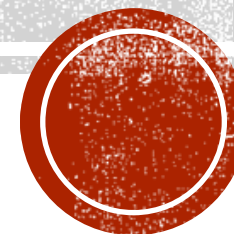


A TERMÉSZETES LÓKIKÉPZÉS

Létjogosultsága a terápiás lovak képzésében és a terápiás munkában



A TERMÉSZETES LÓKIKÉPZÉS DEFINÍCIÓJA ÉS FILOZÓFIÁJA

Jelenség?

Mozgalom?

Forradalom?

Attitűd?

Új Hullám?

Suttogás?

Parellizés?

Módszerek?

Erőszakmentes
Lókiképzés?

Intelligens
Lókiképzés?

Empatikus
Lókiképzés?

Pszichológia
alapú
Lókiképzés?



NATURAL HORSEMANSHIP = TERMÉSZETES LÓKIKÉPZÉS?

Á ló szemszögének, természetének
figyelembe vételével, a számára
érthető kommunikációval történő,
kölcsonös tiszteleten és bizalmon
alapuló partnerségre épülő képzés
és foglalkozás a lóval.



A NH ALAPELVEI, KULCSELEMEI

FÓKUSZBAN: A LÓ!

- Komfort - diszkomfort (nyomás – engedés)
- Időzítés – azonnali engedés a helyes viselkedéskor
- Következetesség
- Nincs félelem és valódi fájdalom a műveletben
- Pozitív interakciók – pozitív kapcsolat



Földi munka

- Tiszteletet, kialakítása a lovak szabályai szerint
- Kommunikáció és vezető-követő szerep szisztematikus, konzisztens felépítése és megerősítése
- Kötődés és bizalom megerősítése
- A lovaglás előszobája





Vezetői szerep kialakítása

- Vezetőre való igény (de nem jár a tulajdonos kilétével)
- Akció nyelve: magabiztos mozgás, határozott szándék
- Megértés, érthetőség, azonnali visszajelzés, következetesség
- Mozgás kontroll
- Határok kijelölése: viselkedésben és térben – alapvető vezetői tulajdonság



Testbeszéd

- A legtisztább kommunikáció a ló számára
- Asszertív vs. nyugodt mozdulatok
- Szándékunk kiül a testünkre

Partnerség

- „Szerződés”
- Kölcsönös elvárások és felelősség
- Ember: gondoskodás, védelem, döntéshozás, igazságosság
- Ló: feltétlen engedelmesség





Jobb oldaliság

- Mindent úgy, mint balról
- Agyféltekék közötti kommunikáció – információ átvitel nem teljes
- Lateralitás

Deszenzitizálás

- Minden lehetségesen ijesztő ingerre – baleseti statisztika
- Önbizalmat ad a lónak és problémamegoldó készséget fejleszt
- Flooding, progresszív (közelítés-távolítás), szisztematikus





MEGHATÁROZÓ KÉPVISELŐI

Monty Roberts (1935-):

- „Az Igazi Suttogó” című könyv (The Man Who Listens to Horses)
- Kulcsszava az erőszakmentesség.
- „Equus” nyelv: a testbeszéd, gesztusokon alapszik, a lovak egymás közötti kommunikációjára épül, melyet saját megfigyelései alapján kódolt.
- Módszere a **Join-Up** 86-ban került először a köztudatba.





Pat Parelli (1954-):

- Ö nevezte el a mozgalmat „Natural Horsemanship”-nek - mára összeforrt a nevével
- Pszichológián alapul a módszere
- Embereket tanít lovakat tanítani
- Mindenki „parellizik” (NH követőinek 70%-a)
- **Hét Játék**



MEGHATÁROZÓ MÓDSZEREK

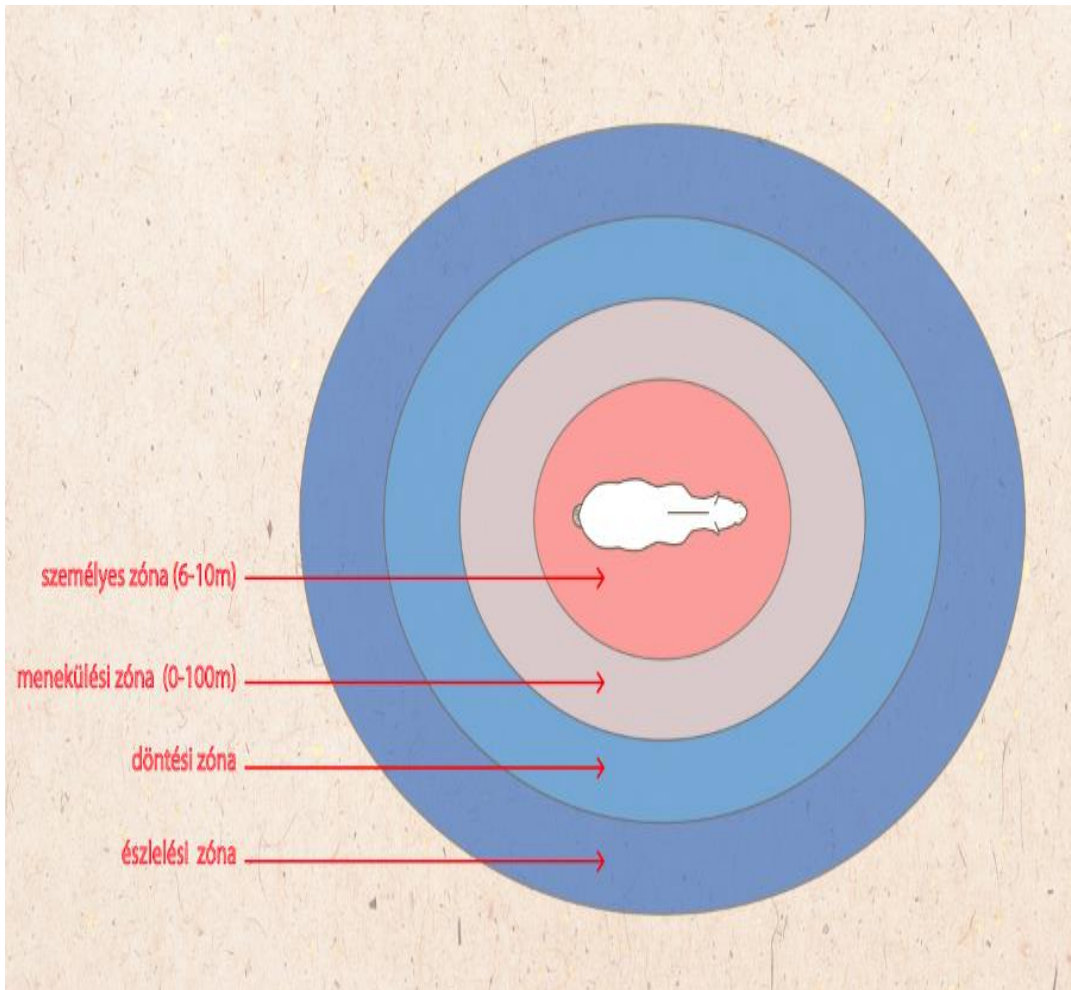
Játék a térrel: A csatlakozás módszere

Join-Up

- Nyomás: „ragadozó”, támadó testbeszéddel elküldi a lovat – ahogy egy domináns ló tenné (de nincs mögötte indulat!)
- Jelek a lótól: belső fül, kör szűkítése, nyalogatás, fej le
- Behívó testbeszéd: nyomás elvétele, lassú mozgás, vállak el,
- Átsimogatás, lábfelvétel



ZÓNÁK A TÉRBEN





Térköz szabályozás

- Körkarámos módszerek alapja
- Be- és kilépés a menekülési zónából (közeledés-távolodás): negatív megerősítés
- Szabad munkában hasznos
- Pozíció, energia és testbeszéd a térben a ló irányításhoz

Közeledés-távolodás

- Közeledés-állj-hátralépés: fehér zászló
- Ellentéte a ragadozó mozgásnak
- Bizalmat ébreszt a lóban



Játék a lóval: Parelli 7 játéka

A lovak egymás közötti testbeszédére és interakcióira alapozott módszertan,

amely során az ember kialakítja vezetői szerepét és megalapozza a közös nyelvet és a tiszteletet a lóval.

Földön kezd és nyeregben is alkalmazható.



Nyomás - Engedés

- **Időzítés:** A nyomás motivál, az engedés tanít!
- **Engedés = negatív megerősítés = komfort = jutalom (csakis a helyes próbálkozáskor!)**
- **Fokozatosság:** 4 fázis elmélete
- **A ló „irányítja” a helyzetet – ő maga kapcsolja ki a kellemetlen ingert**
- **Irányok:** előre, hátra, jobbra, balra, fel, le
- **Szenzitizálás:** érzékennyé tenni a lovat a jelzéseinkre






Zónák a lovon

- Zónák 1-5: a rájuk ható energiának más-más hatása van

Horsonalities

- Velezületett tulajdonságok (genetika), tanult viselkedések (anya, társak, környezet és ember) és spiritusz (előzőek szorzója) egyvelege
- Fontos, hogy passzoljon az emberhez
- Különféle bánásmódot igényelnek



- 
- **1. Barátkozós játék**
 - **2. Sündisznó játék**
 - **3. Hajtós játék**
 - **4. Jo-jó játék**
 - **5. Körözős játék**
 - **6. Oldalazós játék**
 - **7. Rés játék**





1. BARÁTKOZÓS

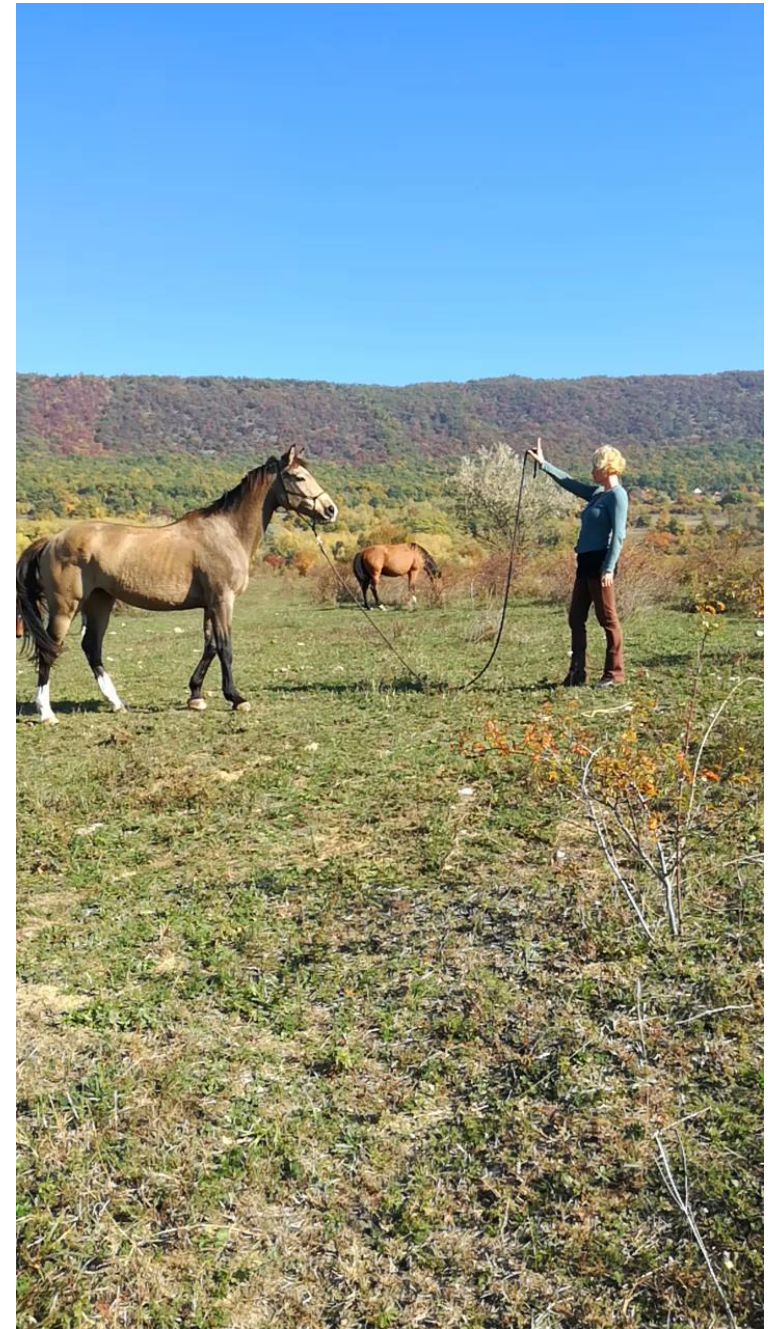
2. SÜNDISZNÓ



3. HAJTÓS



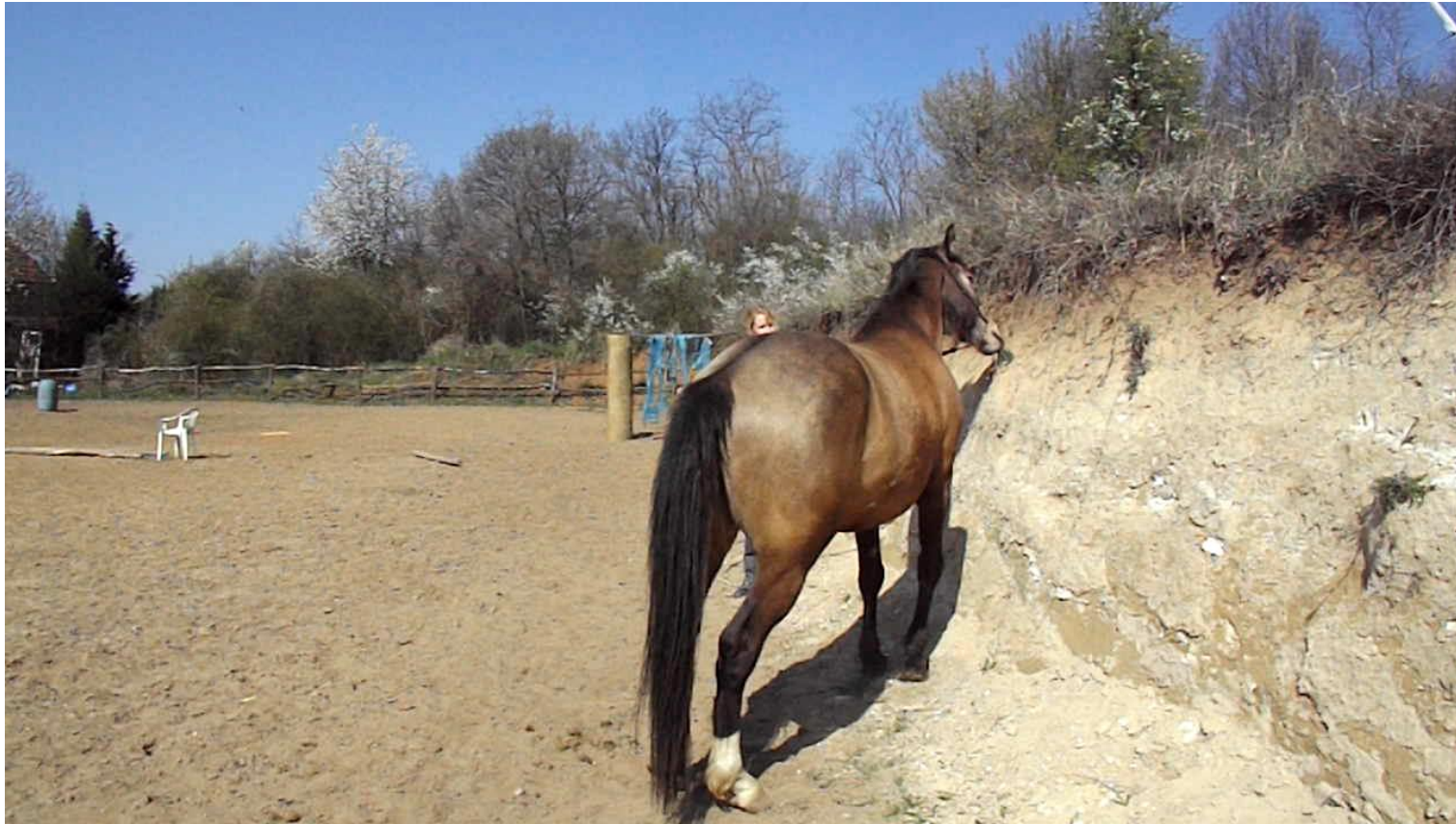
4. JO-JÓ



5. KÖRÖZŐS



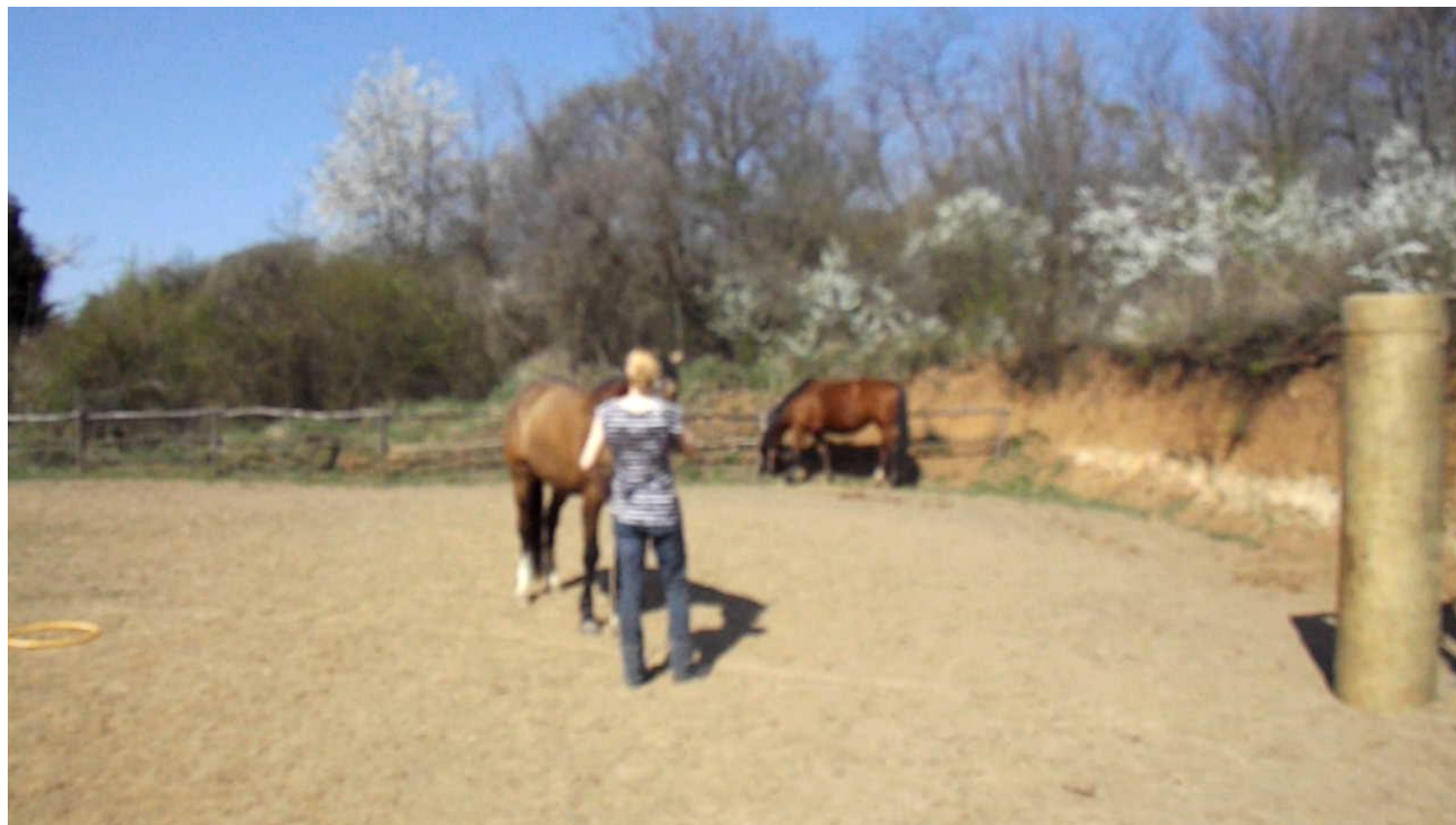
6. OLDALAZÓS - FALNÁL



6. OLDALAZÓS – RÚD FELETT



7. RÉSZ – OLDALT ÉS FELÜL



7. RÉSZ – OLDALT ÉS ALUL





AZ NH LÉTJOGOSULTSÁGA A LOVAS TERÁPIÁBAN

Nemcsak jobb lovakat, de jobb embereket is
nevel!



The image shows the silhouettes of several horses standing on a snowy hill. The sun is low on the horizon, creating a bright, hazy glow in the sky. The horses are dark against the lighter background. The overall mood is serene and contemplative.

LÓ A TERÁPIÁBAN

Az igazi LÓERŐ

- Évezredes misztikus (vallási, mitológiai, szimbolikus) kapcsolat
- A legmélyebb szinten is megmozgatja az embert
- Érzelmi szinkron (csapattal, más fajokkal)
- Emberi (rejtett, tudat alatti) érzelmek tükrözése, felnagyítása
- Önazonosság kialakítása
- Kreativitás és intuíció megjelenése
- Tovább fejlődés, kitartás, tiszta gondolkodás, kiteljesedés



TERÁPIÁS LOVAK KÉPZÉSÉBEN...

- Érzékeny, figyelmes ló
- Problémamegoldó képesség bővül
- Finom jelzésekre reagál
- Bizalom és tisztelet az ember felé
- Sokoldalú, változatos képzés és munka
- Könnyebb lovagolhatóság
- Testi ügyesség (koordináció, egyensúly stb.)
- Mentális frissesség
- Motiváció
- Partner



NH A TERÁPIÁS HELYZETEKBEN

FÓKUSZBAN AZ EMBER!

- Két lábbal a földön – biztonság, bizalom
- Széles eszköztár a terápiás munkában
 - Parelli variációk – szorongás oldás, bizalom, szinkron, tisztelet asszertivitás, fokozás, engedés
 - Körkarámos gyakorlatok – mozgás és energia kontroll, szabad ló, nagy erejű, mély bevonódás
 - Határokkal való munka
 - Terelős gyakorlatok
- Változatosság a lovak számára is



NH ÉS TERÁPIA KÖZÖS PONTJAI

- Ember és ló közötti partneri kapcsolat kialakítása
- Kölcsönös bizalom és tisztelet
- Vezetői szerepek hatékonysága
- Tiszta szándékok
- Világos kommunikáció
- Következetes magatartás
- Empátia a kapcsolatokban



FEJLESZTHETŐ TERÜLETEK

Bizalom,
önbizalom

Magabiztosság

Tudatosság

Koncentráció,
figyelem

Fókusz

Testtudat

Szem-kéz
koordináció

Koordináció és
egyensúly

Tapasztalati
tanulás

Problémamegol-
dás

Kreativitás

Asszertivitás

Következetessé-
g

Tiszta
kommunikáció

Határok
kijelölése

Kooperáció

Empátia

JELENLÉT

Önfegyelem

Intuíció





FELOLDÓDNI A JELENBEN...

- Úgy érzékelni, mint a ló
- Hétköznapok, múlt és jövő a kocsiban marad
- Gyors reakciók, gyors döntések

Jelenlét:
A legjobb
meditáció!





**KÖSZÖNÖM
A
FIGYELMET!**

