

Inhalt

Einleitung	5	Kapitel 3	50
<i>Magie ist möglich</i>		<i>Wie Pferde lernen</i>	
Körper, Gefühl und Verstand	6	Wiederholung	53
Teil eins: Die erstaunliche Psyche des Pferdes	7	Belohnung	57
Teil zwei: Die vielschichtige Psyche des Reiters	8	Verknüpfung	59
Teil drei: Die neun Lernprinzipien	8	Klarheit	63
Die Möglichkeiten sind endlos	9	Beharrliche Konsequenz	64
 TEIL EINS		 Kapitel 4	68
Die erstaunliche Psyche des Pferdes	10	<i>Eine konsequente Ausbildung</i>	
 Kapitel 1	12	Beschäftigen Sie Ihr Pferd im Kopf	73
<i>Die Psyche des Pferdes</i>		Die Komfortzone, die Herausforderungszone und die Panikzone	74
Pferde leben im Hier und Jetzt	14	 TEIL ZWEI	
Pferde erfahren das Leben positiv	17	Die mehrschichtige Psyche des Reiters	78
Pferde urteilen nicht	18	 Kapitel 5	80
 Kapitel 2	20	<i>Die linke Gehirnhälfte des Reiters: Wissensorganisation und Lernen</i>	
<i>Führung und Freiheit – Die Herdenbedürfnisse Ihres Pferdes erfüllen</i>		Wie Reiter lernen	83
Führung am Boden	25	Als Amateurreiter lernen	85
Führung unter dem Sattel	32	Wie steht es um das Ordnersystem Ihrer linken Gehirnhälfte?	88
Sie leiten das Gespräch	37		
Freiheit durch Gleichgewicht	37		
Sie stellen das Gleichgewicht her	38		
Drei Wege, um Ihr Pferd ins Gleichgewicht zu bringen	38		
Eine verantwortungsvolle Führungsperson sein	48		

Kapitel 6	92	TEIL DREI	
<i>Die rechte Gehirnhälfte des Reiters: Nichtdenken und dynamische Meditation</i>		Die Lernprinzipien	144
Die Zone finden	96	Kapitel 11	146
Positive Emotionen kanalisieren	99	<i>Nutzen Sie Ihr gesamtes Gehirn, um sich und Ihr Pferd bestmöglich zu fördern</i>	
Kapitel 7	102	1. Das Prinzip der Nachahmung und des sozialen Lernens	148
<i>Mit emotionalem Gift umgehen</i>		2. Das Prinzip des Bereitseins	154
Den bösen Wolf aushungern	105	3. Das Prinzip von Übung und Wiederholung ..	163
Mit negativen Emotionen umgehen	107	4. Das Belohnungsprinzip	171
Kapitel 8	110	5. Das Prinzip des Primäreffekts	174
<i>Positive Verhaltensweisen und die „Zone“</i>		6. Das Prinzip des Rezenzeffekts.....	178
Richtig zuhören	113	7. Das Prinzip der Intensität	180
Den guten Wolf füttern	114	8. Das Prinzip der Verantwortbarkeit	186
Reiten und psychische Gesundheit	120	9. Das Prinzip der Organisation	192
Kapitel 9	122	Schlusswort	198
<i>Wahrnehmung, Konzentration und Absicht</i>		<i>Magie ist wahrscheinlich</i>	
Integrieren Sie Ihre Absichten in Ihre Konzen- tration	124	Service	200
Kapitel 10	132	Zum Weiterlesen	200
<i>In der Zone „spielen“</i>		Register	202
Muskelgedächtnis	134	Impressum	207
Mentale Übung	135		
Nachahmung und Vorstellungskraft	136		
Absicht	138		
Erwartung	140		
Erwartung, Selbstsicherheit und Ego	143		