



JUSTE AVEC MON CHEVAL

SUIVI ÉQUESTRE EN LIGNE

Bâtir ou revoir les bases

Lecture du cheval et désensibilisation

www.juste-avec-mon-cheval.com





Lire le cheval

Qu'est ce que ça veut dire ?

Identifier son langage corporel
Reconnaître les signes de stress,
d'agacement, de décontraction,
De satisfaction, etc...

www.juste-avec-mon-cheval.com



Lire le cheval

A quoi ça sert ?

- A écouter ce qu'il a à dire
- A augmenter la sécurité
- A adapter notre comportement lors des apprentissages
- A être de meilleurs professeurs

www.juste-avec-mon-cheval.com



Lire le cheval

Comment lire mon cheval ?

5 indicateurs :

- Encolure
- Oreilles
- Yeux
- Bouche
- Queue

www.juste-avec-mon-cheval.com



Lire le cheval

Les chevaux ne
simulent pas !

La tension peut être due :

- A votre action
- A l'environnement

**Mais c'est à vous
de régler ça !**

www.juste-avec-mon-cheval.com



Lire le cheval



Au delà de la
décontraction
LA CONNEXION

- Jouer à garde les yeux sur moi
- Jouer à ON/OFF
- Être suffisamment intéressant
- Jouer au tennisman

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Désensibilisation
VS
Jeu de l'amitié

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Ce que le jeu de l'amitié
apprend au cheval

- L'immobilité est la solution
- La décontraction est la solution
- Sois patient ça va passer
- Je suis digne de confiance

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Pour ça, il me faut

un fabuleux

TIMING

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

3 autres principes
sont indispensables

Rythme
relaxation
etroit

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Rythme

- Aide le cheval à anticiper
- Aide le cheval à se relaxer
- Peut être modifié

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Relaxation du cheval

- Différence entre immobilité et relaxation
- La relaxation est gage de sécurité

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



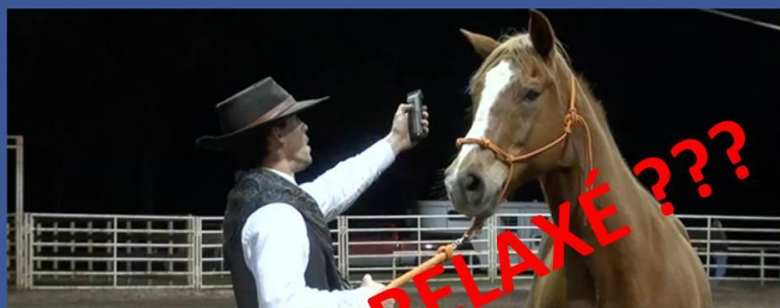
Relaxation de l'humain

- À l'arrêt
- En mouvement
- Pas d'apriori
- Pas d'enjeu

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



HOW TO NATURALLY AND CORRECTLY
DESENSITIZE YOUR HORSE TO ANYTHING



www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Retrait

- Pas de retrait = imposer
- Bâtit la confiance
- Comment faire un retrait ?
- Quand faire un retrait ?
 - grâce à la lecture du cheval

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Reculer pour présenter un objet

- En longe
- Relax
- Pas de cercles
- Le cheval règle la distance
- Laisser jouer la curiosité

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Pour tout ce qui pose problème sur le cheval

- Stick
- Flag
- Ballon
- Tondeuse
- Pschitt
- Douche, etc...

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Pour les soins

- Injections
- Collyres
- Sprays divers
- Etc ...

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Pour les éléments extérieurs

- Voitures
- Vélos
- Quad
- Bâche
- Eau, etc ...

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation



Décomposer !

- Bouteille
- Bruit du liquide
- Contact de la bouteille
- Bruit du pschitt
- Vue du nuage
- Contact du nuage
- Distance entre le cheval et l'objet

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Que faire si j'ai été trop loin ?
(mon cheval fuit)

- Je n'arrête pas le stimulus !
- Je le diminue
- J'attends (en continuant)
- Je ne le laisse pas courir en rond

**LA SEULE CHOSE QUI ARRÊTE LE STIMULUS
C'EST L'EFFORT (même petit) DU CHEVAL**

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Que faire si mon cheval
mord ou tape l'objet ?

- Je me mets en sécurité
- Je ne le punis pas
- Je n'arrête pas le stimulus !
- **J'attends** (en continuant)
- Je prends en compte le fait que j'ai sûrement été trop loin

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Que faire si mon cheval
m'ignore ?

- C'est que mon jeu de l'amitié l'ennuie...
- Je fais plus fort
- Je fais plus vite
- Je fais plus près
- Je fais plus grand
- C'est qu'il n'en a pas besoin !

www.juste-avec-mon-cheval.com



Désensibilisation

Aller plus loin :

**Je change de rythme
Je change d'intensité
Je change de zone
Je le fais en mouvement**

www.juste-avec-mon-cheval.com



JUSTE AVEC MON CHEVAL

SUIVI ÉQUESTRE EN LIGNE

Valérie Schweitzer

contact@juste-avec-mon-cheval.com

www.facebook.com/JusteAvecMonCheval/

www.vimeo.com/justeavecmoncheval

www.juste-avec-mon-cheval.com