



Cześć!

Mam kilka pytań- próśb, czyli szukam pomocy. Od kursów nie miałem za bardzo czasu na pracę z końmi, a jak był czas to znowu nie było warunków (upał 30+ stopni i miliard owadów). Wiem, powtarzam się, ale tak mi się życie układało w tym roku, że konie zeszyły na dalszy plan. Jednak mimo tego to w codziennej obsłudze stajni zmieniłem swoje zachowania- a konie nastawienie więc relacje są na plus :) Teraz będę miał jakieś dwa miesiące czasu dla moich koni i w związku z tym moja prośba o kilka podpowiedzi.

Mianowicie pierwsza, **NAJWAŻNIEJSZA** rzecz- dziesięć złotych minut- nie pamiętam wszystkiego dokładnie co i jak należy robić, mam wrażenie że robię to nie do końca wszystko tak jak powinno być. Czy jest możliwość żebyś mi to opisała krok po kroku? Albo czy jest gdzieś jakiś filmik z poprawnego i pełnego wykonania tej mega ważnej i jakże często pomijanej czynności?

Dodatkowo chyba mam utrudnienie- mam stajnię wolno wybiegową i nie zawsze konia zabieram ze stajni czyli z boksu, czyli często z pastwiska gdzie koń może podczas 10złotych minut po prostu ode mnie odejść i nie wiem wtedy co robić.

Pozdrawiam
Darek -Tychy

Cześć Darek :)

Miło słyszeć, że mimo braku czasu, pomogliśmy ci w codziennym obcowaniu z końmi. To już połowa sukcesu, ponieważ uważamy, że każdy kto przebywa w stajni (chcąc lub nie) trenuje te zwierzęta. Sposób wyprowadzania koni na pastwisko, atmosfera podczas karmienia, czy zabiegi pielęgnacyjne są dla koni bardzo istotne, dlatego też rekomendujemy [warsztaty dla właścicieli i pracowników stajni](#), aby ułatwić funkcjonowanie ośrodków.



Ja również uważam, że **10GM - Dziesięć Złotych**

Minut – jest jednym z kluczowych elementów każdego treningu. Zajmuje to dosłownie chwilę, max 10 minut, a pomaga nam ustanowić relacje z koniem zanim zaczniemy trening na maneżu. Wiele osób pyta o "instrukcję obsługi konia" i "10 złotych minut krok po kroku". Niestety, niemożliwe jest opisanie tego mechanizmu w taki sposób, jaki oczekujesz. Nie wiem, jakie posiadasz aktualnie relacje ze swoimi końmi, nie znam ich koniobowości, nie jestem w stanie także przewidzieć ich aktualnego nastroju czy samopoczucia. Nie istnieje żadna jedna skuteczna instrukcja obsługi relacji tak z koniem jak i z drugim człowiekiem.

Mogę jednak nakreślić ogólne założenia, jakimi kierujemy się podczas 10GM.



Po pierwsze - bezpieczeństwo.

Wchodząc do boksu musimy pamiętać, że koń znajduje się w ograniczonej przestrzeni. Pamiętaj, że nie jest to dla nich naturalne bo to zwierzęta wolnych przestrzeni i jak czytam czasem teorie, że boks to dla konia sanktuarium albo sypialnia to wiem jak daleko trzeba omijać osoby z takimi teoriami, bo na co dzień, trenując rocznie kilkaset koni z zespołem JNBT doświadczamy tego jakie maniery mają konie, którym właściciel potwierdza, że boks to jego sanktuarium. Dobitniej określają to stajenni, którzy muszą obsługiwać konie tak traktowane i na Śląsku w gwarze brzmi to "baaaardzo konkretnie". I mają rację. Takie podejście nie ma nic wspólnego ani z naturalem ani mądrym treningiem tych zwierząt, budując ich negatywne nastawienie, a często agresję do

każdego, kto zbliży się do boksu. Błędem wtedy jest agresywne zachowanie człowieka, a rozwiązaniem - właśnie 10GM.

Konie współcześnie trzymane w stajniach nadal mają zachowania konia sprzed tysięcy lat i obserwacja każdego stada w naturze podpowie ci, że posiadają one przestrzeń wokół siebie, którą chronią. Dlaczego, to słyszałeś na wykładach. To jak bańka mydlana. Ostrzegają inne osobniki przed zbliżaniem się do ich strefy i zgadzają się na jej przekroczenie tylko przez tych, których akceptują. Albo ze względu na hierarchię albo ze względu na relacje.

Trudno mi nie pamiętać jak agresywny był twój kasztan na L1! To on kontrolował przestrzeń wokół siebie. Skulone uszy, wspinki, sięganie przodem i kopniaki. Zatem tak w boksie jak i na padoku grą ciała, rąk przy sobie, zamkniętych palców, wzroku, energii, spokoju, wycofywania, kątem stania nawiązujemy komunikację i oczekujemy na akceptację konia wpuszczenia nas w swoją przestrzeń. Kiedy to następuje? Kiedy koń sam podejmuje taką decyzję, „oznajmia” ją w swoim języku lizaniem, opuszczaniem łba, zdjęciem wzroku, uszami do nas a nie tylko jednym kiedy drugie szuka ucieczki, zmianą kąta stania i robi pierwszy krok w naszą stronę, zbliżając łeb, ale nie dotykając nas pyskiem. To gra o zaufanie. Tak długo jak koń sam nie podejmie takiej decyzji staramy się upewnić każde jego zapytanie. Pamiętasz jak Andrzej opowiada o koniach pełnych strachu, jak siedział godzinę w kącie boksu czekając tylko na podejście i sapnięcie konia, który uporał się z obecnością człowieka w jego strefie? Pracuje dla nas mechanizm dynamiki stada i nie warto się spieszyć. Potwierdza nam to każdy koń z którym pracujemy.

Ważne jest też, aby obserwować, w której strefie psychofizycznej znajduje się zwierzę (pamiętasz koła stref z wykładów L1?). Jeśli oceniamy ją na strefę "ucieczki" - która w boksie jest niemożliwa, możemy spodziewać się agresji ze strony konia. Dlatego 10GM przeprowadzamy na bardzo niskiej energii i dobrze mieć ze sobą stick, linę i kantar. Pamiętaj, że nie zmuszamy konia do niczego w tej koncepcji wypracowując każdy szczegół jako akceptację i chęć konia do bycia przy nas i odgadywania naszych próśb. Nie zakładamy kantarka wspinając się na palce i nigdzie nie naciskamy łba do jego opuszczenia ale palcami dotykając w fazach potylicy oczekujemy aby koń odgadł prośbę o ustąpienie i podanie nam



łba do założenia kantara. Pamiętaj, że program JNBT to krok po kroku budowanie relacji z końmi oparte o zachowania stadne ale też z wplecionymi elementami szkolenia jeździeckiego. Zatem ustąpienie w potylicy od muśnięcia opuszką palca a potem tylko od uniesienia ręki to zarówno gaszenie odruchu przeciwstawiania tu związanego z odsadzaniem ale też kontrola pozycji łba już w siodle związana z naszą pozycją rąk. Na L4 wszyscy zakładamy kantarki i ogłowia klęcząc i konie same podstawiają na dół pyski. Zatem myśl o celu a nie o technice.



Po drugie - zwróć uwagę na pierwszą reakcję konia, kiedy zbliżasz się do boksu.

Być może będzie próbował popchnąć cię nosem na przywitanie. Zobacz jak to jest w naturze kto kogo może dotykać pierwszy i jaka jest reakcja konia niżej w hierarchii a jaka tego wyżej. Jeśli ewidentnie zaznaczy, że nie życzy sobie człowieka w jego boksie, co często zdarza się w przypadku, kiedy ludzie uważają boks za "końskie sanktuarium" to zanim zaproponuję zaufanie sięgamy po kontrolę przestrzeni związaną z szacunkiem. I to nic nowego bo od tysięcy lat ludzie obsługujący konie proszą je o ustąpienie co ma wpływ na relacje i szacunek do drugiego osobnika.

A więc generalnie, chcemy nawiązać z koniem dialog, który prowadzi do zaakceptowania nas jako przywódcy w stadzie. I tutaj liczy się kreatywność! Żonglując w ramach zaufania i szacunku, które prowadzą do zaakceptowania naszej dominacji, testuj, na co dziś koń odpowie pozytywnie. Może trzeba popracować nad zaufaniem, akceptacją dotyku stref wrażliwych, może koń boi się do nas podejść?

Lub może koń nas ignoruje i okazuje brak szacunku, stoi pod kątem większym niż 90 stopni i wyjada siano spod naszych stóp? A może nastawia się zadem?



Mówimy, że 10GM jest "wersją demo" pracy z ziemi na poziomie Level 1 czyli Zaufanie. Wersją demo, ponieważ stosujemy niektóre techniki na dużo niższym poziomie energii z niższymi wymaganiami, kładąc nacisk na zaufanie jako fundament.



Pamiętaj, że nie istnieje dialog bez odpowiedzi rozmówcy. Jeżeli koń jest zamknięty, nie liże, to znaczy, że musimy zmienić coś w naszym podejściu lub przestać zanudzać! Może wpadliśmy w schemat, którego koń nauczył się już na pamięć? Nie ma to nic wspólnego z żywą konwersacją.

To samo, jeżeli twoje konie stoją na pastwisku. Popracuj nad tym, aby koń podchodził do ciebie lub bez problemu dawał do siebie podejść, załóż kantar treningowy i linkę i buduj początki relacji analogicznie jak w boksie.

Tak więc eksperymentuj i sprawdzaj, na co twoje konie odpowiedzą pozytywnie. Uśmiecham się słuchając dyskusji na temat 10GM i czy ją stosować. I wszystkie konie potwierdziły mi jedno, że **"Nie musisz robić 10GM z koniem ale pamiętaj, że na pewno koń zrobi je z tobą!"** © A Najman

Powodzenia!

Ola Najman, Trener** JNBT

