

# Glückshormone aktivieren

RICHTIG LOBEN

In einer engen Mensch-Pferd-Beziehung zeigt das Pferd mehr Leistungsbereitschaft



Wie lobe ich mein Pferd richtig? Um diese Frage geht es in Teil 3 unserer HamniLogie®-Serie. Denn korrektes Loben ist wichtig: Es baut eine **enge Bindung** zwischen Mensch und Tier auf, setzt Glückshormone frei und wirkt in **bedrohlichen Situationen** beruhigend. Wie Sie ein Lob richtig einsetzen, zeigt Ausbilderin Anne Krüger-Degener  
Text: Inga Dora Schwarzer



Er sprang die Galoppwechsel sauber durch. Sie freute sich, denn es war das Resultat des Trainings der letzten Wochen. Um ihrer Begeisterung Ausdruck zu verleihen, nahm sie die Zügel in die rechte Hand und klopfte, nein, klatschte und haute geräuschvoll mit der linken auf seinen Hals. Patsch, patsch, patsch! Das Klatschen der Gerte auf dem Hinterteil des Pferdes zuvor hörte sich genauso an. Sein Gesichtsausdruck veränderte sich bei diesem „Lob“ auch nicht: Spannung, kein Lidschlag, ein strammes Ohr und der Schweif wollte auch nicht aufhören herumzuwedeln.“ So beschreibt Anne Krüger-Degener beispielhaft ein „Lob“ in ihrem Buch „Wenn Pferde Komplimente machen“ (Kosmos Verlag), das vollkommen wirkungslos blieb, weil es keinerlei Bedeutung für den Vierbeiner hatte.

Lob im Sinne einer positiven Verstärkung und als echte Würdigung der Leistung des Pferdes könne nicht mit einem mechanischen Klatschen auf den Hals abgetan werden, meint die erfahrene Ausbilderin.

### Reaktion des Pferdes

„Viele Reiter loben zwar, aber das Loben als solches wird nicht hinterfragt. Bei manchen Menschen wirkt es auch wie eine Show, als würde man sich mit besonders lautem Klatschen eine gute Presse einholen“, sagt die Tiertrainerin aus Melle bei Hannover. So wird das Lob zur Einbahnstraße, weil der Reiter nicht auf die Reaktion seines Pferdes achtet. Ob seine Wertschätzung wirklich angekommen ist, kann er nur mutmaßen, wissen tut er es nicht. Es geht aber auch anders: Wer sein Pferd aufmerksam beobachtet, erhält auch eine Ant-

wort auf sein Lob. „Dann ist es ein Leichtes, die tiefere Atemfrequenz, das wackelnde Ohr, den regelmäßigen Lidschlag und die Maulaktivität zu erfassen“, zählt die Ausbilderin auf. Das Pferd bewegt die Oberlippe wie ein Rüssel, lässt den Hals fallen, hebt die Schweifrübe an, schnaubt ab und ist dem Menschen sehr zugewandt. Welche Anzeichen von Wohlbefinden Ihr Pferd genau zeigt, ist abhängig von der Art des Lobs (siehe den Kasten auf Seite 49), der Dauer und der Intensität.

Die Dauer ergibt sich aus der Zeit, die es braucht, bis das Pferd auf Ihr Lob reagiert bzw. bis es die erwünschten Signale sendet. „Die Intensität sollte von der Reaktion abhängen, die Sie erzielen möchten. Wenn die Situation es ergibt oder vielleicht auch erfordert, dass im Pferd mehr Entspannung freigesetzt werden soll, dann sollte für das Lob auch ein Zeitfenster zur Verfügung stehen, das diese Intensität ermöglicht“, erklärt die Expertin.

Aus einem Lob kann der Reiter auch ein schönes Lobritual entwickeln. Das heißt, das Pferd kann sich darauf verlassen, dass es in bestimmten Situationen diese oder jene Form von sozialer Fellpflege von ihm bekommt. „So etabliere ich beim Fertigmachen der Pferde, beim Führen, bei der Handarbeit und beim Aufsteigen viele kleine Lobrituale, die für die Pferde ein verbindliches Wohl darstellen“, erläutert Anne Krüger-Degener.

Der Zeitpunkt des Lobens muss vom Reiter gut gewählt werden, damit er nicht aus Versehen ein Fehlverhalten erzeugt. „Loben Sie genau dann, wenn etwas Gutes markiert werden soll, und nicht, wenn ein Fehler ausbleibt“, gibt die Tiertrainerin zu bedenken. Ein Hinweis auf den falschen Zeitpunkt wäre z.B. der Satz: Das hast du gut gemacht! „Die Vergangenheitsform kann es nicht schaffen, die Gegenwart zu treffen, und das Tier versteht das Lob als positiven Verstärker nicht in rückblickender Wirkung. Sagen wir „Gut so!“ oder „Jawohl!“ in der Gegenwart, dann schaffen wir es, innerhalb der Lektion zu loben, also lektionsbegleitend und nicht lektionsbeendend“, so die Ausbilderin. Loben Sie erst am Ende einer Lektion, wird das Pferd sie beenden, obwohl Sie ihm doch sagen wollen, dass es etwas gerade gut macht. So wird das Lob zum Pausensignal. Erkennen Sie seine Leistung aber mit leisen Lobworten während der Übung an und führen die Übung danach noch etwas weiter, wird es zum positiven Verstärker.

### Das Timing ist entscheidend

Ein fehlerhaftes Timing kann ebenso zu Missverständnissen führen. Ein Beispiel: Das Pferd will an der Decke, die auf der Bande hängt, nicht vorbeigehen. Es bleibt stehen und guckt. Diejenigen, die nun den



Loben bis das Lob wirkt. Das ist das Kernstück jedweder Schulung

## PASSIVES, AKTIVES & AKTIVIERENDES LOB

**Das passive Lob:** Hier gilt: Reden ist Silber, Schweigen ist Gold. „Beim passiven Lob lasse ich das Tier einfach ungestört seinen Konzentrationsbogen verfolgen und begleite es voller Harmonie und Entspannung, während eine erwünschte Handlung passiert“, sagt Anne Krüger-Degener. Es gibt Situationen, in denen würde ein aufwändiges anderes Lobwort oder eine Berührung die Konzentration oder auch das Gleichgewicht des Pferdes stören. „Manchmal ist der zu lobende Moment auch so kurz und klein, dass man ihn vom Timing her nicht gut treffen kann. So zum Beispiel beim Senken des Kopfes, dem ersten Kompliment, beim Überwinden eines kleinen Sprunges oder auch in der Stangenarbeit. Da kann es Sinn machen, einfach mit wohlwollender Energie und großer Harmonie das Pferd gewähren zu lassen und Lobpausen einzuführen. „Denn ein Lob, so gut es auch vom Reiter gemeint ist, kann durchaus störend wirken, wenn es falsch eingesetzt wird. Dabei soll es doch fördern, bestätigen und verstärken.“

**Das aktive Lob:** Das aktive Lob enthält Berührungen und akustische Lobsignale (Lobwörter wie „Jawohl“, „Gut so“ oder auch ein Signal als Lobwort gesprochen). Die Berührungen sind so angemessen, dass das Tier dadurch in seinem Auftrag nicht unterbrochen wird. „Das aktive Lob soll erreichen,

dass sich die Atmung des Pferdes beruhigt, es abschnaubt, schmatzt, deutlichen Lidschlag hat und seine Oberfläche entspannt. Mit Kraulen des Halses und Ausstreichen der Gesichtsmuskulatur oder Massieren der Schweifrübe kann man sehr gut aktiv loben. Angewendet wird es vom Sattel aus an Stellen, die man als Reiter gut erreichen kann, oder vom Boden aus, mit viel Ruhe und Zeit“, erläutert die Tiertrainerin.

**Das aktivierende Lob:** Das aktivierende Lob gleicht eher einem Spiel. „Das kann ein „Zügel auf den Hals legen sein“, ein freies Abgaloppieren, ein Auskraulen der Schweifrübe oder der Lieblings-Knubbelstellen am Hals, bis das Pferd den Hals und die Nase langzieht, oder auch ein gemeinsames Loslaufen und Spielen, bei dem jede Menge positive Energie freigesetzt wird“, so die Expertin.



Genießergesicht: Pferde zeigen mit ihrem Verhalten, dass ihnen etwas gefällt



Ausgiebiges Putzen steigert das Wohlbefinden des Pferdes



Gegenseitige Fellpflege beruhigt und lässt die Herzfrequenz sinken



Beginnende Dehnungsbereitschaft lässt sich mit einem Kraulen belohnen

## WIE LOBE ICH WÄHREND DES REITENS?

Anne Krüger-Degener gibt ein paar Beispiele für richtiges Loben während des Reittrainings. Generell gilt: Ein Pferd lässt sich immer gut mit dem loben, was es selber am liebsten tut.

- Loben Sie beim Abtragen die Dehnungsbereitschaft, dann ist es gut, mit einer Hand während des Überstreichens den Mähnenkamm etwas zu kraulen und auch gerne aktiv akustisch zu loben.
- Jedes Mal, wenn das Pferd abschnaubt und loslässt, können Sie zeitgleich ein akustisches Lobwort sagen. Bald schon wird das Pferd abschnauben und loslassen, wenn es das Lobwort hört. Wer möchte, der kann auch einfach am Mähnenkamm einen Kraulpunkt etablieren, an den man mit einem Finger gut herankommt, um ihn zu berühren. Auch das kann ein feines lektionsförderndes Lobsignal sein.
- Loben Sie beim Reiten die Durchlässigkeit, dann wäre ein passives Lob oder aber ein leise gesprochenes Lobwort angemessen, um die Lektion zu begleiten.
- Möchten Sie eine gute Lastaufnahme, den erfolgreich gesprungenen Außen galopp oder ein gutes Rückwärtsrichten loben, dann setzen Sie doch danach einfach mal spielerisch die Energie frei, lassen die Zügel lang und kraulen fröhlich die Kruppe und den Hals.

### UNSERE EXPERTIN

**ANNE KRÜGER-DEGENER** bewirtschaftet mit ihrem Mann Jan Degener den Degenerhof in Melle. Seit 1999 leitet sie dort erfolgreich die Tierschule und Schäferei und hat sich auf die Ausbildung von Hunden und Pferden spezialisiert.  
[www.anne-krueger-degener.com](http://www.anne-krueger-degener.com)



Hals tätscheln und sagen: „Es ist schon gut“, erklären ihrem Pferd genau in diesem Moment, dass es gut sei, stehen zu bleiben und zu gucken. Aber gut wäre es doch, wenn das Pferd daran vorbeigegangen wäre?! „Der Mensch möchte das Tier beruhigen und merkt nicht, dass er auf sein Pferd lobend einwirkt. Für das Pferd ist die Reaktion seines Menschen nicht eindeutig zu identifizieren. Möglicherweise glaubt es, dass sein Mensch diese Glotzerei wirklich prima findet“, gibt die Expertin zu bedenken.

Stattdessen sollte man das Pferd in diesem Moment lieber stören und alles daran setzen, dass es an den Hilfen bleibt und weitergeht. „Wenn es dies brav tut, loben Sie am besten mit beiden Händen an den Zügeln und rein akustisch, für den Fall, dass der vierbeinige Partner doch noch einmal aus der Spur springen möchte. Danach können Sie gern noch einige Male an der Decke vorbeireiten, bis das Thema geklärt ist. Ist trotz des Reizes die (An-)Spannung weg, dann kann der Reiter auch während des Vorbeireitens seine Wertschätzung zum Ausdruck bringen“, empfiehlt Anne Krüger-Degener.

So kann ein Lob ein aufgeregtes Pferd und damit das Bedrohungssystem des Tieres (in diesem Fall die Angst vor der Decke) beruhigen. „In dem Moment, in dem die geistige oder körperliche Belastung des Individuums größer wird, wird auch das Bedrohungssystem mehr gefordert. Spätestens in diesem Moment muss das Bindungssystem ebenso groß sein, um den Organismus in einem Gleichgewicht zu halten“, so die Expertin. Und das Bindungssystem lässt sich vor allem durch richtig gutes Loben aufbauen. „Es löst so viele Stoffwechselfvorgänge im tierischen wie menschlichen Organismus aus und bedient sich dabei unglaublich vieler neurobiologischer Vorgänge“, weiß die Ausbilderin.

Das Bindungssystem des Pferdes hat seine biologische Grundlage vor allem im limbischen System des Gehirns und wird durch Hormone reguliert. Hierzu gehören das Oxytocin (das auch als Bindungs- oder Entspannungshormon bezeichnet wird) und die Endorphine, umgangssprachlich als „Glückshormone“ bekannt. Beide werden von den Tieren selbst produziert. Wird nun das Bindungssystem des Pferdes zum Beispiel durch Bürsten, Fellpflege oder Kraulen aktiviert, kommt es zur Ausschüttung dieser Hormone. „Es löst eine hormonelle Veränderung aus, die zur Entspannung führt“, erläutert Anne Krüger-Degener.

### Mehr Leistungsbereitschaft

Mit einem guten Lob kann der Reiter seinem Pferd also zu mehr Gelassenheit verhelfen. So schafft er ganz nebenbei auch eine gute Lernatmosphäre, die Voraussetzung für erforschendes, ausprobierendes Verhalten und Verhaltensänderungen ist. Durch die

Komfortzonen, die er ermöglicht, verstärkt sich auch die Bindung des Pferdes zum Menschen, so dass es mit einer größeren Leistungsbereitschaft reagiert.

Der Aufbau eines Bindungssystems hat aber nichts mit einem Kuschelkurs mit dem Pferd zu tun, stellt die Ausbilderin klar. „Es geht vielmehr um einen klugen Überblick über den gesamten Organismus des Partners Pferd, der deutlich leistungsbereiter und partnerschaftlicher mit dem Menschen zusammenarbeitet, wenn der Mensch lernt, die Signale des vierbeinigen Gegenübers zu beobachten und wertfrei anzunehmen. Es macht unfassbar viel Spaß, wenn der große Kumpel gerne zur Arbeit kommt und man das Einverständnis des Pferdes für sein Vorhaben hat“, so die Ausbilderin abschließend. 🐾

### DIE SERIE IM ÜBERBLICK

**Teil 1:** Grundlagenwissen  
Ausgabe 10/19

**Teil 2:** Funktionskreise  
Ausgabe 11/19

**Teil 3:** Bindung aufbauen  
Ausgabe 12/19

**Teil 4:** Vorbereitende Übungen  
Ausgabe 1/20

**Teil 5:** Training am Boden  
Ausgabe 2/20

**Teil 6:** Training im Sattel  
Ausgabe 3/20

Haben Sie ein Heft verpasst? Bestellen Sie die Ihnen fehlende Ausgabe auf [www.mein-pferd.de](http://www.mein-pferd.de)

## WENN DIE ANERKENNUNG FEHLT

Je häufiger der Reiter sein Pferd korrekt lobt, um so stabiler wird der Zugang zu den Entspannungs- und Glückshormonen, die der Vierbeiner dabei ausschüttet. Mit zunehmender Sicherheit des Bindungssystems beschleunigt sich auch die Reaktion auf das Lob. Doch das ist nicht immer so: Einige Pferde haben Schwierigkeiten damit, ein Reiterlob anzuerkennen und ihr Bindungssystem zu aktivieren.

„Das sind vor allem Pferde mit einem zu großen Bedrohungssystem und Pferde mit einem verletzten Bindungssystem. Sie sind nicht im Handumdrehen positiv zu aktivieren. Hier benötigt das Bindungstraining mehr Zeit und Raum im Training. Pferde, die über Angst ausgebildet wurden, brauchen zum Teil viele Wochen und Monate, bis mit dem Erscheinen des Menschen nicht mehr Adrenalin (Erregungshormon), sondern Oxytocin (Entspannungshormon) durch die Adern fließt. Der Dialog mit diesen Pferden, egal, ob am Boden oder unter dem Sattel, nimmt mit Beginn der Veränderung eine andere Qualität an“, sagt die Anne Krüger-Degener.

### Bindung aufbauen

Sie berichtet aktuell von einem wunderschönen PRE, den sie im Beritt hat. „Dieses Pferd drückte sich bei Betreten der Box in die letzte Ecke, trippelte beim Fertigmachen hin und her, hielt die Luft beim Satteln an und ging beim Gurten in die Knie. Er biss hektisch auf dem Gebiss



Das Pferd sollte mit dem Menschen Entspannung, nicht Erregung verbinden

herum und schlug beim Reiten fortwährend mit dem Schweif. Wir haben uns für jedes Detail Zeit gelassen und immer erst das Einverständnis des Pferdes geholt, bis wir die nächste Frage gestellt haben. Er hat gelernt, dass wir so lange kraulen, bis er losgelassen hat. Heute kommt er zur Boxentür, wenn wir ihn holen wollen, steht entspannt beim Satteln und arbeitet beim Reiten zuverlässig mit. Er will alles richtig machen und hört extrem gut zu. Das hat gut ein Jahr gedauert. Eine lange Zeit, während man es tut, eine kurze Zeit auf die Gesamtheit des Lebens eines solchen Pferdes betrachtet. Pferde, die über das Bedrohungssystem aufgebaut worden sind, neigen zu Reaktionen, wie unser PRE sie gezeigt hat.“ Ihr Rat: „Besser, man baut Pferde nicht über das Bedrohungssystem, sondern über das Bindungssystem auf. Diesen Umweg sollte man sich und den Tieren ersparen.“



Das Säugen eines Fohlens löst Bindungshormone aus, genau wie das Kraulen und Loben des Menschen

Fotos: slawik.com (1), G. Wicher (6), imago images/imagebroker (1), Photocase (1), Privat (1)