



LE COUCHER DE MON CHEVAL

DENYSE ROUSSELET





lynelaforme.coach/blog/

- Document basé sur l'article '*Le coucher: une étape clé de confiance et de connexion*' de la série PARTENARIAT.

L'article est plus étoffé, le format PowerPoint se prête moins aux détails.



PARCOURS PARTICULIER

- J'ai eu l'immense privilège de voyager beaucoup et de rencontrer des horsemen/women exceptionnels.
- Les premiers couchers d'Indy ont été réalisés par INTENTION puis par MIMÉTISME.



PARCOURS PARTICULIER

- Un parcours fort différent mais où la pression est à son minimum.
- Beaucoup de ‘'bon vouloir'’, de connexion et d'intention.



4 prérequis au coucher: **non négociables**

- ➡ 1 - La **relaxation** est super importante.
Mon cheval doit être détendu donc sur l'endorphine afin de pouvoir se concentrer sur notre demande.

4 prérequis au coucher: **non négociables**

➤ 1 - La **relaxation**.

- S'il pense à sa survie et à la fuite il ne pourra pas répondre à notre demande de se coucher.

4 prérequis au coucher: **non négociables**

- ➡ 2- Le cheval ne doit pas subir de pression mentale d'obéir car ce n'est pas du PARTENARIAT.
- ➡ Je recherche le **“BON VOULOIR”**.



« Gardez toujours en
tête que
vous ne devriez pas avoir
le désir
de vous faire obéir
mais de donner au cheval
l'envie de collaborer »

Passionnément cheval!
Lyne Laforme



4 prérequis au coucher: **non négociables**

- ➡ 3- Le cheval doit être dans son 'sweet spot' car on ne peut certes pas demander à mon cheval proie de se coucher s'il ne se sent pas en sécurité car un cheval couché est très vulnérable.
- ➡ Dans le troupeau il y a toujours au moins un cheval sentinelle.

CHEVAL SENTINELLE

- Indy couchée en décubitus latéral, Aramis et Poney en décubitus sternal et Sheherazade dont on voit l'ombre est la sentinelle.

➤ Denyse Rousselet



CHEVAL SENTINELLE

- Thor et Freya, chevaux sauvages que nous avons apprivoisés. Nouvellement introduits au paddock avec Indy; ils l'ont protégé dès le début et Indy se sentait en sécurité de se coucher en leur présence.



4 prérequis au coucher: **non négociables**

- ➡ 4- Nous devons respecter le **concept confort/effort et inconfort/pas d'effort.**
- ➡ D'autant plus important que lorsque le cheval est couché il risque de se sentir très vulnérable.



Articles sur **lynelaforme.coach/blog**

Série: Bâtir la confiance

- ➡ Le concept du "Sweet spot" ou zone de confort.
- ➡ Le concept du confort-effort-inconfort, le connaissez-vous?
- ➡ Votre cheval est-il détendu?



Articles sur **lynelaforme.coach/blog**

➡ LE BON VOULOIR: un cheval qui dit “oui”

Série: Partenariat

- Soyons ambassadeurs du “OUI”

Série: Responsabiliser



L'importance de la CONNEXION

- Le cheval doit être attentif et bien connecté à son leader.
- Son esprit doit être avec son humain et non l'environnement.
- Pour cela il ne doit pas être inquiet.



AVEC QUI EST-IL CONNECTÉ ?
VOUS OU L'ENVIRONNEMENT ?



Puis on pense au SYNCHRONISME

- ➡ Il est naturel pour les animaux de se synchroniser avec les pieds de leurs congénères.
- ➡ Ça démontre la connexion.
- ➡ C'est à l'humain d'y porter attention car pour le cheval s'est automatique.

SYNCHRONISME AU NIVEAU DES PIEDS











Puis on progresse au MIMÉTISME

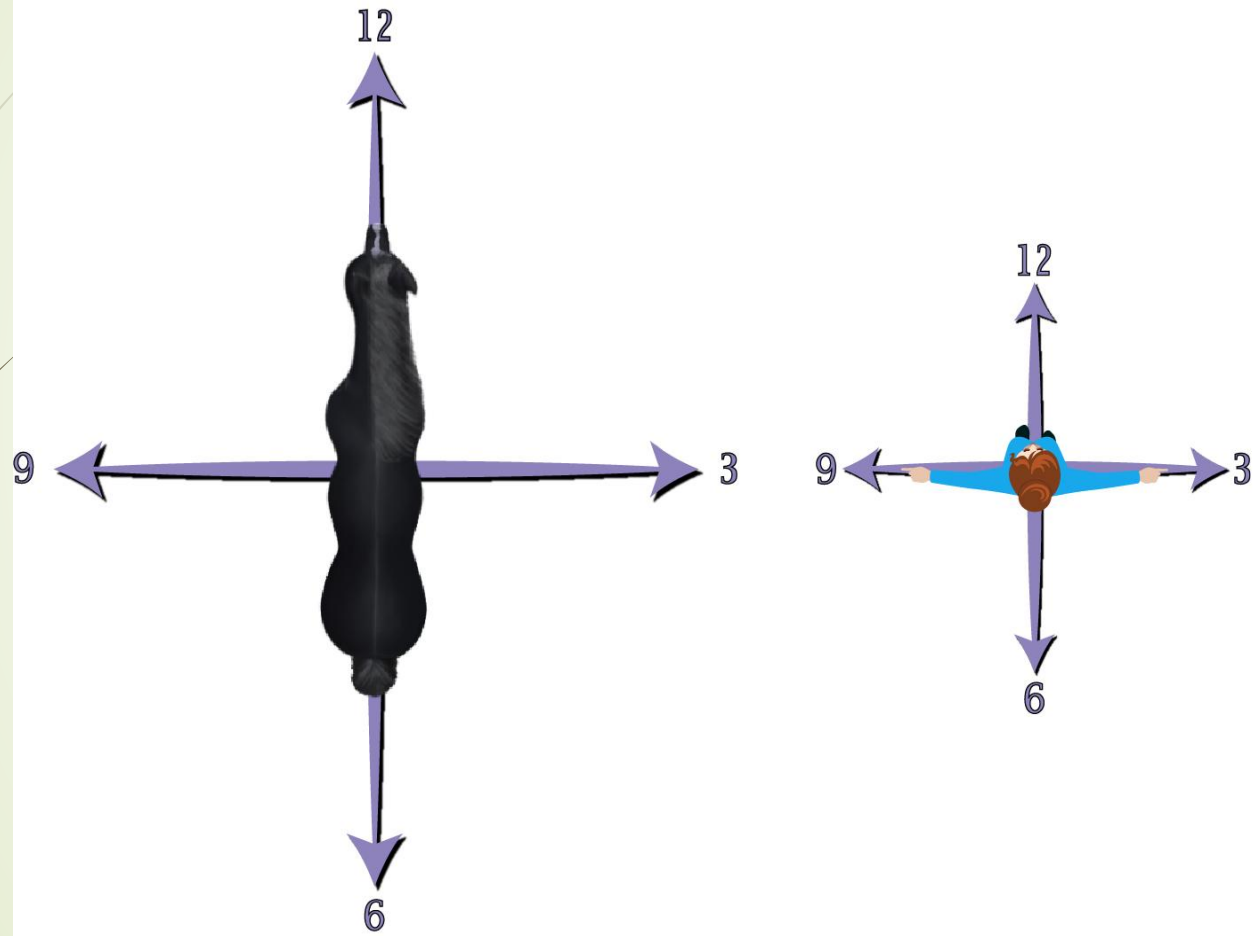
- Mon cheval imite ma position corporelle en plusieurs instances.
- Plus nous sommes attentifs à ce fait, plus notre cheval sera connecté à nous.



L'IMPORTANCE DES "DRIVE LINES"

- Les lignes directrices (drive lines) sont importantes quand on est au sol avec notre cheval car les chevaux communiquent entre eux en influençant les lignes directrices de chacun.

DRIVE LINES





SLALOM DES CÔNES

- ➡ Un excellent exercice pour bien comprendre les lignes directrices c'est que le leader marche sur une ligne droite parallèle à une série de cônes enlignés.

SLALOM DES CÔNES

- ➡ Le cheval effectuera un slalom en suivant l'orientation des épaules de l'humain car sa ligne directrice longitudinale attire ou pousse sur la ligne directrice longitudinale du cheval.
- ➡ <https://youtu.be/ixHjK2lyzn4>

LE CHEVAL IMITE LA POSITION DE MES ÉPAULES CE QUI LUI INDIQUE L'ALLURE.

Posture de l'humain	Allure du cheval
Station debout épaules légèrement penchées vers l'avant.	Cheval au pas donc plus de poids sur les épaules.
Station debout, épaules à la verticale par rapport à la colonne vertébrale.	Cheval au trot.
Station debout, épaules légèrement penchées vers l'arrière.	Cheval au galop car moins de poids sur les épaules.



MIMÉTISME SUR LA LONGE

- Le cheval imite la position de nos épaules.
- Premier essai avec Indy. Certes mieux que d'entrêner mon cheval.
- <https://youtube.com/shorts/e41YZChamTo>



© Philippe Karl „Twisted Truths of Modern Dressage“

SYNCHRONISME ET MIMÉTISME

- Ces articles expliquent plus en détail ce concept.
- “ APPROFONDIR NOTRE COMMUNICATION PAR LE SYNCHRONISME ET LE MIMÉTISME ” de la série APPROFONDIR NOTRE COMMUNICATION de **lynelaforme.coach/blog**
- “ SYNCHRONISME ET MIMÉTISME ” de ce site **formationequestreonline.com** sous l'onglet DOCUMENTS.

PREMIER COUCHER INDY PAR MIMÉTISME

- Lors d'une clinique de horsemanship, le clinicien me demande de démontrer le coucher par mimétisme. Je n'avais jamais tenté l'expérience.

➤ Denyse Rousselet



PREMIER COUCHER INDY PAR MIMÉTISME



➡ Denyse Rousselet



COUCHER PAR INTENTION

- Lors de cliniques sur le horsemanship avec Jerry Williams et Pete Rodda des USA, 4 jours, 3 années consécutives.
- Nous travaillions la connexion, le partenariat de façon très subtile et j'ose dire sans pression ou avec le moins de pression possible.



COUCHER PAR INTENTION

- On nous demande de se tenir debout avec notre cheval derrière nous sur une longe de 22 pieds.
- On devait lui tourner le dos et transmettre un message de relaxation, de détente.

Les premières fois Indy se couche en décubitus sternal, le seul cheval couché sur 12 chevaux.



L'année suivante, Indy se couche en décubitus latéral, le seul cheval couché sur 12 chevaux.





LE COUCHER PAR INTENTION PUIS PAR MIMÉTISME

- Certes que nos expériences du coucher par intention ont facilité ma première expérience du coucher par mimétisme lors d'une clinique ultérieure de horsemanship.



LE CODE VERBAL

- Une fois qu'Indy comprenait ma demande du coucher j'ai instauré un code verbal '*Indy lie down*'.
- J'ai testé mon code verbal lors du travail au sol et ça fonctionnait toujours en autant évidemment qu'elle se sentait en sécurité.

LE CODE VERBAL: UN TEST

- Au retour les copines me demandent ce que j'ai appris lors de ma dernière clinique avec Jerry Williams et Pete Rodda. Je leur ai dit que j'ai enseigné à Indy le code verbal pour se coucher.
- Nous étions dans le manège moi assise sur Poney et Indy en cheval de bat.

➤ Denyse Rousselet



LE CODE VERBAL "*Indy lie down*"



Un autre code verbal '*Are you tired?*





**GARDEZ TOUJOURS
EN TÊTE QUE VOUS
NE DEVRIEZ PAS
AVOIR LE DESIR DE
VOUS FAIRE OBEIR
MAIS DE DONNER AU
CHEVAL L'ENVIE DE
COLLABORER**

Lynne Laforme



N'OUBLIONS PAS

■ La ligne est parfois mince
entre

**CONFORMITÉ, OBÉISSANCE ET
BON VOULOIR!**



D'autres façons de faire

- Plusieurs utilisent le toucher derrière le genou du cheval.
- Celui-ci plie un genou, puis le deuxième et se couche.
- Façon tout à fait correcte dans la mesure où on respecte les prérequis.



D'autres façons de faire

- D'autres plient un genou du cheval.
- Celui-ci plie le deuxième genou et se couche.
- Façons tout à fait correctes dans la mesure où on respecte les prérequis.



D'autres façons de faire

La petite fille de Lyne Laforme a fait cette video
du coucher de son poulain d'origine ranch pour
son accreditation à l'AQHA

➡ Wild card Heidi Flint & Toby

ANCIENNES MÉTHODES POUR LE COUCHER

- Nous savons pertinemment qu'anciennement les méthodes pour obliger un cheval à se coucher étaient parfois quasi barbares et cruelles.
- Triste.
- Nos connaissances en horsemanship évitent ces façons inacceptables.

CONCLUSION

- ➡ J'espère que ces concepts vous inspireront à tenter l'expérience.

