

Das Creed der Intrinzen Context Designer

Ein Creed ist ein Wertemanifest.

Dieses Creed unterschreiben Menschen, die den Prinzipien von Intrinzen zu 100% folgen und bereit sind, anderen auf diesem Weg zu helfen. Sie sind keine traditionellen Pferdetrainer:innen, sondern Expert:innen dafür, Umgebungen und Kontexte zu schaffen, in denen Pferde Bewegungen ausprobieren und neu entdecken.

Wir nennen das **Intrinzen Context Design**. Context Designer kennen die wissenschaftlichen Grundlagen, auf denen Intrinzen aufbaut und sie können dein "Sidekick" auf dieser Reise sein.

Natürlich brauchst du niemanden, um selbst mit Intrinzen anzufangen oder dein Pferd so zu trainieren. Manche von uns haben jedoch ab und zu gerne Unterstützung. Diese Liste ist für euch. Diejenigen, die das Creed unterschrieben haben, können dir Inspiration oder ein paar neue Ideen geben.

Aber denk daran: Sie werden dir keine ‚Step-by-step‘-Anleitung schicken!

Wenn du Intrinzen zu 100% folgst, aber nicht den Wunsch hast oder die Ressourcen, anderen zu helfen, musst du nicht auf dieser Liste sein.

Es gibt viele großartige Trainer:innen, die Elemente von Intrinzen nutzen, inspiriert von der Philosophie sind oder dieselben wissenschaftlichen Grundlagen nutzen. Manche von ihnen bieten vielleicht sogar Intrinzen-Sessions an. Aber sie möchten vielleicht auch Menschen darin unterstützen, Ziele zu erfüllen, die eher menschlichen Bedürfnissen entsprechen. Das kann Dressurtraining sein oder Vorbereitung für Wettkämpfe. Diese Trainer wirst du nicht auf dieser Liste finden. Sie sind dennoch tolle Trainer. Für sie bieten wir eine Liste von "Intrinzen Allies" an, von Verbündeten: pantherflow.com/intrinzen-allies.

Das Creed der Intrinzen Context Designer

- Das Pferd ist der Held. In meiner Arbeit geht es darum, das Leben des Pferdes besser zu machen. Es geht nicht darum, Ziele zu erreichen, bei denen der Mensch im Vordergrund steht – wie Wettkämpfe zu gewinnen.
 - Deswegen schaue ich zuerst auf die Lebenssituation des Pferdes. Context Design kann auch sein, einen Paddock Trail zu verbessern oder besseres „Enrichment“ bereitzustellen.
 - Bewegungstraining ist die zweitbeste Option.
- Mit Bewegungstraining strebe ich danach, dem Pferd zu helfen, agiler, robuster und „badass“ zu sein.
- Wenn ich Bewegung mit Pferden trainiere und wenn ich Menschen dabei helfe, ist Autonomie unverzichtbar. Mein Ziel ist es, dem Pferd eine Herausforderung zu geben, ohne dass es das Gefühl hat, etwas unangenehmes ausweichen zu müssen. (Challenge without threat.)
 - Daher hat das Pferd das Recht ‚nein‘ zu sagen ohne dass das negative Konsequenzen hat.
 - Das bedeutet auch, dass das Pferd das Recht hat, ‚nein‘ zu einer Trainingssession zu sagen. Es hat auch das Recht, die Session zu beenden. Und es weiß, **wie** es das tun kann.
 - Das bedeutet, dass ich sicherstelle, dass niemand eskalierenden Druck im Bewegungstraining benutzt. Niemand verwendet Werkzeuge, die damit assoziiert sind, wie zum Beispiel Gerten oder Sporen.
- Ich basiere Bewegungstraining auf den Erkenntnissen der modernen Bewegungswissenschaften. Ich weiß, dass gute Bewegung variabel und selbstorganisiert ist. Es gibt keine falschen Bewegungen. Verletzungen entstehen durch eintönige Wiederholungen.
 - Daher stelle ich sicher, dass niemand Werkzeuge benutzt, die entwickelt wurden, um Bewegung zu „micro-managen“ oder einzuschränken. Das sind zum Beispiel Gebisse oder Hilfszügel.
 - Daher stelle ich sicher, dass niemand versucht, einzelne Körperteile des Pferdes zu „micro-managen“ oder direkt zu beeinflussen – weder mit Targets noch mit Händen oder Beinen, um zum Beispiel „Selbsthaltung zu unterstützen“.
 - Daher nutze ich moderne Ansätze, wie den „Constraints-Led-Approach“, um Bewegung zu inspirieren und robuste Fähigkeiten und Kompetenz aufzubauen.
- Ich basiere mein Training auf der modernen Schmerzforschung. Ich weiß, dass Schmerz im Gehirn entsteht und unabhängig von Gewebeschäden sein

kann. Ich weiß, dass das Nervensystem „Faulheit“ und Steifheit nutzt, um das Pferd zu schützen.

- Daher schließe ich Schmerzen niemals aus.
- Daher respektiere ich immer die Einschätzung des Nervensystems.
- Das Nervensystem ist mein Verbündeter.
- Ich basiere mein Training auf moderner Motivationsforschung. Ich weiß, dass Pferde in der Lage sind, intrinsisch motiviert zu sein. Es ist wahrscheinlich, dass sie in einen „Flow State“ kommen können. Ich weiß, dass intrinsische Motivation optimal ist für Bewegungstraining.
 - Daher ist es mein Ziel, Bewegung so zu trainieren, dass intrinsische Motivation gefördert wird.
 - Wenn ich Belohnungen nutze, mache ich das unter Berücksichtigung der Selbstbestimmungstheorie.
 - Wenn ich Druck nutze, mache ich das nur, wenn dieser nicht als unangenehm wahrgenommen wird. Ich eskaliere Druck nie..
- Mir ist bewusst, dass Intrinzen für „Muggel“ entwickelt wurde. Es ist entstanden, um Nicht-Profis zu helfen, damit diese ihren Pferden auch ohne eine:n Trainer:in selbst helfen können. Ich glaube daran, Menschen zu befähigen, selbst zu experimentieren und auszuprobieren. Ich glaube nicht an Gurus. Ich bin mir bewusst, dass Intrinzen keine “Step-by-Step”-Anleitung ist und auch keine Sammlung von Übungen.
 - Wenn ich Workshops oder Unterricht gebe, helfe ich daher den Teilnehmenden dabei, unabhängig zu werden.
 - Daher gebe ich mein Bestes, um meine Hilfe für jeden erreichbar zu machen, zum Beispiel indem ich Online-Unterstützung anbiete.
 - Daher trage ich regelmäßig etwas zur Intrinzen-Community bei. Ich teile meine Arbeit mit Pferden gratis online, sodass andere meine Arbeit bewerten können und nicht nur meiner Worte.
- Ich bin mir darüber im Klaren, dass sich Wissen kontinuierlich weiterentwickelt. Ich folge der Idee „starke Meinungen locker gehalten“. (“Strong opinions loosely held.”)
 - Daher werde ich keine Kompromisse eingehen bei wissenschaftlichen Fakten.
 - Daher werde ich mich so gut ich kann auf dem Laufenden halten, was relevante wissenschaftliche Erkenntnisse betrifft. Wenn die Wissenschaft sich weiterentwickelt, entwickle ich meine Methoden weiter.
- Ich bin offen für und befürworte konstruktiven Austausch und Kritik.