

Auch beim Pferd sorgen Ärger und Stress für eine schlechte Verfassung und eine Verschlechterung der Immunabwehr. Manche Pferde brauchen mehr als eine halbe Stunde, um loszulassen, wenn sie geritten oder gefahren werden und auf Ausritten können sie möglicherweise gar nicht in einen losgelassenen Zustand finden. Selbst auf der Koppel regen sie sich häufig auf. Die spezielle Methode des mobilen Pferdeflüsterers verspricht Abhilfe!

Ist mehrdimensionaler Stress reduzierbar?

Gastautorin: Cornelia Lausmann

Wenn sich Krokodile in Pfützen verstecken und sich Blätter in Adler verwandeln und davonfliegen, finden dies Pferde oft so unheimlich, dass die mitgeführten Reiter hin und wieder zu einem ungewollten „Schnell-Absteigen“ genötigt werden.

[Ursula Weisgram](#) (AP Kinesiologie Weisgram) und [Michaela von Zerssen](#) (PferdeGesundheitSchweiz) haben hier – also auf [4myhorse](#) – kürzlich über einige **Stressprobleme beim Pferd** geschrieben.

Ursula Weisgram stellt das [Stress Indikationspunkte System \(SIPS\)](#) vor, das insbesondere bei Folgen von Muskel-Dysbalancen, emotionalem Stress, Stress im Nervensystem, Stress in Sehnen, Bändern, im Lymph- und vaskulären System usw. gute Dienste leistet.

[Eine angemessene Fütterung](#), Physiotherapie, eine der Futtermenge angepasste Bewegung, eine für das individuelle Pferd ideale Haltungsform, passendes Equipment und ein gutes Team rund um das Pferd helfen mit Sicherheit ebenfalls, Stress zu verringern.

Pferde haben in unserer schnelllebigen Zeit vielfältigen Stress!

Eines ist allerdings sicher: Unsere Pferde sind in unserer heutigen schnelllebigen Zeit einem enormen Stress ausgesetzt.



Das kannst Du ganz leicht herausfinden, wenn Du Dir ihren Tagesablauf anschaust. Sie verbringen oftmals viel Zeit mit Warten, welches durch Umweltereignisse, die das Pferd beunruhigen, genauso unterbrochen werden wie durch Tierarztbesuche, Schmied-Termine, unfreundliche Pferdekollegen oder auch unfreundliche Menschen (z.B. Stall-Personal, aber auch Miteinsteller, ungebetene Besucher usw.)

Uns Menschen fällt es häufig gar nicht auf, dass ein Mitmensch schlecht gelaunt ist oder kurz vor dem Explodieren steht. Das Pferd als unser Spiegel erfasst jedoch direkt, was mit seinem Gegenüber oder auch Passanten emotional und energetisch los ist.

Ein Übersprungs-Stressbeispiel

Ein Beispiel aus einer ganz normalen Reitstunde auf Schulpferden, in einer ganz normalen Reitschule:

Es ist nicht einmal Winter, nein, es ist Hochsommer. Das zauberhafte Wetter erlaubt es, dass die 18:00-Uhr-Stunde im Schatten der Reithalle draussen stattfindet. Die Reiterinnen sind dabei, ihre Pferde plaudern warm zu reiten. Die Reitlehrerin steht gemütlich am Rand und schaut dem – wie es scheint – entspanntem Treiben zu.

Doch was war das? Sie wird aus ihrer träumerischen Ruhe gerissen, als ein absolut zuverlässiges Schulpferd wie von der Tarantel gestochen im gestreckten Galopp den Platz verlässt, in die Reithalle rennt und dort mit der immer noch auf ihm sitzenden, aber völlig fertigen Reiterin stehen bleibt. Die Reitlehrerin folgt den beiden.

Als sie das Paar erreicht, sitzt die Reiterin mit hängendem Kopf auf dem Pferd und versteht die Welt nicht mehr. Das hat die Stute doch noch nie gemacht! Sie ist doch sonst absolut zuverlässig. Was hat sie nur? Die Reitlehrerin denkt kurz nach. Sie ist sich aber sicher, dass das Problem nicht beim Pferd liegt, denn es hat genug gearbeitet, es war auf der Koppel, es ist gesund, sein Sattelzeug passt, es war schon in der Stunde davor mit dabei und hat sich absolut unauffällig verhalten.

Das tatsächliche Stressereignis

Also fragt sie die Reiterin: „Gab es heute etwas Besonderes, ein besonderes Ereignis bei Dir?“ Da bricht es aus der Frau heraus: „Ja, kurz vor Feierabend, also gewissermaßen vor einer guten Dreiviertelstunde, hat mein Chef mich fertig gemacht. Er hat mich angeschrien und mich für etwas verantwortlich gemacht, für das ich absolut nichts kann. Ich bin noch immer ganz aufgewühlt, ärgerlich und verletzt. Ich hatte gehofft, dass die Reitstunde mir hilft, wieder in einen angenehmeren Zustand zu kommen, aber das kann ich wohl vergessen.“

Die Reitlehrerin bekundet ihr Mitgefühl und bittet die Reiterin, mit Pferd wieder in die Gruppe zurück zu kommen, denn die Reitstunde soll ja stattfinden. Sie lässt alle Reitschülerinnen im Schritt möglichst nahe um sie herumreiten und bittet sie auf einen vernünftigen Abstand zu achten.

[adsense:responsive:1720544193]

Prävention von Stress-Übertragung

Nun erklärt sie, wie ihre Reitschülerinnen sich am besten auf die Reitstunde vorbereiten. An dem gerade erlebten Beispiel illustriert sie, inwiefern das Pferd der Spiegel des Menschen ist und dass es wichtig ist, das Reiterinnen und Reiter in einem positiven Zustand sind wenn sie reiten oder überhaupt mit dem Pferd umgehen. Damit sie in den gewünschten Zustand kommen, geben sie, bevor sie beim Pferd ankommen, mental alle Belange, die sie in ihrer angenehmen, entspannten Haltung stören könnten, in einen bereitgestellten Behälter.

Die Reitlehrerin hat tatsächlich am Stall-Eingang einen Behälter aufgestellt. Sie stellen sich vor, dass sie einfach alles dort hineingeben, was sie belastet und es bleibt darin, bis sie mit der Stunde fertig sind und sie ihre störenden Belange wieder abholen. So schaffen sie es – mit der Wiederholung dieser Übung immer besser – sich in einen angenehmen Zustand zu versetzen, der ihnen hilft, sich prima mit dem Pferd zu verständigen.

Es gibt aber eine weitere tolle, kinderleicht anzuwendende Möglichkeit, den Stress des Pferdes sozusagen von Innen heraus zu reduzieren und ihm sogar vorzubeugen.

Informiere Dich im folgenden, Dein Pferd wird es Dir danken.

Meditation ist Balsam für Geist und Körper.

Entspannungsverfahren bringen wieder Ruhe in Körper und Geist. Wir Menschen können zwischen etlichen mentalen Entspannungsverfahren wählen, bei uns ist es eine Frage des Geschmacks.

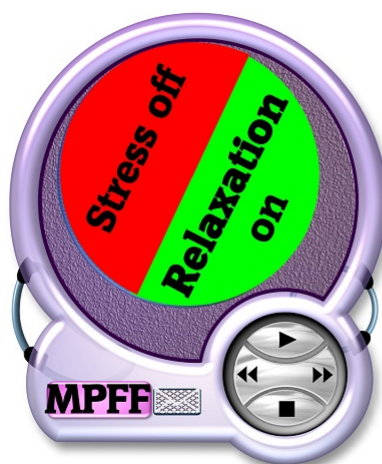
Für Pferde gibt es bisher nur eine Methode, nämlich die des mobilen Pferdeflüsterers. Ärger und Stress sorgen regelmäßig für eine schlechte Verfassung und eine Verschlechterung der Immunabwehr. Vielleicht braucht Dein Pferd mehr als eine halbe Stunde, um loszulassen, wenn es

geritten oder gefahren wird. Auf Ausritten kann es möglicherweise gar nicht in einen losgelassenen Zustand finden und selbst auf der Koppel regt es sich häufig auf.

Das muss nicht so bleiben: Gelassenheit kann Dein Pferd lernen und zwar mit der speziellen Methode des mobilen Pferdeflüsterers!

Das erste mentale Entspannungsverfahren für Pferde

Entspannungsübungen lediglich mit den Musikstücken des Wellness-Pakets des mobilen Pferdeflüsterers helfen, den Körper und den Geist des Pferdes in Ruhe zu bringen.



Die Methoden senken das Erregungsniveau: Sie verringern den Herzschlag und entkrampfen die Muskeln. Dein Pferd benötigt nicht einmal eine fachlicher Anleitung zum Lernen dieses Meditations- und Entspannungsverfahrens. Es benötigt lediglich die speziellen Musikstücke des mobilen Pferdeflüsterers und kann autodidaktisch lernen, sich selbst zu entspannen und seine Gelassenheit zu steigern.

Dein Pferd hat Zeit und es liebt es, diese Musik zu hören und sich zu entspannen – egal ob tagsüber, am Abend oder in der Nacht. Es braucht lediglich Deine Unterstützung. Du solltest ihm diese tolle Möglichkeit so oft wie möglich gönnen, denn Du weißt ja, Stress macht alt und krank. Du möchtest aber ein gesundes und vitales Pferd, das eine hohe Lebensqualität sowie angenehme Erlebnisse während Eures Zusammenseins genießt. Dein Pferd zeigt Dir, was ihm gut tut. Du brauchst es nur zu fragen.

Die Effekte der Methode lassen sich messen

Du kannst die Effekte der Entspannungs-Musikstücke des mobilen Pferdeflüsterers nicht nur beobachten, sondern auch messen. Wenn Du seinen Puls fühlst oder mit der Pulsuhr misst, sowie seine Atemzüge zählst, wirst Du sehr schnell feststellen, dass es sich ziemlich bald nach Einschalten der Musik in den Bereich des Ruhepulses und der Ruheatmung begibt, während es die

Musik hört.

Du verfügst damit über eine tolle Möglichkeit, Deinem Pferd zu helfen, seinen Stress zu reduzieren und nicht ständig negative Energien aus der Umwelt aufzunehmen. Häufig durchgeführt reduziert das Verfahren nicht nur den Stress, sondern verhilft dem Pferd insgesamt zu mehr Gelassenheit, was seiner Gesundheit sehr förderlich ist.

Wirkungen von Meditations-Verfahren

Beim Menschen sind übrigens insbesondere folgende positiven Aspekte von Meditation nachgewiesen: Eine verbesserte emotionale Stabilität und positives Denken, gesteigerte Achtsamkeit und Geduld, positive Auswirkungen auf körperliche Aspekte wie Blutdruck, Immunsystem oder Cholesterinspiegel, geringere Stressanfälligkeit und ein Gefühl von innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Der mobile Pferdeflüsterer ist mehr als ein Entspannungsverfahren

Wenn Du Dein Pferd gut beobachtest, wirst Du analoge Effekte auch bei ihm feststellen. Der mobile Pferdeflüsterer (MPFF) ist jedoch nicht nur ein Entspannungs- oder Meditations-Verfahren. Er kann noch viel mehr.



Der MPFF ist ein Instrument zur Steigerung des Wohlbefindens und der Leistungsfähigkeit von Pferden sowie zur Stressreduktion. Er ist für alle Pferde unabhängig von Rasse, Alter, Verwendungs- oder Trainingsart geeignet und hilft, die Kommunikation zwischen Mensch und Pferd zu verbessern. Mit den MPFF-Musikstücken lässt sich ihre Aktivierung und damit ihre Verhaltensbereitschaft für eine Zeit verändern.

Resultierende Effekte sind vielfältig. So ist es beispielsweise möglich, eine gesteigerte

Aufnahmefähigkeit, verstärkte Konzentration, eine ruhige Gelassenheit sowie Losgelassenheit und ein rascheres Lernen des Pferdes zu verwirklichen. Möglich ist auch, trägen Pferden zu mehr Aktivierung zu verhelfen, hektischen Pferden zu mehr Ruhe, gestresste Pferde zu entstressen oder zu entspannen, ihr Immunsystem zu unterstützen und vieles mehr. Abschließend können wir die eingangs gestellte Frage: „Ist mehrdimensionaler Stress reduzierbar“ mit einem eindeutigen JA beantworten. Der mobile Pferdeflüsterer macht es möglich.

Meditation ist Balsam für Geist und Körper.