

# INHALT

Vorwort von Marlitt Wendt .....	6	Krank vor Angst .....	85
Einleitung .....	8	Physiologische Veränderungen .....	87
<b>Teil I – Biologie &amp; Gehirn</b>		Angst im Alltag .....	90
<b>Das Pferd – ein Angsthase? .....</b>	<b>10</b>	Wenn das Pferd dem Menschen	
Einem Urgefühl auf der Spur .....	10	Angst macht .....	90
Ängstliche Pferde – eine Spurensuche .....	16	Eine Frage der Balance –	
Warum sind manche Pferde		Angst beim Reiten .....	92
scheinbar anfälliger? .....	36	Angst ist persönlich –	
Frühe Entwicklung und Absetzen .....	37	aber nicht persönlich gemeint .....	95
Erkrankungen und Schmerzen .....	40	Stress mich nicht! .....	99
Wenn die Angst zum Problem wird .....	42	Panikattacken, Phobien & Co. –	
Furcht, Angst und Stress .....	44	Wirklich auch ein »pferdisches« Problem? .....	101
Stresstypen und Bewältigungsstrategien .....	47	Das traumatisierte Pferd .....	106
Flucht oder Angriff .....	51	Vertrauen, Bindung und Spaß –	
Unsicherheit, Furcht und Angst .....	54	traumatisierten Pferden helfen .....	107
Die Gefahr von Sensibilisierung,			
Generalisierung und Fehlverknüpfung .....	61	<b>Teil III – Lernen in Theorie &amp; Praxis</b>	
Kann man Angst mit positiver		<b>So lernen Pferde .....</b>	<b>108</b>
Verstärkung verschlimmern? .....	64	Wie Lernen funktioniert .....	108
Noch einmal mit Gefühl – Körperhaltung		Die Konsequenz des Verhaltens –	
und Ausdrucksverhalten .....	67	Verstärkung und Strafe .....	110
		Plus und Minus –	
<b>Teil II – Denken, Fühlen, Spüren –</b>		die vier Lernquadranten .....	114
<b>wie die Angst ins Pferd gelangt .....</b>	<b>72</b>	Matching Law, Variable Verstärkung	
Intelligenz des Fühlens –		und Löschen .....	121
das limbische System .....	74	Verhalten objektiv beschreiben .....	127
Marionette auf vier Beinen –		Ein Schritt nach dem anderen –	
die Amygdala übernimmt .....	78	das passende Kriterium .....	130
Der pferdische Chemiebaukasten –		Timing – der Schlüssel zum	
die Botenstoffe der Angst .....	81	erfolgreichen Lernen .....	132
		Verstärkungsrate .....	134
		Sag mir was du willst – Signale .....	135

Sensibilisierung und Desensibilisierung ...	142	Targets .....	184
Diskriminierung und Generalisierung ....	147	Nasentarget und weitere Kopftargets .....	184
Der Trainingsplan .....	148	Mensch als Target .....	185
Ausrüstung und Arbeitsplatz .....	150	Bodentarget – die Matte .....	185
Faktor Mensch .....	151	Kooperationssignale .....	186
Selbstschutz und Management – wenn gerade nicht trainiert werden kann .....	157	Standardverhalten .....	186
Gut gelernt ist halb gewonnen –		Start-Signal .....	189
Sicherheit durch Mitbestimmung .....	160	Stopp-Signal .....	190
Das Standardverhalten .....	161	Gemeinsame Fortbewegung .....	191
Das Initiatorsignal bzw. Kooperationssignal .....	162	Gehen am Strick .....	192
Das Alternativverhalten .....	164	Rückwärts gehen .....	193
Abwesenheit von Strafe .....	168	Anhalten, Stehen und die Notbremse .....	194
Fallstricke .....	169	Spazierengehen .....	194
Bei allem Ernst –		Manipulation und Medical Training .....	195
Training soll Spaß machen! .....	169	Sichtreize und Geräusche .....	195
<b>Teil IV – Praxisübungen .....</b>	<b>172</b>	Anfassen und Manipulation .....	196
Entspannung geht durch den Magen –		Unbekannte Objekte und Menschen .....	197
Futter aus der Hand nehmen .....	174	Für Fortgeschrittene .....	198
Futterlob auf Signal – die Konditionierung .....	175	Verhalten unter Ablenkung .....	198
Annäherung und Rückzug –		Verladetraining .....	199
wenn nichts mehr geht .....	175	<b>Schlusswort .....</b>	<b>201</b>
Abwenden von einem Auslöser .....	176	Unsere Pferde .....	202
Umgang mit unangenehmen		Jasmin .....	202
Berührungen .....	178	Frederika .....	203
Sicherheit zuerst – die Grundlagen .....	179	Estella's Chance .....	203
»Höflichkeit« – Das Standardverhalten .....	179	Shawano .....	204
Kopfsenken – Entspannung auf Signal .....	180	Naidoo .....	205
Der Halftergriff .....	181	Da Vinci .....	206
		Noch ein letztes Wort zu den Bildern und ein großes Dankeschön .....	206