre « bouton stop ».

Considérez ces obstacles, défis ou objectifs comme un puzzle et votre rôle est d'aider votre cheval à le résoudre.

A éviter

- Ne demandez pas à un cheval qui fait un effort de faire un effort. Vous allez simplement le décourager. Lorsqu'il essaie, laissez-le expérimenter.
- Ne sanctionnez pas la curiosité, utilisez-la.
- Ne lui imposez pas vos objectifs. Faites en sorte qu'ils deviennent aussi les siens.
- Ne travaillez pas sur l'objectif, travaillez ailleurs, puis revenez vers l'objectif et rendez-le confortable.
- Les puzzles doivent être stimulants mais jamais impossibles. Le cheval ne doit pas découvrir que l'impossible existe.

Concept utile

Ne tuez jamais sa curiosité, ni sa volonté d'essayer.

Encouragez-le à penser que pour chaque problème il existe une solution.

La confiance en soi et en les autres s'acquiert et ne peut être imposée.

Mettez en place et permettez que cela arrive.

L'imagination est plus forte que la connaissance (Einstein)

Pour progresser

- Donnez des instructions très claires lors de l'envoi.
- Permettez au cheval de se précipiter lors des premiers passages, ainsi prendra-t-il confiance. La confiance s'acquiert, elle ne peut être imposée.
- Permettez au cheval de se sentir confortable avec le puzzle avant de l'envoyer par-dessus, dedans, par-dessous.
- Lorsque le cheval réussit, arrêtez-vous pendant plusieurs minutes afin qu'il comprenne qu'il a réussi.
- Si le cheval montre de la curiosité pour le défi, laissez-le prendre son temps mais attendez-vous à ce qu'il se fasse surprendre (bruit,...). Il peut se faire peur, mais ne lui donnez surtout pas le sentiment d'avoir mal fait, vous augmenteriez les conséquences de sa peur. Recommencez tout simplement.

LEÇON 44

Envoyer en travers du pont du van

Objectifs



- Le cheval se sent confortable lorsqu'il place ses pieds sur le pont du van.
- Le pont devient une « zone de confort ».
- Le cheval traverse le pont de façon calme et confiante de droite et de gauche.

A quoi sert cet exercice ?

J'aide mon cheval à considérer le pont du van comme une « zone de confort », afin que le chargement dans le van ne devienne pas une source de bagarre.

Il est extrêmement important que mon cheval perçoive le van de façon positive.

J'apprends une fois encore à mettre les choses en place afin que la réussite se produise.

Comment dois-je faire ?

Cet exercice est un peu similaire à l'exercice 42 (chapitre 5, degré 2) où il s'agit d'envoyer le cheval dans un espace étroit mais il est un peu plus compliqué. La surface du pont n'est pas plate. Il fait du bruit et bouge parfois.

Chaque expérience à laquelle un cheval est confronté, crée une association positive ou négative. Évidemment, les chevaux qui ont déjà fait des associations négatives avec le van poseront plus de problèmes lors de cet exercice. Vous pouvez commencer simplement en envoyant le cheval entre le van et vous, pont fermé. Le van doit être un endroit confortable et de repos.

Une fois le cheval confortable avec la présence du van, descendez le pont. Envoyez le cheval entre vous et le pont ouvert, et surtout soyez prêt à bouger si cela s'avère nécessaire !

Dans un premier temps, ne demandez pas au cheval de mettre les pieds sur le pont, laissez-le se reposer près de celui-ci. Permettez à sa curiosité de l'inviter à le sentir, le taper du pied pour s'assurer de sa solidité.

L'exercice précédent facilitera le déroulement de celui-ci. Fermez légèrement l'espace, et encouragez le cheval à poser ses membres antérieurs sur le pont. Au début, il peut ressentir le besoin de se presser, dans ce cas ne lui renvoyez surtout pas l'impression d'avoir mal fait. Désengagez simplement l'arrière-main et renvoyez-le dans l'autre sens. Relâchez la pression au moment du passage du pont, qui doit devenir zone de confort.

Si le cheval tente de fuir à gauche, à droite ou en arrière, corrigez sa position calmement afin de lui permettre de réussir. Si vous le laissez chercher, le cheval essaiera plusieurs solutions que vous corrigerez avant qu'il essaie de passer sur le pont. Ne l'obligez pas à passer sur le pont : dans ce cas, vous répondez par la négative et corrigez simplement toute autre option. La décision de passer par le pont viendra du cheval, et de lui seul.

Vous lui proposez des problèmes à résoudre et il doit trouver la solution. Il se peut qu'il teste plusieurs options ou pose quelques questions. Votre rôle est de le guider vers la solution. Mais elle vient de lui.

A éviter

- Ne vous précipitez pas pour envoyer le cheval vers le pont car il pourrait tenter de le sauter. Vous savez que ce n'est pas un obstacle à sauter, lui l'ignore.
- Corrigez-le, mais ne le critiquez pas. Il n'a jamais tort lorsqu'il tente d'explorer les possibilités.
- N'employez jamais le stick sans avoir d'abord donné la direction.
- Ne permettez jamais au cheval de placer ses postérieurs vers vous. Lorsqu'il se place ainsi, il se prépare soit à vous donner un coup de pied, soit à fuir.
- Ne permettez pas au cheval de bouger vos pieds mais soyez prêt à vous déplacer s'il se précipite sur vous.

Concept utile

Le cheval n'essaie pas d'être difficile, il essaie de survivre.

La manière par laquelle on obtient un résultat est plus importante que le résultat lui-même.

Être conscient de tout mais affecté par rien.

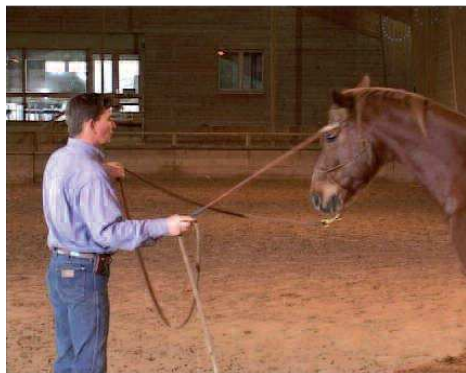
Pour progresser

- Vos directions transmises par lien de communication doivent être extrêmement claires.
- Assurez-vous que le cheval est capable de passer calmement sur des surfaces inhabituelles avant de tenter le pont.
- Évitez que le cheval s'énerve trop, car ainsi il réfléchit peu au placement de ses pieds et risque d'avantage de glisser, trébucher ou se blesser. Cherchez à conserver le calme, à décomposer avec un cheval serein, confiant et concentré.
- Arrêtez-vous sur le pont afin de l'aider à comprendre que le pont est un endroit agréable.

LEÇON 45

Envoyer le cheval sur un cercle; trois tours au trot dans chaque sens, commencer et terminer face à vous

Objectifs



Mon cheval part facilement sur un cercle avec énergie.

- Mon cheval est léger sur la corde.
- Mon cheval continue sur le cercle jusqu'à ce que je lui demande de se présenter face à moi, en cédant des hanches.
- Bien que physiquement éloigné, mon cheval reste connecté à moi, mentalement et émotionnellement.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval apprend à ne pas changer d'allure ou de direction sans que je le lui demande (responsabilité). Le cheval part avec énergie dans chaque sens sans que je sois obligé de le supplier de continuer. Il m'est aussi facile de l'envoyer que de le faire revenir.

Comment dois-je faire ?

Commencez par un envoi clair, en suivant les mêmes phases que lors de l'exercice 41 (chapitre 5, degré 2) : mener, pression rythmique, toucher.

Mettez plus d'énergie dans votre langage corporel afin d'obtenir un départ vif. Demandez-lui de bien s'éloigner et assurez-vous que vous n'êtes pas en position de recevoir un coup de pied.

Pendant l'envoi, la pression du stick ne doit jamais être derrière l'épaule. Le cercle se divise en trois parties :

- 1 – L'envoi : envoyez l'avant-main sur le cercle.
- 2 – Laisser tourner : n'intervenez pas lorsqu'il fait bien mais soyez prêt à corriger s'il change de sens ou d'allure.
- 3 – Désengager : éloignez l'arrière-main pour amener le cheval face à vous. L'envoi et le désengagement ont déjà été appris et ne devraient pas le surprendre. Le « laisser tourner » peut poser plus de problèmes au cavalier qu'au cheval.

Pendant cette phase, prenez une position détendue et neutre. N'abandonnez pas le cheval, bougez avec lui, mais ne faites pas des claquements de langue et des mouvements de bras incessants pour l'empêcher de ralentir. Permettez au cheval de poser des questions, soyez prêt à lui répondre. Ainsi le cheval apprend à être responsable de sa propre allure et de sa direction. Lorsque vous accompagnez le cheval, veillez à ce que vos pieds avancent toujours. Si vous commencez à reculer, le cheval envahira votre cercle. Laissez pendre votre stick. Mettez-le en action seulement lorsque le cheval « pose une question ».

Lorsqu'il fait bien, laissez-le tranquille afin qu'il le sache.

A éviter

Ne poussez pas au-delà de l'épaule lors de l'envoi.

Ne faites pas de mouvements ou de bruits incessants lorsque votre cheval tourne bien.

Évitez de désengager de façon brutale, cela met beaucoup de pression et fatigue les jarrets.

N'ennuyez pas le cheval. Entre 3 à 5 cercles dans chaque série suffisent dans un premier temps.

Concept utile

Le cheval sait qu'il fait bien lorsque vous arrêtez de lui dire ce qu'il doit faire.

Vous devez décider du choix de direction et d'allure, sinon le cheval décidera de lui-même.

Permettez au cheval de poser des questions mais soyez prêt à répondre plutôt tôt que tard.

Mon grand-père est devenu sourd parce que ma grand-mère parlait trop.

Pour progresser

Mettez de l'énergie dans l'envoi en cherchant un départ tonique.

Positionnez-vous correctement, si vous dépassez la ligne de la sangle, vous risquez de le ralentir. Si vous êtes trop derrière la sangle, vous risquez de désengager les postérieurs. Utilisez cette ligne comme point d'équilibre.

Pour accélérer, donnez toujours la direction avant de taper par terre avec le stick et la cordelette, bien derrière le cheval, afin qu'il n'y ait pas de confusion avec le désengagement.

Veillez à ce que le cercle ne soit ni trop petit, ni trop près de vous au début.

LEÇON 46

Incurver et mettre en position d'équilibre

Objectifs



- Le cheval maintient son équilibre sur le cercle et s'incurve.
- Mon cheval ne tire pas sur le lien de communication ni ne tombe vers l'intérieur du cercle.
- Je suis à la fois le centre de son cercle et de son attention.

A quoi sert cet exercice ?

Je peux aider mon cheval à se tenir bien équilibré et incurvé sur un cercle à l'aide de mon « feeling » et « timing » sans avoir recours aux contraintes physiques.

Le cheval n'apprendra pas à tomber sur l'épaule intérieure ou à couper le cercle.
Il apprend à utiliser son corps correctement.

Comment dois-je faire ?

Assurez-vous que le cheval a bien compris l'exercice précédent, qu'il maintient allure et direction, et est léger dans l'envoi et le désengagement. Envoyez-le au trot en tenant la corde entre le pouce et l'index.

Lorsque le cheval regarde vers l'extérieur du cercle, fermez vos doigts sur la corde, en y appliquant une légère pression. Dès qu'il se positionne tête et encolure vers l'intérieur, ouvrez vos doigts afin de relâcher cette pression.

En utilisant ce processus de « prendre et relâcher », ne permettez pas au cheval de s'appuyer sur le licol. Chaque fois qu'il essaie de le faire, résistez, et lorsqu'il cède, relâchez. Marchez à petit pas en avançant toujours; ne tombez pas dans le piège de reculer car vous inviterez le cheval à envahir votre espace.

Focalisez sur le passage de sangle. Imaginez que vous êtes en train de repousser ses côtes. Vous aurez parfois besoin du stick pour y parvenir. Combinez l'action de votre main avec celle de votre stick afin d'aider le cheval à s'incurver sur le cercle.

L'action de vos mains sur le lien et le stick doit être uniquement dans le but de corriger. Si vous continuez à corriger alors que le cheval fait bien l'exercice, il cherchera une autre réponse, sans doute moins désirable telle que galoper, se défendre ou tirer. Lorsque le cheval fait bien, faites-le lui savoir et laissez-le tranquille.

Soyez extrêmement attentif à votre propre position et à celle de votre stick. La ligne de la sangle est votre point d'équilibre.

- Trop en avant risque de ralentir le cheval ou de le faire dévier.
- Trop loin derrière le passage de sangle le fera accélérer ou désengager. Trouvez le juste milieu pour que votre cheval reste incurvé sur son cercle sans être confus.

Si le cheval a mal interprété votre demande et se désengage, ne soyez pas critique à son égard mais remettez-le simplement sur son cercle. Veillez à être très clair et « dosez » la pression selon le cheval.

Ce travail d'incurvation demande du temps, alors contentez-vous de petites améliorations.

A éviter

- N'ennuyez pas votre cheval: sachez le moment où vous arrêter.
- Ne mettez pas une pression constante sur la corde : prenez et relâchez.

Concept utile

Remettez-vous en question avant de juger le cheval.

Le cheval apprendra ce que vous lui permettrez d'apprendre.

Le cheval n'est bien dans sa tête que lorsqu'il est bien dans son corps.

Le cheval n'est bien dans son corps que lorsqu'il est bien dans sa tête.

Son esprit se trouve là où il regarde. Mental, émotionnel, physique.

Pour progresser

- Permettez au cheval de s'exprimer, y compris son exubérance, lors des quelques premiers cercles dans chaque sens, avant de devenir exigeant à propos de son placement.
- Essayez de poser les bonnes questions au bon moment, demandez-vous si vous pourriez en faire moins.
- Souvenez-vous que pour une communication optimale vous devez soigner la relation mentale, émotionnelle et physique avec votre cheval.
- Soyez attentif à votre position et à toutes vos actions. Votre cheval les interprète.

LEÇON 47

Transition entre le pas et le trot

Objectifs



- Mettre de la variété dans mon travail sur le cercle.
- Mon cheval m'écoute attentivement et avec intérêt au lieu de s'ennuyer.
- Je contrôle la direction et l'impulsion.

A quoi sert cet exercice ?

En mélangeant variété et constance, j'évite d'ennuyer mon cheval mais sans le rendre confus.

Le cheval gère son impulsion. Je peux lui demander d'accélérer aussi facilement que de ralentir.

Le contrôle de son impulsion deviendra un élément principal de son éducation.

Comment dois-je faire ?

Imaginez que la ligne de la sangle est le point d'équilibre. Une pression à l'avant de cette ligne constitue un signal de tourner ou de ralentir, une pression à l'arrière de la ligne pour accélérer ou désengager.

Pour accélérer, donnez toujours la direction d'abord. Proposez au cheval de « suivre le licol » avant de mettre une pression derrière. Ceci évitera de confondre la demande d'accélération avec celle du désengagement.

Lorsque vous désengagez, il n'y a pas de direction à donner avant de diriger la pression sur l'arrière-main. Lorsque vous utilisez le stick pour demander une accélération, veillez à ce que ce dernier soit tenu à au moins un quart de cercle derrière votre cheval. Si votre direction est claire, vous aurez rarement besoin de toucher la croupe du cheval.

Veillez à augmenter l'énergie de votre langage corporel pour indiquer clairement votre intention. Renforcez ce langage en tournant votre corps dans le même sens que le cheval pour accélérer, et en contre sens pour ralentir.

Pour ralentir, détendez votre langage corporel et levez le stick devant le cheval. Vous pouvez aussi employer des signaux vocaux, mais soyez précis et accompagnez-les toujours par un langage corporel correspondant.

Un claquement de langue pour accélérer et un murmure détendu pour ralentir.

Si dans un premier temps, le fait de lever le stick ne produit pas de réponse, donnez un peu de temps au cheval. Bougez ensuite le stick de haut en bas. S'il ne comprend toujours pas, envoyez une série de vagues de haut en bas le long du lien de communication et il cherchera une solution.

Les trois phases sont :

- Pour accélérer, vos épaules tournent dans le sens du cheval :
 1. Énergie - direction et deux bruits au maximum,
 2. Levez le stick derrière le cheval,
 3. Tapez par terre puis si nécessaire la croupe.

- Pour ralentir, vos épaules tournent contre le sens du cheval :
1. Détendez-vous, murmure avec une intonation descendante,
 2. Levez le stick devant le cheval,
 3. Bougez le stick et si nécessaire agitez la corde.

A éviter

- Ne demandez pas au cheval de ralentir si visiblement il a besoin de bouger quelque temps. Si l'idée de ralentir est aussi un peu la sienne, cela sera plus simple.
- Évitez les actions inconscientes. Tout doit avoir un sens, si vous répétez sans cesse des choses dénuées de sens, le cheval finira par ne plus vous écouter.

Concept utile

Cherchez l'harmonie mutuelle.

Votre idée doit devenir aussi la sienne, mais d'abord comprenez d'où vient son idée.

Intention avant action.

Pour progresser

- Employez un langage corporel clair et fluide.
- Soyez patient lorsque le cheval cherche une solution.
- Si le cheval s'arrête et vous regarde lorsque vous lui demandez de ralentir, il n'essaie pas de mal faire. Remettez-le sur le cercle et réessayez à nouveau.
- Dans la direction pour accélérer, contre la direction pour ralentir.

LEÇON 48

Ramener au trot à partir d'un cercle

Objectifs



- Ramener mon cheval vers moi à partir du cercle sans qu'il change d'allure.
- Je prépare ainsi mon cheval à des changements de main.
- Je deviens la « zone confort » de mon cheval.

A quoi sert cet exercice ?

Je prépare mon cheval en vue des futurs changements de direction sur le cercle.

J'aide le cheval lourd ou bloqué à se mettre en mouvement afin d'améliorer la cession au licol.

J'équilibre l'envoyer et le ramener. Mon cheval revient vers moi au trot, face à moi et sans résistance.

Comment dois-je faire ?

Demandez au cheval d'accélérer légèrement lorsqu'il trotte en cercle, en lui donnant un peu plus de direction.

Tournez avec lui en mettant une pression vers l'arrière-main. Ceci devrait dégager légèrement les hanches et donc amener sa tête vers vous.

Dès que l'arrière-main cède un peu, mettez-vous à courir en arrière. Ramenez le cheval vers le centre de votre poitrine. Maintenez-le droit et faites-le arrêter directement devant vous. Laissez-lui un temps de repos auprès de vous, pour devenir sa zone de confort, rendez-vous agréable.

Si votre cheval se dirige vers la gauche ou la droite en vous approchant, continuez à courir en arrière en le corrigeant jusqu'à ce qu'il vous trouve. Au début, il peut se perdre un peu mais montrez-lui bien que le confort se trouve avec vous et bientôt il vous cherchera. Votre cheval doit venir à vous. Arrêtez-le et faites-le reculer s'il arrive trop vite ou avec une mauvaise attitude.

Essayez de l'amener plutôt que de le tirer vers vous. Ayez comme objectif un seul mouvement fluide. Tournez avec le cheval, accélérez, poussez l'arrière-main, glissez votre main le long du lien et amenez sa tête vers vous, en courant en arrière. Si votre cheval bloque ou s'arrête, n'essayez pas de tirer davantage, il est beaucoup plus fort. Renvoyez-le rapidement afin qu'il se remette en mouvement et réessayez. Vous voulez vous servir de son impulsion, et non pas la perdre.

Si le cheval vous dépasse, repoussez son arrière-main et continuez à reculer.

Essayez de trouver l'équilibre entre envoyer et amener. L'un doit être aussi facile que l'autre.

A éviter

- Ne perdez pas l'impulsion que vous avez sur le cercle.
- Ne tirez pas sur la corde si votre cheval vient vers vous correctement.
- Ne tirez pas brusquement sur le licol. Prévenez-le que vous allez partir, donnez-lui aussi sa chance.

Concept utile

Ne vous préparez pas mais soyez toujours prêt.

Il est plus sage de motiver que de manipuler.

Que ce soit confortable d'être avec vous et inconfortable d'être ailleurs.

Que le cheval ait envie d'être avec vous plutôt que d'y être obligé.

Confiance, respect, connexion.

Pour progresser

- Ayez des actions claires, fluides et coordonnées.
- Si le cheval se bloque, renvoyez-le, remettez-le tout de suite en mouvement et réessayez.
- Soyez un endroit agréable et confortable. Qu'ailleurs le soit moins.
- Lorsqu'il est avec vous, caressez-le, grattez-le. De temps en temps, proposez une friandise.



LEÇON 49

Mener attitude étendue et basse

Objectifs



- Lorsque nous avançons, mon cheval ne montre pas de réflexes d'opposition. Il s'arrête de manière légère, détendue et connectée.
- Le cheval apprend à se déplacer d'une façon étendue et basse qui sera très utile lorsque je le monterai.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval apprend à suivre la sensation du licol tout en avançant.

Il apprend à se déplacer de façon souple et détendue de corps et d'esprit. Confortable ainsi, il est beaucoup moins probable qu'il se défende en se cabrant lorsqu'il sera monté.

Un port de tête élevé produit des effets très néfastes pour le dos et les jambes des chevaux. J'apprends le « feeling » et le « timing » dont j'aurai besoin pour aider le cheval lorsque je serai en selle.

Comment dois-je faire ?

Votre cheval baisse la tête sans résistance, et vous le menez facilement. Vous pouvez maintenant combiner les deux. Peut-être le cheval résistera-t-il en levant la tête, vous ne devez en aucun cas tirer dessus pour la lui faire baisser et le maintenir ainsi. Faites simplement que ce soit moins confortable pour lui de la lever.

Vos mains travailleront de la même manière lorsque vous monterez. Résistez lorsqu'il résiste, relâchez lorsqu'il devient léger. Aidez le cheval à trouver le confort dans cette position, à se déplacer les muscles bien relâchés. Cet exercice sert aussi d'étirement pour son dos.

Si votre cheval n'arrive pas à se déplacer de façon détendue lorsque vous le menez, il est très peu probable qu'il y arrivera lorsque vous le monterez, alors que vous aurez justement besoin de faire ce genre d'exercice qui détend en étant en selle.

Veillez à faire tous les exercices des deux côtés, même si vous trouvez qu'il est plus facile pour vous deux si vous vous tenez à sa gauche.

Veillez à ce que le cheval incurve son encolure lorsque vous tournez, qu'il soit souple à droite et à gauche.

Si tout se passe bien, vous pourrez trotter un peu. Le cheval ne doit pas ressentir une pression en permanence, mais uniquement lorsque c'est lui qui tire sur vous pour lever la tête.

Au départ, demandez-lui de baisser la tête pendant quelques pas simplement, et progressivement de rester bas et étendu de plus en plus longtemps.

A éviter

- Le cheval ne doit pas se sentir piégé.
- Ne tirez pas sa tête vers le bas, mais résistez lorsqu'il essaie de la relever.
- Ne limitez pas ses mouvements, acceptez-les et encouragez-les.

Concept utile

La vraie relaxation commence d'abord dans sa tête avant de passer dans son corps.

Pas de dos, pas de cheval.

Ne tirez pas contre le cheval c'est lui qui tire contre vous; il y a une grande différence.

Ne forcez pas votre objectif à arriver, faites en sorte qu'il devienne celui du cheval.

Pour progresser

- Au début, demandez peu et récompensez beaucoup.
- Bas et étendu doit être une attitude confortable.
- Permettez à votre cheval de bouger librement dans cette position. Attendez-vous à ce qu'il déplace mieux ses épaules, et permettez-lui de faire ainsi.



LEÇON 50

Ramener au trot

Objectifs



- Mon cheval se connecte à moi. Je me sers du licol comme d'un filet de sécurité.
Je ne m'en sers pas pour ramener mon cheval à moi, mais pour le ramener lorsqu'il ne vient pas.

A quoi sert cet exercice ?

À l'aide de la communication, de la compréhension et de la psychologie, je donne à mon cheval l'envie d'être avec moi.

Je deviens une « zone de confort », une association positive.

J'augmente ma compréhension de la nature et du comportement du cheval.

J'évite de devenir plus sévère en devenant plus astucieux.

J'apprends de mieux en mieux à faire en sorte que l'idée de mon cheval soit aussi la mienne.

Comment dois-je faire ?

Lorsque l'on apprend à un cheval à devenir léger sur le licol et la corde, il est absolument impératif de ne pas se faire entraîner dans une épreuve de force.

Deux problèmes majeurs y résulteront :

1) Le cheval a confirmation qu'il est plus fort que vous.

2) Lorsque l'on est en train de tirer, le moment de relâchement vient toujours trop tard. Vous désensibilisez au lieu de sensibiliser.

Le cheval doit bien suivre le licol au pas. Lorsque vous lui demandez de trotter vers vous, penchez-vous légèrement en arrière en fermant vos doigts sur le lien de communication. Laissez suffisamment de corde entre vous afin qu'il ait le temps de répondre.

Mettez-vous à courir en arrière, lentement au départ. Lorsqu'il n'y a plus de mou dans le lien de communication, le cheval devrait répondre rapidement en trottant vers vous. Si ce n'est pas le cas, envoyez-le rapidement sur un cercle au trot. Ensuite faites l'exercice 48 (chapitre 6, degré 2) et amenez-le vers vous au trot.

Votre cheval comprendra et viendra franchement vers vous. Lorsqu'il est léger, arrêtez de courir, laissez-le venir à vous, et faites en sorte d'être un endroit agréable et confortable.

Si le cheval vient vers vous avec une mauvaise attitude, redirigez-le sur un cercle et invitez-le à réessayer. Il devrait avoir envie d'être avec vous et non y être obligé. Contrôlez bien votre lien de communication et veillez à ne pas le laisser s'entortiller autour de vos jambes ou de celles du cheval.

En ramassant le lien, lorsque le cheval vous approche, veillez à ne pas envoyer des signaux contradictoires en le bougeant : signaux qui pourraient être interprétés comme une demande de reculer par exemple.

A éviter

- Ne partez pas en courant et en tirant sur le licol sans d'abord donner au cheval l'opportunité de répondre à un langage corporel clair.
- Ne lui proposez pas un choix entre inconfortable et très inconfortable. Il choisira l'option la moins désagréable mais il ne sera pas content et cela se lira dans son attitude.

Concept utile

Dans l'esprit d'un cheval toute chose à une connotation négative ou positive, y compris vous.

Le cheval n'a aucun désir de mal faire les choses.

Confort, renforcement positif, inconfort, renforcement négatif, mettre également l'importance sur le positif, cherchez l'équilibre.

Pour progresser

- Assurez-vous d'abord de pouvoir ramener le cheval facilement vers vous.
- Permettez au cheval de savoir que vous reculez et qu'il devrait vous suivre. Captez son attention, changez votre langage corporel. Soyez vraiment clair, car lors de certaines situations vous allez partir en lui demandant de rester.

LEÇON 51

MENER, ARRÊTER ET RECULER

Objectifs



- Mon cheval commence à refléter mes actions et mon niveau d'énergie au sol.
- La connexion devient l'impulsion. Mon cheval n'est ni devant ni derrière moi mais avec moi, mentalement, émotionnellement et physiquement.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval est avec moi, ni plus rapide, ni plus lent. Le cheval se met à refléter mon énergie. La connexion qui se développe au sol me servira en selle.

Cette connexion deviendra l'impulsion, avec un cheval qui est connecté à moi mentalement, émotionnellement et physiquement.

Comment dois-je faire ?

Menez votre cheval le long d'une clôture. Vous devez employer un langage corporel et une énergie très claire. L'objectif est d'amener le cheval à imiter votre énergie. Lorsque vous partez, il part. Lorsque vous vous arrêtez, il s'arrête.

Laissez au moins 50 cm de lien de communication entre vous et votre cheval. Ceci lui laissera le temps nécessaire de répondre et lui permettra de faire une « erreur » afin d'apprendre à ne plus en faire. Augmentez votre énergie de façon évidente en partant, avançant un peu le bras qui mène.

Essayez de partir ensemble. Si votre cheval ne vous suit pas, il sentira bientôt dans son licol qu'il aurait dû partir plus tôt. Vous pouvez utiliser le stick dans la main extérieure. Commencez un rythme « de haut en bas » en tenant le stick un peu derrière vous, indiquant à votre cheval de vous rattraper. Dès qu'il le fait, arrêtez le rythme. Le cheval trouve l'interrupteur du stick.

En partant, penchez-vous un peu en avant. En vous arrêtant, penchez-vous en arrière et modifiez votre énergie de façon très claire. Le cheval doit rester connecté à votre coude, et si jamais il traîne derrière, votre stick s'active. S'il dépasse votre coude, levez le lien de communication afin de le bloquer et faites-le reculer. Vous pourriez aussi le laisser vous dépasser et pousser fermement ses postérieurs lors du passage afin qu'il sache la conséquence désagréable de son choix. Employez la technique la mieux adaptée à votre cheval.

Ne vous mettez pas face au cheval pour lui demander de reculer. Arrêtez-vous et reculez lentement en essayant de faire imiter l'action de vos jambes par les antérieures du cheval. Bouger légèrement le stick de haut en bas devant le cheval peut vous aider. Quelques pas suffiront dans un premier temps. L'objectif est que l'énergie du cheval soit à l'image de la vôtre afin que le stick et le lien de communication ne soient plus nécessaires.

A éviter

- Parfois le cheval vous devance un peu ou traîne un peu, ne soyez pas trop critique.
- Ne le harcelez pas. N'utilisez votre stick que s'il est nécessaire.
- Ne permettez pas au cheval de vous pousser avec ses épaules.
- Ne passez au trot que si vous y arrivez bien au pas.
- Ne laissez pas la « ligne de la sangle » vous dépasser. Le cheval doit rester à votre coude.

Concept utile

N'employez pas le lien de communication pour que le cheval reste avec vous, mais employez-le lorsqu'il ne le fait pas.

Servez-vous astucieusement de vos outils afin qu'un jour vous n'en ayez plus besoin.

La connexion n'est pas simplement physique.

Pour progresser

- Le lien de communication est comme un filet de sécurité à utiliser uniquement si cela s'avère nécessaire.
- Demandez au cheval de reculer droit.
- Travaillez les deux côtés du cheval de façon égale.

LEÇON 52

Mener avec le stick et le sac en plastique au-dessus du dos

Objectifs



- Simuler un cavalier afin d'être certain que votre cheval n'a pas peur de quelque chose à l'endroit où vous comptez vous mettre.
- S'assurer que le cheval n'est pas dérangé par des choses qui bougent au-dessus de lui : tel un cavalier.
- Préparer le cheval à recevoir un cavalier.

A quoi sert cet exercice ?

Je veux que mon cheval se détende au lieu de paniquer lorsque quelque chose bouge au-dessus de lui.

Lorsque je suis en selle je veux pouvoir bouger mes bras, enlever ma veste, sortir mon mouchoir, consulter une carte routière.

Lorsque je gagne une coupe, je veux pouvoir la prendre sans me faire éjecter de la selle.

Je prépare mon cheval à recevoir un cavalier avant de mettre un être vivant sur son dos.

Comment dois-je faire ?

Assurez-vous que le cheval mène bien et a été désensibilisé au sac plastique. Comme pour tout exercice, assurez-vous que tout est en place pour permettre la réussite. Alors, cet exercice ne devrait pas vous poser trop de problèmes.

Sans bouger vos pieds, tenez votre stick avec le sac en plastique à l'autre extrémité en l'air. Posez votre poing contre le garrot du cheval, afin de pouvoir le repousser s'il prend peur et s'échappe vers vous.

Essayez de maintenir le cheval bas et proposez une direction vers l'avant.

En vous plaçant près d'une clôture comme lors de l'exercice précédent, vous empêcherez le cheval de trop bouger autour de vous. Essayez de suivre la clôture d'abord d'un côté, ensuite de l'autre.

Si le cheval commence à s'énervé, en général il lève la tête, aidez-le à se détendre en lui faisant baisser la tête. Ainsi vous combinerez plusieurs exercices afin que le cheval avance détendu, calme, droit et bas lorsqu'un objet s'agite au-dessus de lui à la place du cavalier. Trouvez le bon point de départ, et augmentez progressivement le bruit et le mouvement du sac.

Soyez particulièrement attentif lorsque le sac passe dans son oeil « extérieur » (de l'autre côté de vous) : s'il tente d'y « échapper » il pourrait se précipiter sur vous de façon tout à fait accidentelle.

A éviter

- N'essayez surtout pas de tenir votre cheval en place, vous ne ferez qu'empirer les choses. Un animal de proie déteste la sensation d'être piégé.
- Ne permettez pas au cheval de s'arrêter à chaque fois que vous bougez le sac. Vous combinez effectivement la sensibilisation (mener légèrement) avec la désensibilisation (le sac). Aidez donc le cheval à se concentrer sur ce qui le concerne (mener) et à ignorer ce qui ne doit pas le concerner (le sac).

Concept utile

Aidez le cheval à faire la différence entre ce qui le concerne et ce qui ne le concerne pas.

Un cheval peut-être conscient de quelque chose sans que cela ne l'affecte.

Aidez le cheval à séparer mouvement et émotion.

Pour progresser

- Si le cheval est très réactif, vous pouvez commencer par le stick sans le sac attaché. Trouvez le point de départ.
- Si le cheval n'a pas peur, vous pourrez utiliser le sac plus tard pour toucher la croupe afin de demander au cheval d'accélérer, puis le remettre en position « cavalier ».
- Essayez de maintenir le cheval « connecté » à vous autant que lors de l'exercice précédent, et évitez qu'il accélère à cause du sac.
- Le cheval doit répondre aux mouvements du sac en baissant la tête, et non pas en la levant. Arrêtez lorsqu'il fait bien, pas le contraire.

LEÇON 53

Mener dans le van, reculer à mi-chemin et entrer à nouveau

Objectifs



- Le cheval considère le van comme « zone de confort ».
- Comme le cheval aime être dans le van, il n'essaie pas de s'échapper ni de se précipiter lorsqu'il recule pour sortir.
- Si je demande au cheval de s'arrêter lorsqu'il recule pour sortir, il est aussi aisé d'avancer que de reculer.

A quoi sert cet exercice ?

En prenant le temps nécessaire pour aider le cheval à aimer le van, j'économiserai beaucoup de temps et de peine par la suite.

J'augmente considérablement les chances d'avoir un cheval qui voyage sans stress car il associe le van au confort.

Mon cheval embarque sereinement en restant décontracté, sans stress, résistance ou précipitation.

Comment dois-je faire ?

Préparez d'abord tous les ingrédients nécessaires à la réussite. Passer sur des surfaces inhabituelles, par des espaces étroits, reculer par-dessus une barre et passer par-dessus le pont du van avec aisance et confiance sont des préalables très utiles à la réussite de cet exercice.

Votre cheval doit être mené légèrement, des réponses positives remplaçant les réflexes d'opposition. Préparez tout en amont, ensuite invitez le cheval à poser ses antérieurs sur le pont (ce qui ne devrait pas poser de problème étant donné qu'il l'a déjà traversé).

Permettez au cheval d'avoir beaucoup de temps de repos. Le van n'est pas une zone de travail mais une zone de confort. Répétez jusqu'à ce que le cheval ait envie de poser ses pieds sur le pont. Invitez-le ensuite à s'avancer avec une direction légère. NE TIREZ PAS. Permettez au cheval de choisir entre entrer ou sortir.

S'il choisit de sortir, remettez-le à travailler avant de revenir au van pour un temps de repos. Proposez le choix à nouveau. SOYEZ PATIENT. Le cheval ne partage pas vos objectifs, ils doivent devenir aussi les siens.

Bientôt le cheval fera le choix entre le travail et le repos. Chaque fois qu'il fait un pas en avant, ne faites rien ou bien caressez-le. S'il choisit de reculer, ne tentez pas de l'en empêcher, mais remettez-le au travail. Si vous essayez de le tenir, il se sentira piégé et peut lever la tête violemment et se tapant contre le toit. Ceci ne facilitera pas le développement d'une association positive avec le van.

En proposant une légère direction, ne vous mettez pas devant lui mais au niveau de sa tête et de ses épaules. Vous pouvez utiliser votre stick pour le toucher légèrement sur la croupe afin de l'encourager à trouver une solution.

Quelque soit la solution qu'il choisit, elle n'est ni la bonne ni la mauvaise. A ses yeux, c'est simplement un essai et vous cherchez à lui faire comprendre qu'il y a une option qui apporte le confort, l'autre pas. Bientôt lorsque vous levez le stick, il choisira d'aller vers le confort et donc dans le van.

N'essayez pas de le faire entrer complètement dans un premier temps, laissez-le s'assurer qu'il ne s'agit pas d'un piège. Avancez un peu plus à chaque fois, puis sortez en reculant. Bientôt le cheval sera plus connecté à vous et moins affecté par son environnement. Cette connexion vous permettra de mieux contrôler les pieds du cheval, et avancer sera aussi facile que reculer.

A éviter

- Évitez les excès de motivation ou d'ego associés aux objectifs. Plus vous essayerez d'imposer vos objectifs sur le cheval, moins vous aurez la chance d'être compris.
- Poussière et transpiration sont en général les fruits d'une préparation insuffisante.
- Ne tirez pas, ne bloquez pas ses mouvements. Les chevaux ont peur d'être piégés. Ne confirmez pas ses peurs.
- Si le cheval s'enfuit en sortant, n'essayez pas de l'en empêcher, vous ne ferez qu'aggraver la situation. Aidez-le à ne plus avoir envie de s'enfuir !

Concept utile

Ne l'obligez pas à monter dans le van, faites en sorte qu'il en ait envie.

Voir les choses à travers la perspective du cheval.

Demander un effort quand le cheval fait un effort, c'est dire non lorsqu'il faut dire oui.

Pour progresser

- Mettez très peu de pression sur le licol. Soulevez le stick par-dessus la croupe, touchez légèrement, et attendez le premier pas en avant, ARRÊTEZ. Parfois il faut même reconnaître l'idée du cheval vers le van et la récompense
- Vous pouvez lui donner du foin ou de la nourriture voire des friandises une fois dans le van pour renforcer l'association positive, mais ne vous en servez pas pour essayer de le soudoyer.
- Veillez à ce qu'il monte et qu'il recule bien droit.

LEÇON 54

Isoler l'arrière-main, déplacement latéral le long d'une barrière

Objectifs



- Le cheval commence le mouvement latéral et commence à réfléchir à ce qu'il doit faire de ses pieds.
- Le cheval ne tire pas et ne pousse pas sur le licol.

A quoi sert cet exercice ?

Le mouvement latéral oblige le cheval à réfléchir au placement de ses pieds.

Si le cheval a déjà compris les principes du mouvement latéral au sol, cela sera bien moins compliqué pour lui lorsqu'il sera monté.

Comment dois-je faire ?

Ceci est une des rares occasions où vous allez tenir le lien de communication près du mousqueton.

Tenez-vous face au cheval, le bras tendu et tenant la corde.

Avec le stick dans l'autre main, mettez une pression rythmique vers les postérieurs du cheval. Après quelques secondes, commencez à tapoter légèrement près de sa hanche.

Ajustez la fermeté selon le cheval.

Cette pression devrait motiver le cheval à chercher une solution. Permettez-lui de chercher mais dès qu'il déplace sa hanche, arrêtez la pression et laissez au cheval un temps de repos afin qu'il puisse réfléchir.

Répétez cet exercice jusqu'à pouvoir déplacer les postérieurs d'au moins un quart de cercle vers la gauche ou la droite, sans que le cheval avance ou recule.

Si le cheval tente de s'avancer, repoussez-le comme lors du tout premier exercice du premier degré de cette

méthode. Si le cheval tente de reculer, suivez-le tout en maintenant une pression sur le licol jusqu'à ce qu'il revienne.

En explorant les possibilités, le cheval constatera que ni avancer ni reculer apportent une solution. En revanche, dès qu'il déplace ses hanches, il trouve l'arrêt instantané de tout stimulus.

Une fois que le cheval a compris ceci, emmenez-le à une clôture et positionnez-le le nez contre celle-ci. Votre cheval doit déjà se sentir confortable perpendiculairement à la clôture. Répétez l'exercice en marchant le long de celle-ci.

Mettez du rythme dans le mouvement de votre stick et tentez de trouver un « timing » coordonné avec les mouvements de votre cheval. Votre main sur le licol guide l'avant-main le long de la clôture, votre stick demande à l'arrière-main de rester perpendiculaire à cette clôture. Dans un premier temps, vous pouvez vous satisfaire d'un ou deux pas latéraux et demander progressivement un peu plus, veillant toujours à ce que le cheval reste léger dans vos mains, sans tirer, ni pousser. Quoiqu'il arrive, gardez votre position près de la clôture, ne vous écartez jamais à plus d'un mètre.

A éviter

- Ne harcelez pas le cheval. N'utilisez pas votre stick lorsqu'il bouge, mais uniquement lorsqu'il ne bouge pas.
- Ne tirez pas sa tête vers vous, gardez votre bras bien tendu et droit afin de le maintenir droit.
- Ne tentez pas de compenser une cession insuffisante des postérieurs en tirant sa tête vers vous. La tête et les épaules doivent être légèrement devant les postérieurs.

Concept utile

Isolez les différents éléments, séparez-les pour les travailler, recombinez-les ensuite.

Arrêtez-vous lorsque les choses se passent bien. Ne continuez pas jusqu'à ce qu'elles se gâchent.

Si tout se passe bien et que vous n'avez rien à faire, alors ne faites rien.

Pour progresser

- Isolez d'abord les postérieurs avant de les recombinaison avec les antérieurs.
- Aidez le cheval à apprendre en utilisant la clôture.
- Gardez votre position près de la clôture.
- Continuez à marcher le long de la clôture et ne permettez pas au cheval de vous arrêter ou de vous bloquer.

LEÇON 55

Demi-cercle, puis déplacement latéral

Objectifs



- Mon cheval cède de l'arrière-main et de l'avant-main à une suggestion. Je peux combiner les deux et le déplacer latéralement.
- Le cheval se déplace latéralement aisément et sans résistance.
- Le cheval réfléchit à ce qu'il fait avec ses pieds.

A quoi sert cet exercice ?

Je commence à pouvoir combiner des exercices isolés afin de produire des déplacements plus complexes.

Le cheval a besoin de pouvoir réfléchir à la façon avec laquelle il fait plusieurs choses à la fois.

Il pourra résoudre des problèmes plus complexes sans se sentir dépassé ou réagir.

Comment dois-je faire ?

Envoyez le cheval sur un cercle qui sera interrompu par une barrière. Cette barrière arrêtera le mouvement vers l'avant du cheval (assurez-vous d'abord que le cheval ne cherche pas à sauter cette barrière), mais vous allez essayer de ne pas perdre toute l'impulsion. Lorsque le cheval arrive à la barrière, essayez de transformer le mouvement vers l'avant en mouvement latéral.

Marchez le long de la barrière avec une distance entre vous et votre cheval. Gardez le cheval assez droit, en ne demandant que quelques pas dans un premier temps.

Vous devez trouver un rythme avec les membres antérieurs et postérieurs les plus proches de vous. Tentez de vous mettre en rythme avec votre cheval afin d'instaurer une harmonie mutuelle.

Ne maintenez pas une pression sur le lien de communication et ne tirez pas la tête du cheval vers vous. Le cheval ne doit pas regarder vers la gauche tout en se déplaçant vers la droite, et vice-versa.

Ne vous éloignez pas de la barrière et n'arrêtez pas de bouger vos pieds. Employez un langage corporel clair et si nécessaire bougez votre stick tel un essuie-glace, poussant « l'avant - l'arrière » de façon rythmique.

Une fois que le cheval a pris confiance, vous pouvez employer des mouvements de doigts comme lors des exercices « suivre une suggestion ».

Ne le harcelez pas. Si vous êtes en train de toucher sa croupe à chaque pas, quelque chose ne va pas.

Soyez simple, clair et concis.

Si vous ne lui tenez pas la tête vers vous, ne l'abandonnez pas pour autant, car si l'arrière-main s'éloigne, vous allez vous trouver face aux postérieurs.

Le lien de communication doit être suffisamment long afin qu'il ait une certaine liberté de mouvement, mais suffisamment court pour que vous puissiez le corriger si besoin.

A éviter

- Ne vous mettez pas en situation d'insécurité.
- Ne quittez pas la barrière, n'arrêtez pas de bouger vos pieds.
- Ne poursuivez pas le cheval. Faites-le bouger le long de la barrière.
- Ne démarrez pas un mouvement latéral au point mort (arrêt). Cela peut être source de confusion dans un premier temps.

Concept utile

Essayez de trouver le même rythme dans une harmonie mutuelle.

Procédez par étapes, et dosez bien. Lettre, mot, phrase, page, chapitre, livre.

Les bons ingrédients, la bonne quantité, le bon ordre.

Pour progresser

- Soignez votre rythme. Les chevaux aiment la fluidité, la clarté et le rythme, et non pas une pression spasmodique.
- Employez le demi-cercle pour vous donner le mouvement et l'énergie dont vous avez besoin au départ.
- Terminez par une cession de l'arrière-main si les postérieurs vous semblent traîner un peu.
- Soyez clair dans vos demandes, et récompensez les moindres efforts.
- Si le cheval est confus, servez-vous de l'exercice précédent pour l'aider.

LEÇON 56

Attention et connexion

Objectifs



- Lorsque j'arrive dans un espace réduit en présence du cheval, je peux facilement obtenir qu'il me regarde, se mette face à moi et s'approche de moi.
- Je peux vérifier que je me suis servi du licol de façon astucieuse car lorsque je l'enlève, la connexion existe toujours.
- Comme j'ai réussi à gagner la confiance de mon cheval, la connexion se développe facilement.
- Mon cheval fait une association positive avec moi et me considère comme zone de confort.

A quoi sert cet exercice ?

Mon cheval sera facile à attraper !

Je peux contrôler ses mouvements avant même de lui mettre son licol.

Lorsque j'arrive dans un espace réduit, pour ma propre sécurité, je préfère que le cheval se présente face à moi.

Le travail accompli « en ligne » avec le licol et lien de communication, la corde entre nous me permet de poser les bases du travail en « liberté » sans stress et avec compréhension.

Comment dois-je faire ?

Lorsque votre cheval se trouve dans un petit endroit clos, entrez et observez ses réactions. Il se peut qu'il s'approche de vous ou bien qu'il regarde vers l'extérieur et vous présente ses postérieurs plutôt que sa tête.

Si le cheval vous présente ses postérieurs, tapez sur votre jambe ou faites ce qu'il faut afin qu'il se mette à chercher une solution. Ajustez la stimulation selon le cheval. Le cheval décidera peut-être de faire le tour de l'enclos ou essaiera d'autres solutions du fait que vous le dérangez.

Dès que vous apercevez le moindre signe d'attention vers vous, arrêtez toute stimulation et éloignez-vous de votre cheval. Donnez-lui un peu de temps pour réfléchir, ensuite allez vers ses postérieurs et essayez de les déplacer afin qu'il se mette face à vous.

S'il s'en va, continuez à lui imposer un léger inconfort en dirigeant la pression vers ses postérieurs. Dès que le cheval se met face à vous, reculez.

Bientôt lorsque vous irez vers son postérieur avec une légère pression, il se tournera pour se mettre face à vous. Lorsque le cheval déplace ses postérieurs, un membre antérieur se mettra probablement en mouvement vers vous. Veillez à reculer à ce moment-là. Imaginez que le licol et le lien sont présents et essayez de l'amener vers vous, s'il ne continue pas à venir vers vous, redemandez aux postérieurs de se déplacer et réessayez de l'amener vers vous. Si le cheval vient, rendez-le très confortable, un sucre ou une carotte ne sont pas interdits comme renforcements positifs.

Ne vous servez pas uniquement de l'inconfort comme facteur de motivation, le confort motive tout aussi bien.

Bientôt votre cheval se mettra à vous suivre. N'en faites pas trop, assurez-vous simplement que vous êtes capable de l'amener face à vous. Faites simplement en sorte que le cheval soit plus confortable auprès de vous qu'ailleurs. Si vous sentez le cheval fébrile, confus ou stressé, ne persistez pas mais améliorez votre connexion avec la corde.

A éviter

- Ne le faites pas choisir entre inconfortable et très inconfortable.
- Ne demandez pas au cheval de venir à vous et ensuite de travailler, il va le regretter assez rapidement.
- Ne mettez pas le cheval dans la confusion et n'utilisez pas des pressions trop fortes ou au mauvais moment.
- Ne croyez pas que c'est « perdre » que d'aider le cheval en remettant le licol si vous sentez une fragilité ou une incompréhension.

Concept utile

Soyez son endroit préféré.

Un cheval s'en ira pour deux raisons : soit parce que rester n'est pas assez confortable, soit parce que partir n'est pas assez inconfortable.

Tout est question d'équilibre.

Ne critiquez pas le cheval pour être un cheval.

Ni meilleur ni plus mauvais, vous et votre cheval êtes juste différents.

Pour progresser

- Imaginez que vous avez le licol et le lien lorsque vous ne les avez pas.
 - Imaginez que vous ne les avez pas lorsque vous les avez.
 - Vous pouvez toujours remettre le licol pour rattraper les choses.
 - Soyez un endroit auprès duquel il est agréable de rester.
- Trouvez l'endroit où il préfère être gratté. Caressez-le, donnez même une carotte. Parfois, quittez-le sans rien lui demander.
- Même dans son box ou en enclos, le cheval doit vous respecter. Il est constamment en train d'apprendre, pas seulement lorsque vous décidez que c'est une leçon.
 - Vous aurez besoin de contrôler ses postérieurs afin de pouvoir obtenir sa tête.