

# SOMMAIRE

INTRODUCTION	7	Les quatre étapes de la compétence	43
		Faites preuve de persistance passive	44
		Une équitation ludique	45
		Feeling, timing et équilibre	46
		Votre meilleur partenaire	48
<b>1. COMPRÉHENSION</b>	9		
<b>1. L'apport des chuchoteurs</b>	9		
Pourquoi l'équitation éthologique ?	11		
<b>2. Un mammifère social</b>	11		
Dominant, leader, dominé...	12		
Leadership ?	14		
Un être référent	14		
Chevaux respectueux et irrespectueux	15		
<b>3. Une vie de cheval</b>	16		
La notion de confort et d'inconfort	17		
<b>4. Chacun son monde</b>	18		
La notion d'Umwelt	19		
Un être terriblement sensible	19		
<b>5. Le langage corporel</b>	22		
Apprendre à lire le cheval	23		
Un véritable dialogue	23		
Savoir gérer son énergie	24		
Être des partenaires	25		
<b>6. Enseigner au cheval</b>	25		
Les renforcements positifs	26		
Les renforcements négatifs	28		
Les 4 phases	28		
Positif ou négatif ?	29		
Les aides ou les gênes	30		
De la répétition	31		
Puis vient le signe	32		
Punir ?	33		
Réponse positive et ingrédients	35		
Le cheval peut-il comprendre ?	35		
Apprendre à apprendre	36		
<b>7. Tempérament et individualité</b>	39		
Horsenality™	40		
La latéralité	41		
<b>8. Une psychologie humaine</b>	42		
Connais-toi, toi-même...	42		
Vous êtes trop critique	43		
		<b>2. TRAVAIL AU SOL,</b>	
		<b>RELATION ET CONNEXION</b>	49
		<b>1. « Horsemanship » : un peu de technique venue des USA</b>	49
		Diviser le cheval en six parties	51
		Et pour le cheval ?	51
		<b>2. Les 7 jeux de Pat Parelli versus Élisabeth de Corbigny et le travail en main classique</b>	52
		1 <sup>er</sup> jeu : le jeu de la gentillesse ou de l'amitié	53
		Habituation et inondation	56
		2 <sup>e</sup> jeu : le porc-épic	57
		3 <sup>e</sup> jeu : le jeu de la conduite ou de la suggestion	64
		4 <sup>e</sup> jeu : le yo-yo	67
		5 <sup>e</sup> jeu : le jeu du cercle	69
		6 <sup>e</sup> jeu : le déplacement latéral	73
		7 <sup>e</sup> jeu : le passage étroit	75
		<b>3. Gagner les jeux</b>	78
		Avancer et s'arrêter	78
		Pas de limite !	79
		<b>4. Le Join-Up® en question</b>	80
		Toujours barbares !	81
		Les observables	81
		<b>3. LES FONDATIONS À CHEVAL</b>	85
		Le plus important	85
		Une équitation de contrats	86
		Réaction ou réponse positive	86
		<b>1. Travailler la motivation</b>	87
		Confort et sécurité	87
		La psychologie inverse	88
		Passage des coins facile	89
		Visualisez les choses	89
		Une équitation de challenge	90

<b>2. Pourquoi monter avec une seule rêne ?</b>	90	<b>2. La tête : toujours une question d'attitude</b>	131
Pourquoi pas deux rênes ?	90	Les positions 1, 2 et 3	131
Faut-il monter en licol ou en filet ?	91	Pas de bouche morte	132
Monter avec la cordelette ou le stick	91	Avant d'aller plus loin	132
<b>3. La notion de boîte</b>	93	<b>3. Avancer dans le latéral</b>	133
<b>4. Pour une autre impulsion</b>	93	Queue de poisson ou horloge ?	133
<b>5. Les 4 effets de rênes éthologiques</b>	94	Encore et toujours enseigner	134
La rêne directe	94	Jambe d'eau – jambe d'air	134
La rêne indirecte	96	L'épaule en dedans	136
La rêne de support	96	Le travers ou tête au mur	139
La rêne d'arrêt d'urgence	97	Renvers ou croupe au mur	142
Tourner au doigt et à l'œil !	98	Les demi-pirouettes au pas	144
<b>6. Les trois positions de jambes</b>	99	L'appuyer	146
<b>7. L'importance des flexions</b>	100	Les « zigzags »	149
<b>8. L'équitation : une série de lignes droites et de cercles</b>	102	Combiner-imaginer	151
Marcher droit	103	La rêne de John Lyons	152
Cercle et demi-cercle	104	<b>4. Aller plus loin dans le droit</b>	153
L'arrêt et l'immobilité	106	Améliorer les transitions	154
Premier reculer	108	Le trot moyen et allongé	157
Les déplacements latéraux	110	Galop moyen et allongé	159
Les transitions	115	Ralentir et équilibrer le galop	160
Partir au galop	117	Le contre galop	162
Sauter de petits obstacles	119	Les transitions « pas-galop »	165
Début de mise en main	120	Les transitions « galop-pas »	167
Que faire avec un jeune cheval ?	123	Les transitions « galop-arrêt »	170
<b>4. ÉQUITATION ET DRESSAGE</b>	125	Pas espagnol	172
Deux grammes ou la légèreté	126	<b>5. Aller encore plus loin</b>	174
Toujours tête – hanche – épaule	127	Rassembler	174
Retour à l'effet d'ensemble	127	Les changements de pied	174
Et toujours les 4 phases !	128	La pirouette au galop	180
<b>1. Où mettre le poids du corps pour aider le cheval ?</b>	129	Les changements de pied rapprochés	184
		Les changements de pied aux temps	186
		Le piaffer	187
		Le passage	193
		<b>6. Tout faire avec la cordelette</b>	197
		<b>CHEZ LE MÊME ÉDITEUR</b>	198