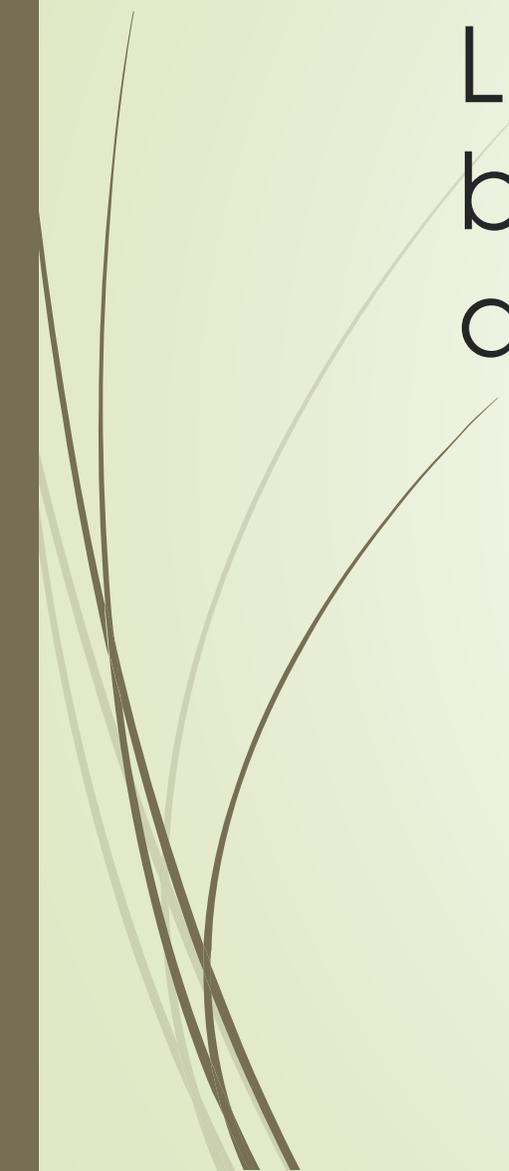




L'art d'établir une conversation  
bilatérale entre humain et cheval  
afin de favoriser la complicité.

Denyse Rousselet



# Lynelaforme.coach

L'article est plus étoffé sur ce **blog sous**

## **APPROFONDIR NOTRE COMMUNICATION**

-Comment établir une conversation bilatérale entre l'humain et son cheval.

Vous pouvez télécharger l'article.



# UNE CONVERSATION C'EST À DOUBLE SENS

- Et ça commence bien avant que l'on soit sur le dos de notre cheval.
- Un cheval qui se sent bien écouté sera meilleur partenaire.

Un bon partenaire dit "**oui**"

Par "**bon vouloir**" et non par "**obéissance**."



Denyse Rousselet



# UNE CONVERSATION C'EST À DOUBLE SENS

- ➔ Chacun(e) a son mot à dire.
- ➔ Son feedback à donner.



# ECOUTE

- Nous devons faire l'effort d'écouter notre cheval lequel a un langage fort différent du nôtre qui est axé sur le langage verbal.
- Cheval communique par son langage corporel.



Comment  
ça va ?

Tu as le temps d'écouter  
la réponse ou tu as juste  
le temps de poser  
la question ?

[www.blog.lynelaform.com](http://www.blog.lynelaform.com)

# SACHEZ LES ÉCOUTER



*Passionnément cheval!  
Lyne Laforme*

ILS VOUS PARLENT!



# SACHONS LES ÉCOUTER

- ▶ Notre cheval a des choses à nous dire, du feedback à nous donner.



# SACHONS LES ÉCOUTER

- Notre cheval doit savoir que l'on est conscient de ses peurs, ses craintes, ses inquiétudes, ses hésitations, sa motivation, son inconfort, voire sa douleur ainsi que ses difficultés à exécuter certaines de nos demandes.

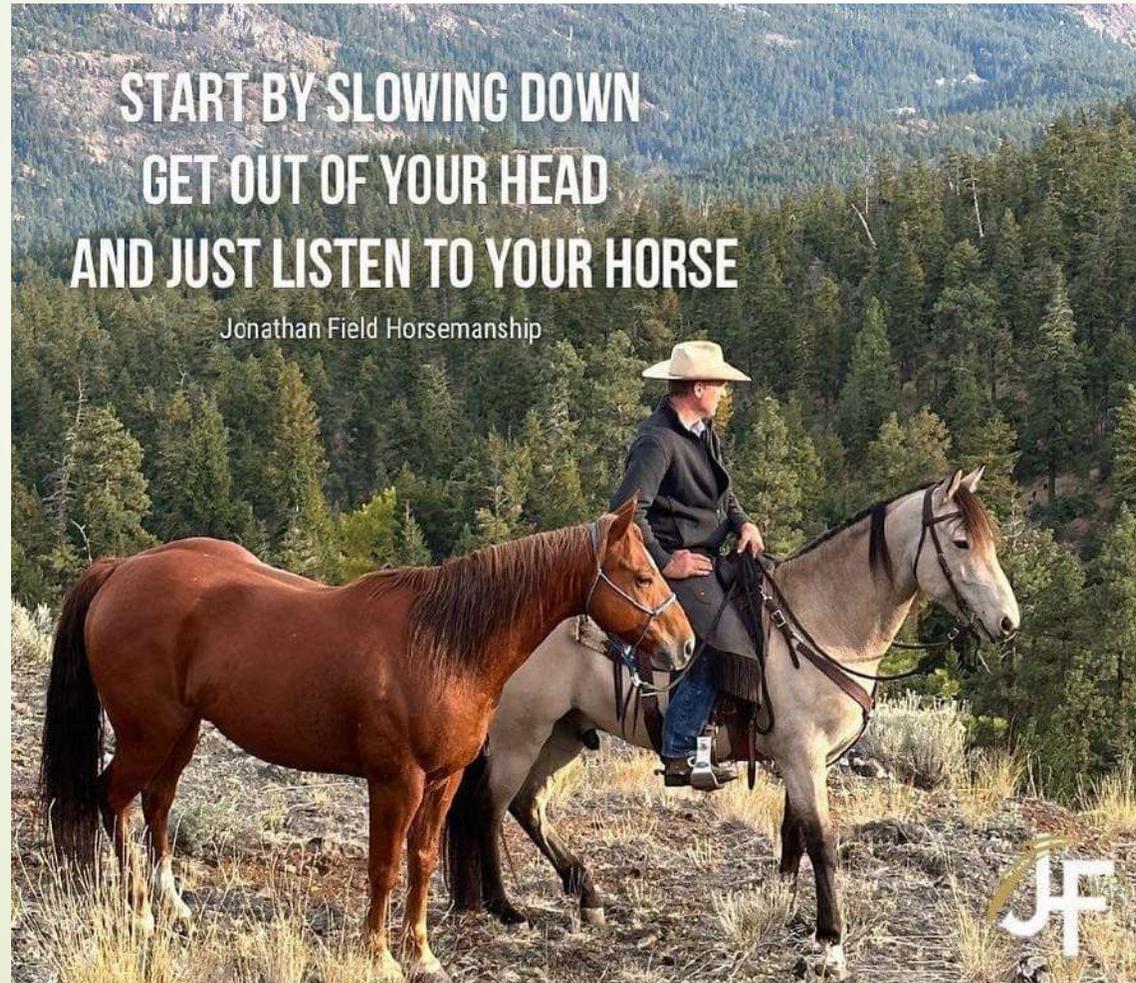


# SACHONS LES ÉCOUTER

- ▶ Notre cheval doit savoir que l'on est conscient de son inquiétude s'il est séparé de ses amis ou s'il y a un bruit important à l'extérieur du manège ou dans le bois.

Commencez par ralentir, éliminer vos pensées et juste écouter votre cheval.

Jonathan Field





APPRENONS PARFOIS À  
NOUS TAIRE AFIN DE LES  
**ÉCOUTER.**

Denyse Rousselet



APPRENONS PARFOIS À  
NOUS TAIRE AFIN DE LES  
**OBSERVER.**

INDY FATIGUÉE AU RETOUR D'UNE CLINIQUE.





# MESSAGE PAS TOUJOURS AUSSI CLAIR!

- Le message à Indy était TRÈS clair.
- Toutefois nous savons fort bien que ce n'est pas toujours aussi évident ce que notre cheval a à dire.



# SACHONS LES ÉCOUTER!

- Andy Booth nous rappelle qu'il nous faut *“apprendre à écouter les chevaux avant qu'il ne soit trop tard et que l'on doit développer notre capacité à entendre notre cheval.”*



# PARFOIS MON CHEVAL REFUSE parce qu'il

- a peur
- ne comprend pas
- ne "veut pas"
- n'a pas les prérequis pour réussir cet exercice
- a mal.



Il ne faut pas oublier que nous dictons

- L'activité de la journée
- La durée de l'activité
- L'allure soit pas, trot, galop
- La vitesse
- La précision du mouvement.



Il ne faut pas oublier que nous dictons

- L'heure des repas
- L'heure des sorties au paddock
- La durée des sorties
- Avec qui ils sortent si pas seuls
- Quelles pistes quand nous sommes en randonnée
- ETC....



Les chevaux sont beaucoup micro-gérés

- Notre relation en est souvent une centrée sur NOS CONSTANTES DEMANDES.



# N'EST-IL PAS LE TEMPS D'ÉCOUTER CE QU'ILS ONT À NOUS DIRE?

Larry Stewart instructeur Parelli 5\*, premier horseman rencontré nous disait:

“ n'oubliez de penser à ce qu'il y a pour votre cheval”

**“what's in it for the horse?”**

N'est-il pas le temps que nous écoutions ce que notre cheval a à dire?



# DIFFÉRENCES CONSIDÉRABLES ENTRE HUMAIN-PRÉDATEUR ET CHEVAL-PROIE

- L'article **PARTENARIAT PROIE-PRÉDATEUR, EST-CE POSSIBLE?** Sous le thème **PARTENARIAT** Sur le blog
- **Lynelaforme.coach**
- Décrit en détail les énormes différences entre humain et cheval au niveau des 5 sens.
- Vous pouvez télécharger l'article.



# DIFFÉRENCES CONSIDÉRABLES ENTRE HUMAIN-PRÉDATEUR ET CHEVAL-PROIE

Le document PowerPoint

Les 4P: Partenariat proie/prédateur, est-ce possible?

est disponible gratuitement sur le site

**[formationequestreenligne.com](http://formationequestreenligne.com)**

L'article est toutefois plus complet.



# On recherche un cheval

- Calme
- Motivé
- Curieux
- Confiant
- Bon partenaire



Beaucoup de gens  
parlent  
aux animaux.

Cependant ils ne  
les écoutent pas.

Il est là le problème!

- A.A. Milne, Winnie-the-Pooh

# Les chevaux communiquent entre eux par

- Le langage corporel
- Le mouvement
- De plus, ils utilisent très efficacement les phases donc la **gradation**.
- Ils n'ont pas besoin de répéter. Leur message est clair, bien entendu et respecté par les congénères.

A black and white photograph of a white horse's head and neck, facing left. The horse has a white mane and a white body. The background is black. The horse's ears are pointed upwards and slightly back. Its eyes are dark and looking forward. The nose is visible at the bottom left of the head.

"Horses  
communicate in  
calming signals.

Body language  
can be as nuanced  
as a sonnet,  
as blunt  
as a scream."



Courses and Camaraderie at  
The Relaxed & Forward Barn School



LES CHEVAUX COMMUNIQUENT entre eux avec des signaux apaisants.

Leur langage corporel est aussi nuancé qu'un sonnet et parfois aussi accentué, avivé qu'un cri.



Ils font de même avec les humains

- Mais nous ne sommes pas si habiles, si attentifs pour comprendre les messages sauf s'ils ne sont pas subtils.



Nous humains devons aiguïser notre sens de l'observation et de l'écoute afin d'apprendre à décoder le langage subtil et raffiné de notre cheval.



Pour bien communiquer avec notre cheval nous devons communiquer

- À leur niveau
- En utilisant leur langage
- En comprenant comment le cheval pense et se sent.



## a) A leur niveau

- Pas pour les abaisser mais comprendre où ils sont dans l'apprentissage de l'exercice demandé.
- Le concept de gradation est super important.
- N'oublions pas nous sommes PRÉDATEURS et les chevaux sont PROIES. Notre approche doit en tenir compte,



## b) En utilisant leur langage

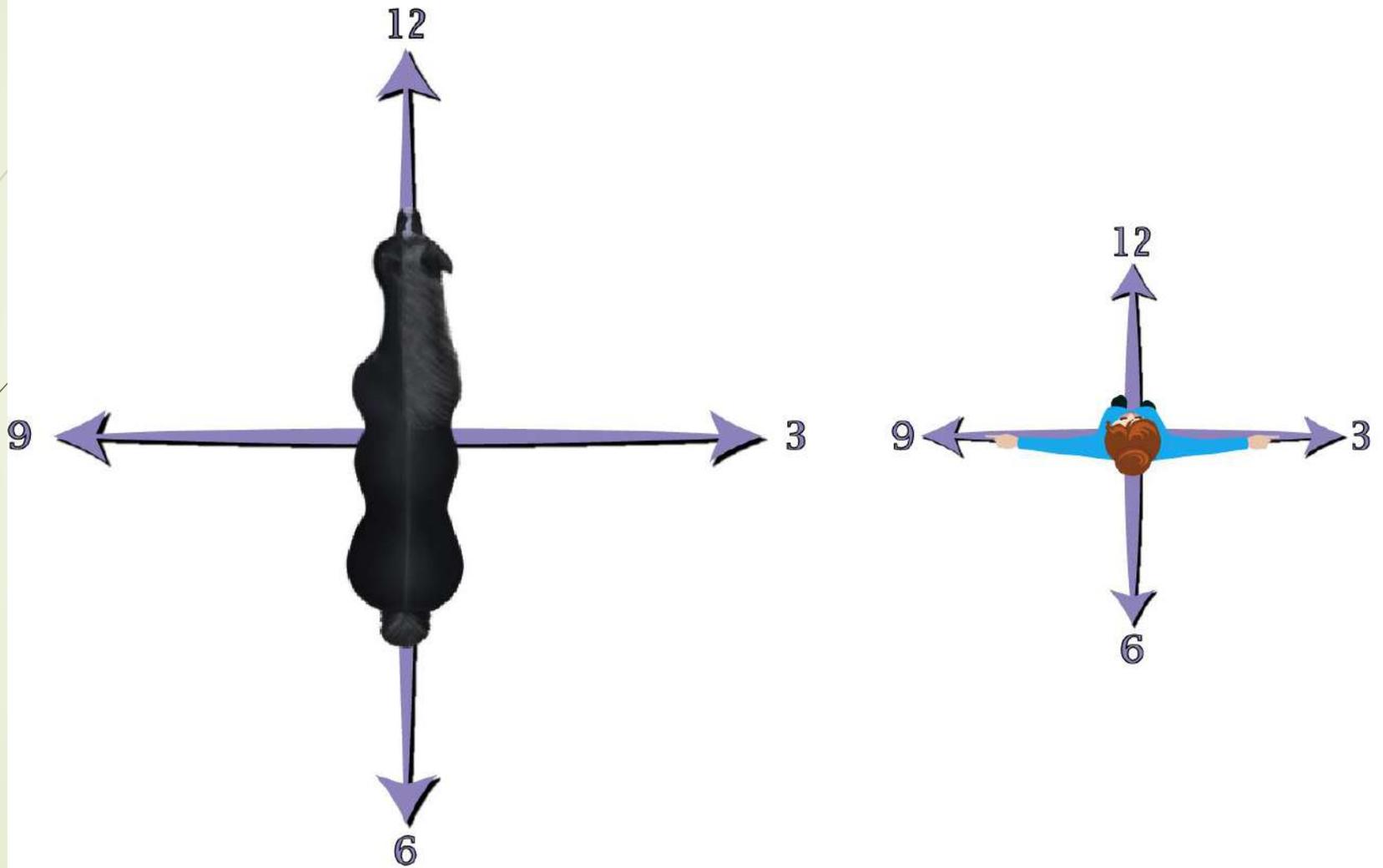
- Les chevaux communiquent par un langage non verbal.
- Nous devons apprendre à les comprendre de même qu'à se faire comprendre.



## b) En utilisant leur langage

- Les “drive lines” (lignes directrices) sont fort importantes pour eux.
- Nous devons apprendre à utiliser notre langage corporel efficacement.

# DRIVE LINES





## b) En utilisant leur langage

- L'article **RÉCLAMER SON TERRITOIRE** explique bien comment les chevaux se déplacent entre eux.
- **Lynelaforme.coach** dans le blog sous **PARTENARIAT**.
- Vous pouvez télécharger l'article.



## b) En utilisant leur langage

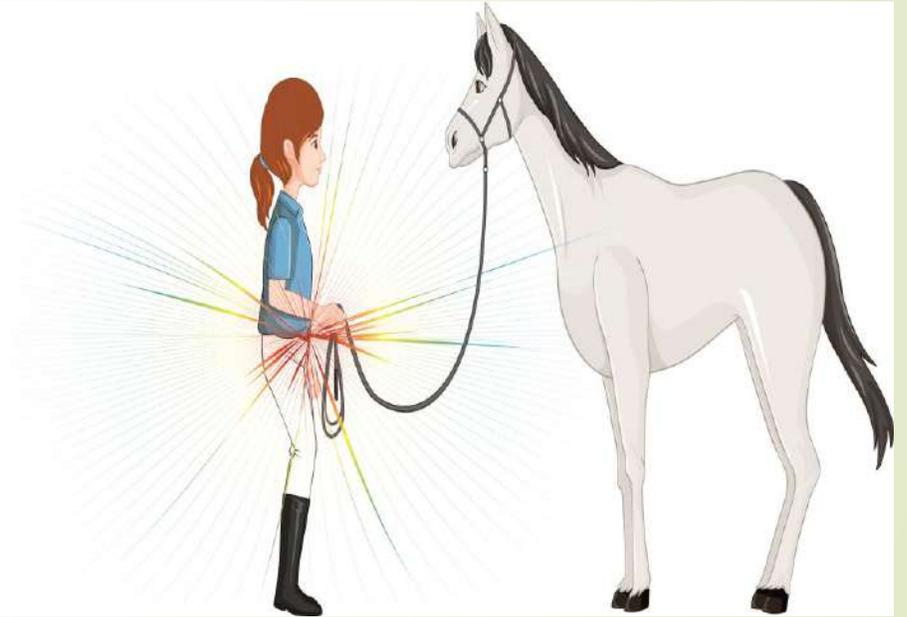
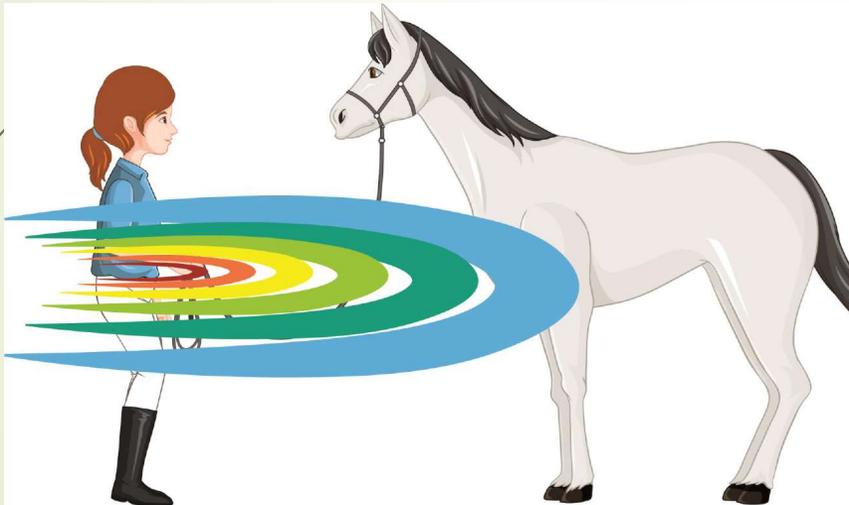
- L'article **RÉCLAMER SON TERRITOIRE** fait partie du document Powerpoint **Stratégies pour développer la complicité, la connexion et le partenariat avec son cheval.**

gratuit sur le site

**[formationequestreenligne.com](http://formationequestreenligne.com)**

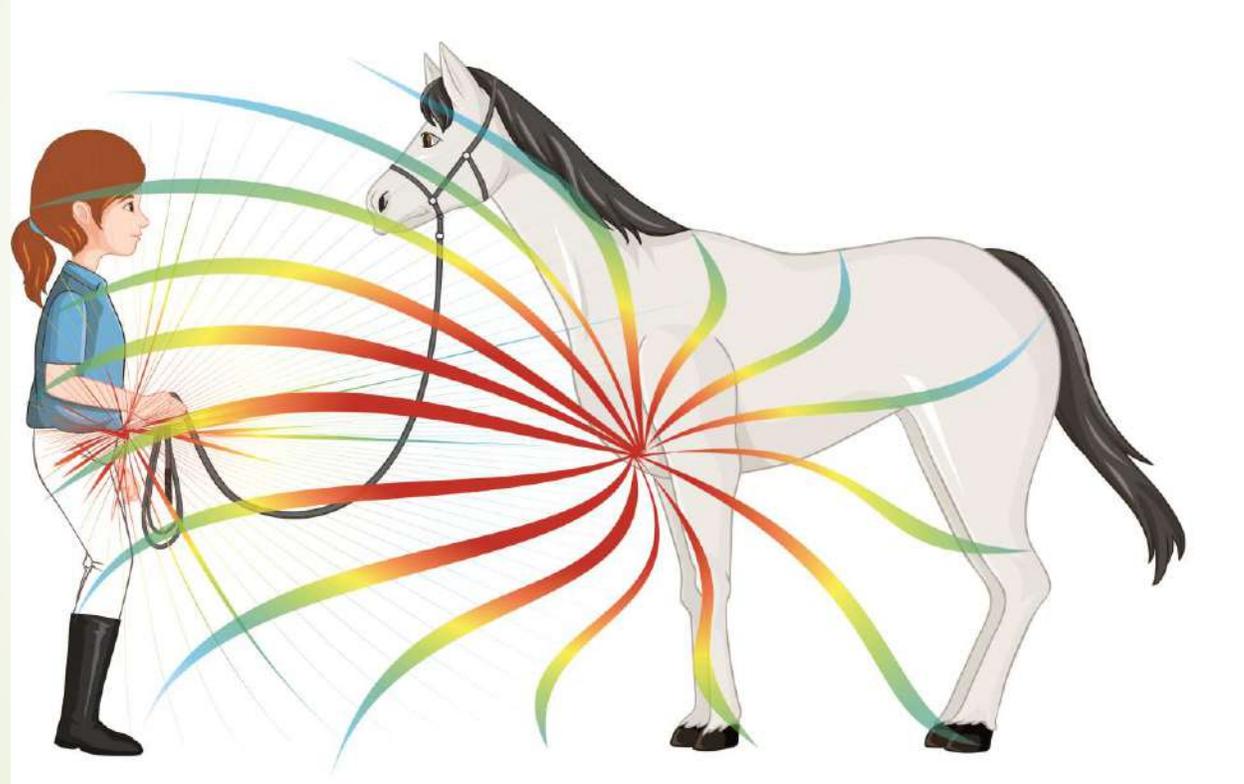
## b) En utilisant leur langage

D'où l'importance de notre "chi"



b) En utilisant leur langage

le cheval a un "chi" imposant mais subtil





c) En comprenant comment notre cheval pense et se sent

- Mon cheval a-t-il compris ce que je lui demande?
- Comment se sent-il face à mes demandes?



c) En comprenant comment notre cheval pense et se sent

- ➔ A-t-il les prérequis pour répondre à nos demandes que ça soit au niveau
  - physique
  - émotif soit sa confiance
  - mental soit ce qu'il comprend de notre demande?



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- Si le cheval a bien répondu pas besoin de répéter la demande,
- Lyne Laforme nous rappelle que

***LE MIEUX EST L'ENNEMI DU BIEN!***



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- Andy Booth nous rappelle les deux façons pour rendre un cheval insensible, lourd:
  - a) Demander à nouveau quand le cheval a bien répondu.



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- Andy Booth nous rappelle les deux façons pour rendre un cheval insensible, lourd:
  - b) Ne pas utiliser les phases afin que le cheval réponde: gradation.



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- ➔ Comme les **“clics, clics, clics, clics”** répétitifs.



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- L'exemple que je vois le plus souvent c'est un cheval à la longe qui trotte et son humain lui dit: '' **trotte, trotte, trotte.**''



# ÉVITONS LES PARASITES DE COMMUNICATION

- Ce cheval a deux choix:
  - 1) ignorer son leader.
  - 2) essayer autre chose car il croit ne pas avoir bien compris la demande donc pas donné la bonne réponse.



# Communiquer avec son cheval

Communiquer avec notre cheval c'est communiquer avec la **boite de contrôle** des pieds et du corps.

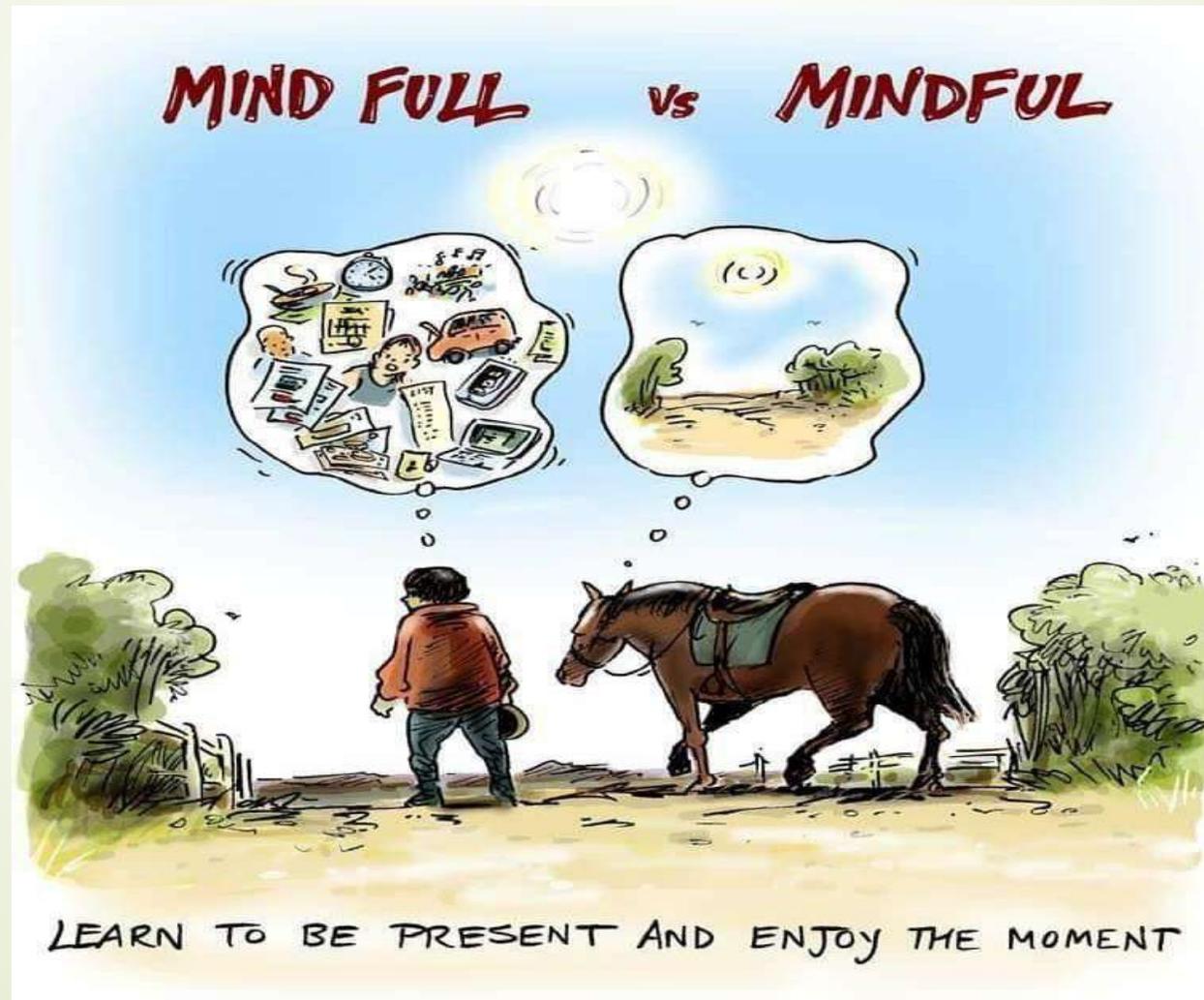
C'est la tête (mental) qui dicte aux pieds et au corps quoi faire.

# Communiquer avec son cheval

- ▶ Comme je dis toujours  
*“tout se passe  
entre les deux  
oreilles.”*



Pour bien communiquer nous devons être centré sur notre cheval





# Communiquer avec son cheval

Nous ne devons pas être centré sur notre interminable **LISTE DE "CHOSSES À FAIRE."**



# Communiquer avec son cheval

Premier élément à considérer c'est un cheval calme dans sa zone de confort (sweet spot) sinon il est plus concentré sur sa survie que sur nous.



# 5 façons de communiquer avec son cheval

- La voix
- Le toucher
- La manipulation de la bulle: le “drive” et l’aspiration
- Le synchronisme et mimétisme
- L’intention.



# Communiquer avec son cheval

Je ne parlerai pas ici de la télépathie, laquelle rejoint un peu l'intention.

Une façon intéressante et efficace mais qui demande une préparation plus approfondie notre part.



# 1-LA VOIX

- Utile dans diverses occasions telles:
  - la monte pour appuyer nos aides tel pour l'arrêt, le pas, trot, galop, reculons etc.
  - en randonnée
  - un parcours d'obstacles, parades.

# 1-LA VOIX

- Utile dans diverses occasions telles:
  - dans nos mouvements quotidiens quand on circule avec notre cheval autant en liberté qu'avec la longe.
  - remplace le "clicker" quand le cheval a bien fait. J'utilise "**good girl**" car je n'ai pas besoin d'avoir un "machin" dans la main.
  - la voix comme "marqueur" est toujours disponible.



# 1-LA VOIX

- Le 'TON' est important car le même mot dit avec une intonation différente a différentes significations pour le cheval.



# 1-LA VOIX

- Le cheval peut apprendre la signification de plusieurs mots et codes.
- Ce qui est important c'est que **chaque mot ou code veuille dire qu'une seule chose.**

# 1- LA VOIX

➤ Le cheval comprend bien le “**oui**” car notre intonation lui dit que nous sommes contents.

➤ Un “**non**” catégorique est bien compris par le cheval. Toutefois ça ne lui dit pas toujours quoi faire.



# 1-LA VOIX

Pour des choses aussi simples que le

- *'whoa'*
- *pas*
- *trot*
- *galop*
- *reculons*



# 1-LA VOIX

- De même que le
  - “reste”
  - “non”
  - “oui” ou “OK”

# LA VOIX POUR LE **RESTE**: LE MOT ALLIÉ AU TOUCHER.



## LA VOIX POUR LE “*RESTE*”.

- ➔ Indy reste dans son rectangle imaginaire pendant que la paresseuse taille son sabot arrière gauche et que je vais chercher le prochain cheval au paddock.





# 1-LA VOIX

- “ *va à droite* ”
- “ *va à gauche* ”
- “ *va tout droit* ”

Les termes anglais sont préférables pour “*go straight*”, “*go right*” car moins de ressemblance avec les mots droite et tout droit.



# 1-LA VOIX

- “regarde à droite”
- “regarde à gauche”
- “regarde tout droit”

-Utile à la croisée *des pistes ou des routes* lorsqu'en randonnée et même dans nos activités quotidiennes à l'écurie.

# 1- LA VOIX

- “regarde à droite”
- “regarde à gauche”

-J'utilise aussi quand je mets les rênes sur mon “side pull” quand j'ai fait du “sans rênes” ou lorsque je donne une friandise si je suis en selle.

# INDY RÉPOND À LA VOIX (vidéos)

Indy regarde à gauche



Indy va à gauche



# 1-LA VOIX

- “ Le patron “***touches-y***”, patron fort utile dans le développement de la confiance du cheval.
- **Lynelaforme.coach/blog** SOUS **Bâtir la confiance**, l'article “ Touches-y ou touches-y pas” explique bien ce concept.
- Vous pouvez télécharger l'article.

# Patron "*touches-y*"





# 1-LA VOIX

➤ “ *Couches-toi* ”

➤ Il faut faire **très attention** car on peut imposer le coucher sans toucher à son cheval juste à se planter à côté et **NE JAMAIS LÂCHER.**

LE CHEVAL DOIT ÊTRE TRÈS EN CONFIANCE SI ON LUI DEMANDE DE SE COUCHER.



LE CHEVAL DOIT ÊTRE TRÈS EN CONFIANCE  
SI ON LUI DEMANDE DE SE COUCHER.





## 2- LE TOUCHER

- ➔ **BLOG.LYNELAFORME.COM**
- ➔ Article 10 sous le thème **PARTENARIAT**.
- ➔ Comment savoir si mon cheval résiste à la pression?

Vous pouvez télécharger l'article.



## 2- LE TOUCHER

Powerpoint disponible gratuitement sur le site  
**[formationnequestreenligne.com](http://formationnequestreenligne.com)**

Sous le titre

“ Céder à la pression au toucher, à la bulle,  
l’aspiration et le concept de trempage’.”



## 2- LE TOUCHER

- C'est la cession à la pression par le toucher.
- Le "porcupine" game selon Parelli.



## 2-LE TOUCHER

➤ Les 4 phases soit:

-poil

-peau

-muscle

-OS

➤ L'importance du concept de **gradation.**

## 2- LE TOUCHER

- Pression
- de chaque côté chanfrein ou du poitrail pour que le pied du même côté recule.
- Sur la nuque ou le corde du licol pour baisser la tête.
- La joue pour tourner a tête.
- La hanche pour le désengagement du postérieur.

## 2- LE TOUCHER (vidéos)



## 2- LE TOUCHER

- Pression sur
- La joue et l'épaule pour déplacer l'épaule.
- L'épaule (sans la joue) pour la déplacer.
- Tirer quelques poils de queue pour le reculons.

## 2- LE TOUCHER

Mettre la courte longe

- autour de l'abdomen pour demander quelques pas de côté vers vous.
- autour des pattes avant et arrière pour faire lever les pattes vers l'avant.

## 3- LA BULLE

### ➤ **BLOG.LYNELAFORME.COM**

#### ➤ Article 10 sous le thème **PARTENARIAT**

Comment savoir si votre cheval résiste à la pression?

#### ➤ Article 12 sous le thème **PARTENARIAT**

L'ASPIRATION du cheval, connaissez-vous?

Vous pouvez télécharger ces documents.



## 3-LA BULLE

Powerpoint disponible gratuitement sur le site **[formationequestreenligne.com](http://formationequestreenligne.com)**

Sous le titre

“Céder à la pression au toucher, à la bulle, l’aspiration et le concept de trempage”



## 3- LA BULLE

- On manipule le cheval avec notre ÉNERGIE ou l'énergie du stick en agissant sur l'air qui entoure son corps.



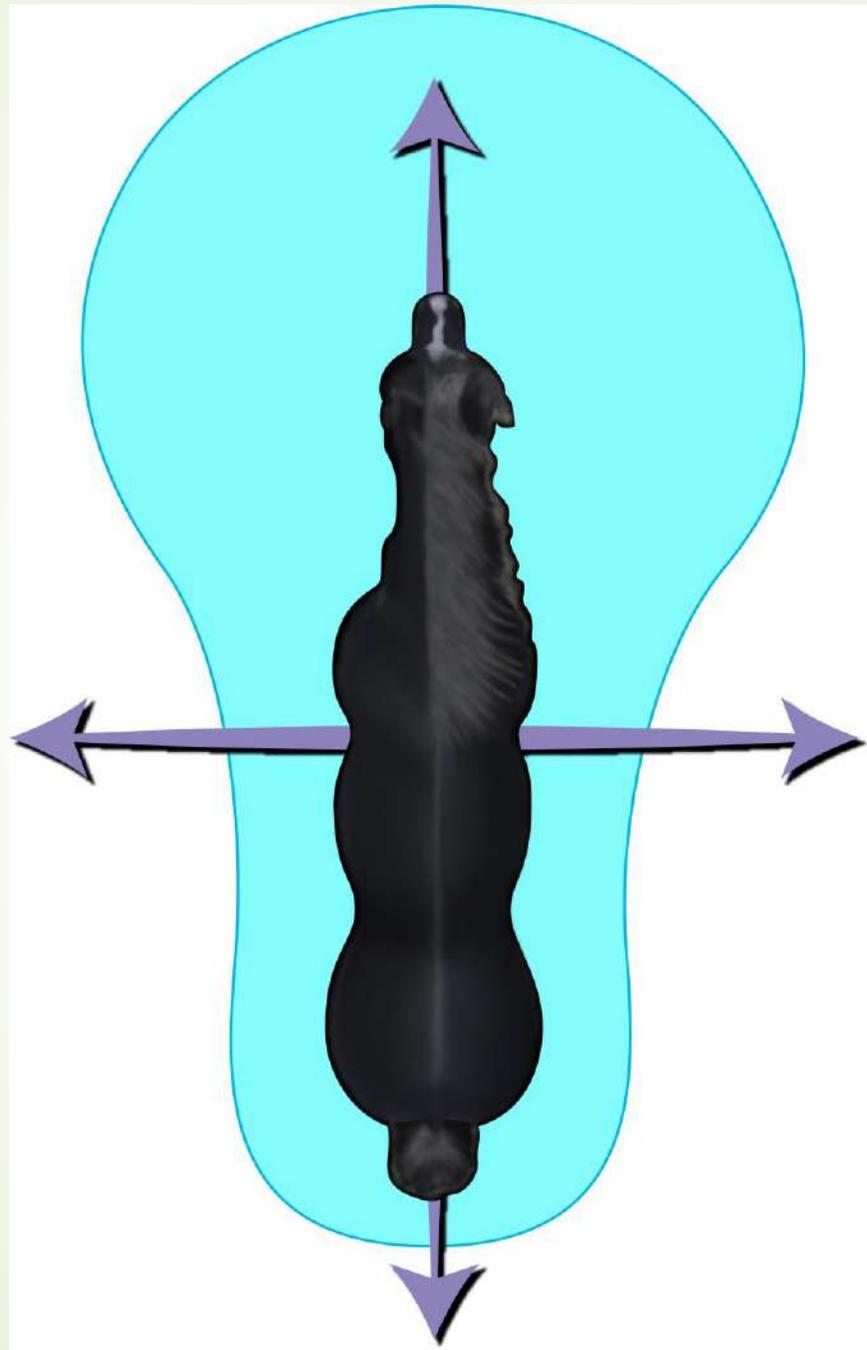
## 3- LA BULLE

- La bulle de **confiance**
  - distance où le cheval se sent à l'aise qu'on le manipule.
- Cette distance varie
  - pour chaque cheval
  - pour différentes parties du corps
  - selon les personnes qui manipulent le cheval.



## 3- LA BULLE

- ▶ La bulle **d'influence** soit la distance où on peut influencer donc faire bouger le cheval
  - le "drive"
  - l'aspiration.

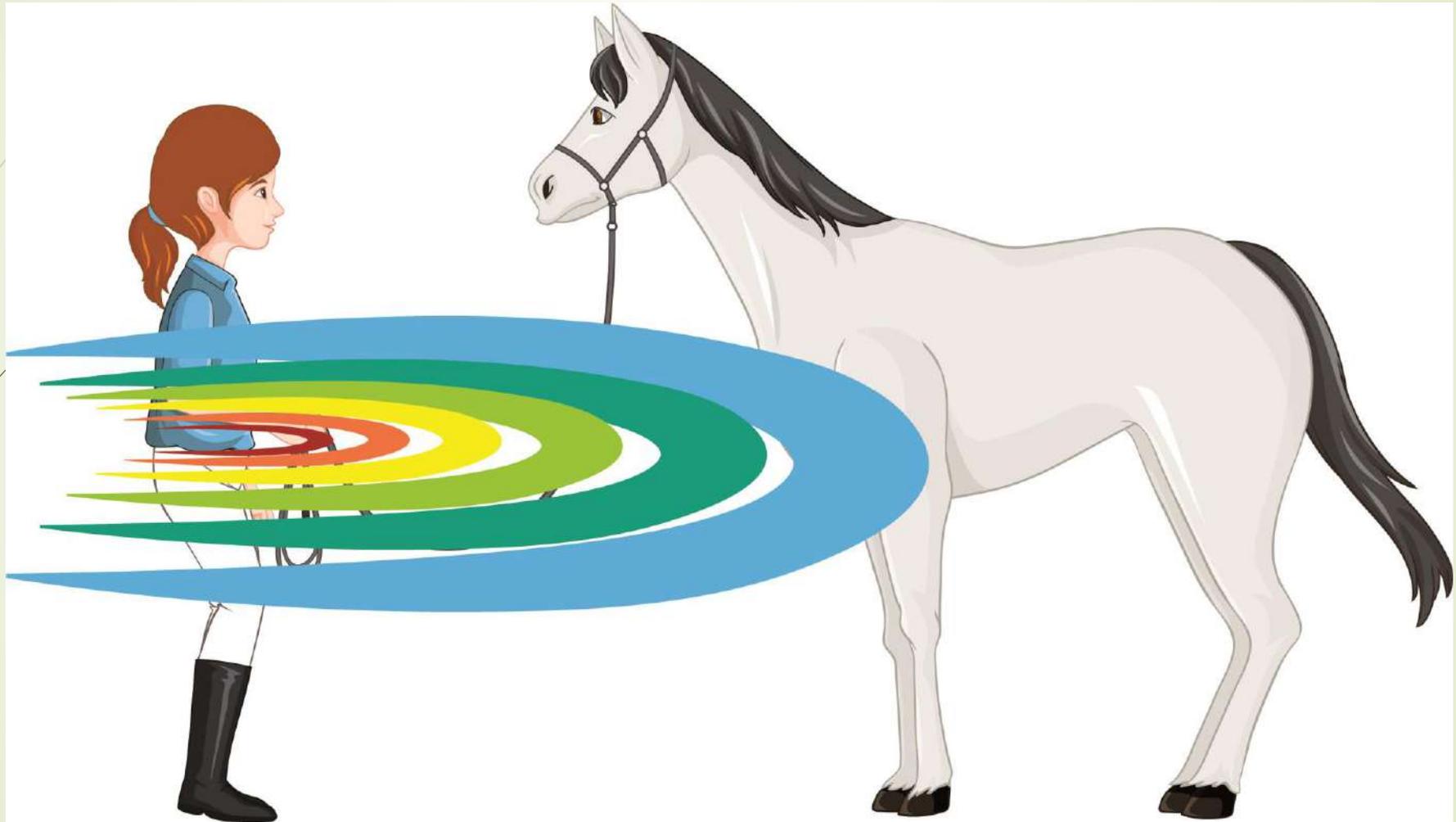


## 3-LA BULLE

- Au sol, la bulle est plus grande vis-à-vis des épaules qu'en arrière car au repos, le cheval a 60% de son poids sur ses pieds antérieurs,
- Il est donc plus difficile de faire bouger les épaules que l'arrière-train.
- En selle c'est le contraire.

## 3a) LA BULLE: le DRIVE

- Le leader demande au cheval de bouger en adressant la bulle donc en ne touchant pas au cheval.
- L'article du blog décrit en détail la technique.





## 3a) LA BULLE: Le DRIVE

### ► Le reculons

- soit par son énergie telle la photo.

- soit avec le stick en utilisant les phases.

On adresse l'endroit convoité afin qu'il bouge en s'éloignant de la pression.



## 3b) La bulle: L'ASPIRATION

- Le leader demande au cheval de bouger vers lui attirant la bulle donc en ne touchant pas le cheval.
- L'article du blog décrit en détail la technique.

# L'ASPIRATION (VIDÉOS): recul et pas de côté.





## **4- LE SYNCHRONISME & MIMÉTISME**





## Le synchronisme et mimétisme

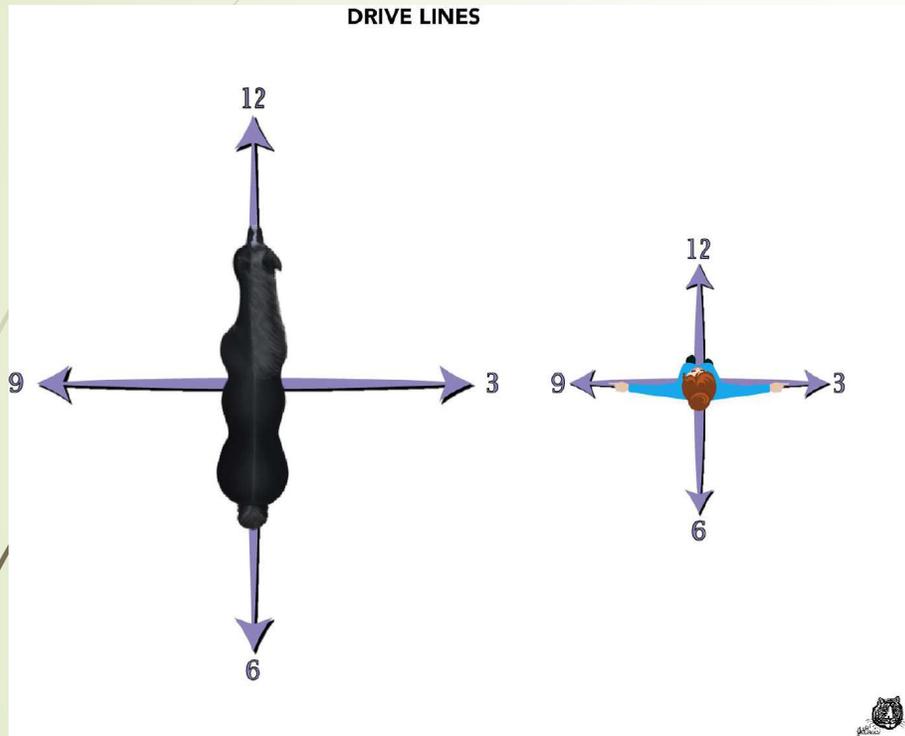
- **[Lynelaforme.coach.blog](http://Lynelaforme.coach.blog)**
- L'article **APPROFONDIR NOTRE COMMUNICATION PAR LE SYNCHRONISME ET LE MIMÉTISME** dans la série **APPROFONDIR NOTRE COMMUNICATION.**
- Vous pouvez télécharger l'article.



# Le cheval suit les pieds du leader

- Premier exercice de synchronisme, le cheval suit les pieds du leader pour le pas, le trot et le galop tout comme la vitesse des allures.
- Le cheval arrête dès que le leader arrête.
- Le cheval recule avec les pas de son leader.

# Le cheval suit les épaules du leader



- ▶ Quand on bouge nos épaules on se trouve à bouger notre drive line de 12-6 soit à droite ou à gauche ce qui influence la même drive line de notre cheval.



# Le cheval suit les épaules du leader

- Quand on tourne vis-à-vis le cheval c'est du "drive".
- Quand on tourne dans le sens contraire du cheval c'est de l'aspiration.

# Le cheval suit les hanches du leader

(vidéo)

- Indy va de 3 au 4 pistes puis revient à 3 pistes (travers) pour son appuyé.





# Synchronisme puis mimétisme

- Une fois que notre cheval et nous sommes en synchronisme au niveau des pieds on peut maintenant penser au mimétisme.

# Le cheval imite les genoux de son leader



Une fois les genoux pliés, le cheval se couchera si détendu dans sa zone de confort.



Denyse Rousselet



## 5- L'INTENTION

- Façon la plus subtile de communiquer avec son cheval mais fort intéressante.
- Je vous encourage à explorer cette facette de communication: c'est FASCINANT.  
L'article du blog donne plusieurs exemples.

**L'INTENTION:** Jerry Williams et Pete Rodda m'encouragent à me détendre alors qu'Indy est au bout de la longe de 22 pieds.

- ➔ Je ne devais pas la regarder mais projeter mon intention de relaxation +++.



**L'INTENTION:** Jerry Williams et Pete Rodda m'encouragent à me détendre alors qu'Indy est au bout de la longe de 22 pieds.



# RELIONS SYNCHRONISME ET MIMÉTISME

- Le cheval diminue ou augmente son allure en lien avec notre respiration qui ralentit ou augmente.
- Une expiration profonde devrait amener un arrêt.

# RELIONS SYNCHRONISME & MIMÉTISME TRAVAIL AU SOL, À LA LONGE ou EN LIBERTÉ

POSTURE DE L'HUMAIN	RÉPARTITION DU POIDS CHEZ LE CHEVAL	ALLURE
ÉPAULES PENCHÉES VERS L'AVANT	60% AVANT MAIN 40% ARRIÈRE-TRAIN	PAS
ÉPAULES ENLIGNÉES AU-DESSUS DU BASSIN	50-50%	TROT
ÉPAULES VERS L'ARRIÈRE	40% AVANT MAIN 60% ARRIÈRE-TRAIN	GALOP



# MON CHEVAL ME POSE-T-IL DES QUESTIONS?

- Maintenant que nous avons exploré divers moyens de communication entre l'humain et son cheval, il est intéressant de penser que notre cheval communique aussi avec nous.



# LE CHEVAL AUSSI COMMUNIQUE SON INTENTION

- Si nous portons attention à notre cheval, lui aussi nous achemine son intention parfois clairement et parfois de façon subtile.



# LE CHEVAL AUSSI COMMUNIQUE SON INTENTION

- *Est-ce bien ce que tu as demandé?*
- *Je ne comprends pas.*
- *En randonnée: " peut-on revenir par telle piste?*
- *En randonnée " je ne veux pas passer par là".*
- *Etc.....*

# LE CHEVAL AUSSI COMMUNIQUE SON INTENTION

Cette superbe photo de Poney qui demande à Laura s'il a bien réussi son reculons.

Elle est assise à cru sans bride.



# UNE FOIS OÙ MES CANAUX ÉTAIENT **FERMÉS: je n'écoutais pas!**

- ➔ J'avais 62 ans, PAS ACHETEUSE, lors d'une séjour de 2 semaines au ranch Cardinal en C-B.
- ➔ 40 chevaux en liberté et Indy venait souvent proche de moi.



# UNE FOIS OÙ MES CANAUX ÉTAIENT **FERMÉS: je n'écoutais pas**

- ➔ Ce n'est que 9 mois plus tard en regardant des photos de l'année précédente que j'ai vu plusieurs photos dont celle-ci où Indy me regarde en plein dans les yeux.





## Là j'ai compris.....

- Suis retournée au ranch et nous sommes revenues ensemble au Québec.
- Indy voulait apprendre le français.. Trêve de plaisanteries.... Elle est dans ma vie pour m'inspirer à écrire car elle me dit que nous devons êtres plus à l'écoute des chevaux car ils ont un **potentiel INEXPLORÉ.**



**ON NE CHOISIT PAS UN CHEVAL  
, C'EST LUI QUI NOUS CHOISIS.**



UN PARTENARIAT C'EST À  
DOUBLE SENS!





Plus notre cheval peut donner du feedback,  
poser des questions plus il fait partie intégrante  
de notre couple.

Plus il se sent respecté et devient

**FIER PARTENAIRE!**

PLUS NOUS SOMMES CALMES, TRANQUILLES ET  
OUVERTS A ÉCOUTER PLUS NOUS COMPRENONS  
CE QUE NOTRE CHEVAL A À DIRE.



PLUS ON CALME NOTRE "INTÉRIEUR"  
MIEUX ON PEUT ENTENDRE,

