

## **Die Kraft der Tellington-Methode**

### **Pferde Kurs 3 Tage - 21.-23.7.2025 in der LFS 7540 Güssing**

#### **Resilienz und inneres Gleichgewicht durch die Arbeit mit Pferden**

Dieses Seminar ist sowohl frei buchbar,  
als auch anrechenbar für die Ausbildung zum Tellington TTouch® Practitioner für Pferde in Österreich.

In diesem neuen Thema tauchen wir mit der **Instruktorin der Tellington TTouch® Methode Bibi Degn**, tief in die Meta-Ebene der Tellington-Methode ein. Wir erforschen, wie durch die Arbeit mit Pferden unsere Resilienz gestärkt wird, **unsere Fähigkeit, Krisen und schwierige Situationen zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen.**

Pferde bieten uns einzigartige Möglichkeiten der Selbsterfahrung: Sie spiegeln unseren Gefühls-Cocktail wider, fordern uns heraus, authentisch und klar aufzutreten und von Herzen zu kommunizieren, wie Pferde das - anders als Menschen- immer tun.

#### **Wir wissen es schon lange — aber wir sprachen nie davon**

Entdecke, wie die Tellington-Methode nicht nur das Training des Pferdes, sondern auch die persönliche Entwicklung des Menschen bereichern kann! Gemeinsam werden wir so neue Unterrichtsansätze entwickeln, die die Verbindung zwischen Pferd und Mensch auf ein anderes Niveau hebt. Die Tellington-Methode hat seit jeher die Kraft, den Menschen zu stärken. Wir haben stets Pferde gestärkt, aber nie von uns gesprochen — das tun wir jetzt.

#### **Das Pferd ist im Zentrum der Aufmerksamkeit, der Mensch das Ziel.**

Lerne, aus deiner Mitte zu handeln, dich selbst wieder bewusst zu spüren und deinen "Corps", die Kraft aus deiner Mitte, zu nutzen **für Souveränität in der Arbeit mit dem Pferd, wie im Leben.**

**Worauf kann ich mich besinnen, wenn es um mich stürmt?**

**Man spricht von 7 Säulen der Resilienz:**

**\*\*Optimismus\*\* – Zuversicht in schwierigen Situationen.**

**\*\*Akzeptanz\*\* – Die Fähigkeit, unveränderbare Dinge anzunehmen.**

**\*\*Lösungsorientierung\*\* – Den Fokus auf Lösungen statt Probleme richten.**

**\*\*Selbstregulierung\*\*** – Emotionen und Impulse steuern können.

**\*\*Selbstwirksamkeit\*\*** – Vertrauen in die eigene Fähigkeit, Herausforderungen zu meistern.

**\*\*Verantwortungsübernahme\*\*** – Verantwortung für das eigene Handeln übernehmen.

**\*\*Zukunftsorientierung\*\*** – Perspektiven entwickeln und Ziele verfolgen.

Im Seminar werden wir verdeutlichen, dass diese 7 Säulen in der Tellington-Methode am Pferd immer präsent sind, wir werden forschen, wie wir diese Faktoren deutlich spür- und erfahrbar machen können und was es braucht für den Alltagstransfer.

### ***Die Werkzeuge der Tellington TTouch® Methode am Pferd***

#### **1. TTouch**

Der TTouch ist eine spezielle Berührungstechnik, die aus sanften, kreisförmigen Bewegungen auf der Haut des Pferdes besteht. Diese Berührungen fördern die Entspannung, bauen Stress ab und helfen, das Körperbewusstsein des Pferdes zu steigern. Sie können in verschiedenen Bereichen des Körpers angewendet werden, um Verspannungen zu lösen und die Konzentration sowie das Vertrauen des Pferdes zu fördern.

Über den TTouch stellen wir eine Herzensverbindung zu unseren Tieren her. Die Qualität der Verbindung „ist berührend“, entspannend, heilend, vertrauensbildend und verbindend.

***„Leg dein Herz in deine Hände und deine Hände auf dein Pferd“***

***(Linda Tellington-Jones)***

#### **2. Übung im Lern- und Bewegungsparcours**

In der Bodenarbeit arbeiten Mensch und Pferd vom Boden aus zusammen, ohne Reiten. Durch spezifische Führtechniken und Übungen lernt das Pferd, auf subtile Signale zu reagieren, was das gegenseitige Vertrauen stärkt. Diese Übungen verbessern die Balance, Koordination und das Körperbewusstsein des Pferdes und ermöglichen ihm, sich in stressigen Situationen ruhiger zu verhalten.

Aber auch der Mensch übt, sich bewusst, körperorientiert und klar zu verhalten, **mit Herz und Fokus zu führen**, statt Pferde zu beengen. Bodenarbeit beinhaltet auch Freiarbeit und die Schritte dahin, was die Bedeutsamkeit aller anderen Kommunikationsebenen (als das Arbeiten an Stricken und Zügeln) zum Vorschein bringt.

### 3. Körperbänder

Körperbänder sind elastische Bänder, die sanft um den Körper des Pferdes gelegt werden. Sie fördern ein besseres Körpergefühl, indem sie die Eigenwahrnehmung und das Gleichgewicht des Pferdes verbessern. Das Band stimuliert den Körper auf sanfte Weise und hilft dem Pferd, Spannungen abzubauen und sich besser auf seine Bewegungen zu konzentrieren.

Der Einsatz von Körperbändern für Menschen, das Experimentieren unter den Teilnehmenden, öffnet den Blick dafür, wie man **sich spüren kann im Handeln und in der Kommunikation**, bei sich zu bleiben, während man in Verbindung geht macht Verbindung zu solcher.

Für mehr **Info** oder deine **Anmeldung**, bitte kontaktiere mich!

**Kursorganisatorin:**

Manuela Paradeiser per Mail: [manuela@pferde-burgenland.at](mailto:manuela@pferde-burgenland.at)

Mobil: +43 (0) 664 73 60 49 23 Web: [www.pferde-burgenland.at](http://www.pferde-burgenland.at)