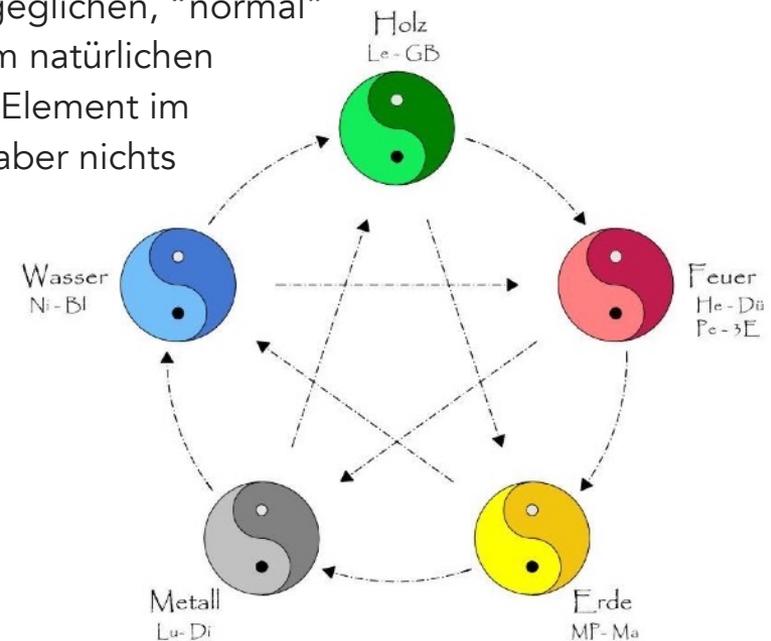


# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

Bitte kreuze die entsprechende Antwort der Fragen an. Bitte entscheide dich pro Frage für eine Antwort. Wenn mehrere Antworten zutreffen, entscheide dich für die passendste. Auf der letzten Seite findest du die Auflösung.

Stell dir beim Antworten vor, wie dein Pferd ist, wenn es ausgeglichen, "normal" ist. Denke bitte daran: wenn dein Pferd aktuell nicht in seinem natürlichen Gleichgewicht ist, dann kann es sein, dass du momentan ein Element im Vordergrund siehst, in dem sich die Symptome zeigen - was aber nichts mit seinem Typ-Element zu tun hat.

Unser Tipp an dich:  
Entscheide aus dem Bauch, ohne gross nachzudenken.



# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Dein Pferd...

- neigt zu steifen Bewegungen
- passt absolut verlässlich auf Pferde und Menschen auf
- sticht ins Auge, da es eine starke Ausstrahlung hat
- braucht eine Aufgabe, um zufrieden zu sein
- hat eine sehr starke, fast schon einschüchternde Präsenz

## Auf Stress reagiert dein Pferd...

- Stress? Er/sie ist nicht aus der Ruhe zu bringen
- mit Rückzug in sein Schneckenhaus
- mit Abwehrreaktionen - ich muss dann echt aufpassen, dass es nicht gegen mich geht
- Stur und oft mit Verdauungsproblemen
- indem es total ausflippt und nicht mehr zugänglich ist

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Dein Pferd...

- verträgt Hitze nicht sehr gut
- reagiert oft mit körperlichen Symptomen auf feuchtes Wetter
- neigt zu trockener Haut und/oder kahlen Körperstellen
- ist bei Wind noch dünnhäutiger als sonst
- friert sehr schnell

## Nach dem Training...

- wirkt dein Pferd meist entspannter als davor, v.a. wenn es sich richtig ausgepowert hat
- schwitzt dein Pferd oft lange nach
- hast du den Eindruck, dass es dich fragt, ob ihr wirklich fertig seid
- wirkt dein Pferd oft zufrieden mit sich und der Welt
- kann es dein Pferd nicht erwarten, seine Belohnung zu bekommen

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Wenn dein Pferd wiehert klingt es...

- melodisch und angenehm
- laut, durchdringend, manchmal auch protestierend - fast als ob es schreit
- leise und dünn, wie ein Fohlen
- klar, evtl. aber schnell heisser - Wiehern kommt aber selten vor
- schnell, hektisch und flatternd

## Dein Pferd ist anfällig für...

- Probleme mit Knochen, Gelenken, Zähnen
- panisches, kopfloses Verhalten, in das es sich schnell reinsteigert
- (chronischen) Husten, Erkältungen
- Rückenschmerzen und Verspannungen in der Muskulatur
- Kotwasser, Durchfall, Blähungen und/oder Verstopfung

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Um zu entspannen braucht dein Pferd...

- ◆ Struktur und Rückzugsorte, wo es etwas alleine sein kann
- ✘ Bewegung, z.B. Zirkuslektionen in einer entspannten Atmosphäre
- Nichts - Entspannung ist sein/ihr zweiter Name
- das Gefühl, sicher zu sein, z.B. einen Kumpel, der auf es aufpasst
- ⊗ herausfordernde und abwechslungsreiche Bewegung

## Wenn dein Pferd überfordert ist...

- ◆ zeigt es das nur in körperlichen Symptomen
- zieht es sich zurück oder wird panisch - in jedem Fall bekommt es Angst
- verweigert es stur jede weitere Mitarbeit
- ✘ wird es hektisch, panisch und schwitzt viel
- ⊗ wehrt es sich sofort, beisst, bockt oder tritt

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Dein Pferd neigt zu...

- ❖ Symptomen, die im Körper umherwandern und schwer greifbar sind
- ◆ Schuppen, Ekzemen, Entzündungen, Fellwechselstörungen
- kalten Beinen und Gelenken
- ✘ Durchblutungsstörungen, Herz-Kreislauf-Themen
- Schwellungen, Verdauungsproblemen

## Andere Leute würden dein Pferd als..... beschreiben

- ✘ eleganten Tänzer
- vorsichtigen Überlebenskünstler
- ◆ schlauen Professor
- ❖ ehrgeizige Sportskanone
- gemütlichen Kumpel

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Die Hufe...

- ◆ neigen zu Erkrankungen im Hautbereich, z.B. Mauke
- wirken klein und schmal
- sehen bei feuchtem Wetter schnell schlimm aus (z.B. Strahlfäule)
- ✘ schweben nur so über den Boden
- ◆ Neigen zu Trockenheit und Rissen

## Was beobachtest du häufig an deinem Pferd?

- ◆ Es sucht Herausforderungen, zeigt aber oft ein sehr schwankendes Gemüt
- Es liebt seine Familie und kümmert sich um jedes Mitglied
- Es ist sehr friedlich, wirkt oft in sich gekehrt und ruhig
- ✘ Es spielt gerne mit seinen menschlichen und pferdischen Freunden
- ◆ Es braucht Struktur in seinem Alltag und arbeitet gerne

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Welche Art des Trainings mag dein Pferd am liebsten?

- ◆ Klare Kommunikation und strukturiertes Training, das den Kopf fordert
- ❖ Abwechslungsreiches Training mit einem Ziel, z.B. im Springtraining immer höhere Hindernisse
- Egal, Hauptsache, es gefällt dir und du machst nicht zu viel Druck
- ✘ Über eine Sommerwiese galoppieren, Bodenarbeit - Hauptsache, ihr beide habt Spass
- Gemütliches Training mit vielen kleinen Pausen, weil es sich nicht so gut konzentrieren kann

## Der Körper deines Pferdes wirkt...

- ✘ harmonisch und ausgeglichen
- ◆ trocken und knöchern
- stämmig und rundlich
- fein und zartgliedrig
- ❖ stählern und muskulös

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Im Zusammensein mit anderen Pferden ist dein Pferd...

- diplomatisch
- vorsichtig
- tonangebend
- entspannt
- kommunikativ

## Neues...

- ist meistens nicht sehr aufregend
- muss erstmal genau eingeschätzt werden, am Besten mit Rückendeckung
- ist bestimmt zum Spielen da
- wird genauestens analysiert
- wird mutig unter die Lupe genommen

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Dein Pferd...

- passt auf dich auf
- ist kreativ und erfinderisch
- ist dein Ruhepol
- bringt dich zum Lachen
- weiss eigentlich immer genau, was du von ihm willst

## Dein Pferd regiert auf Kritik und Tadel ...

- wie eine schnippische Diva
- indem es nachgibt
- schmollend und beleidigt, wenn es sie nicht nachvollziehen kann
- überfordert, gestresst, hektisch
- Indem es abschaltet und gar Nichts mehr macht

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Ein neues Pferd wird in die Herde eingegliedert und dein Pferd...

- ⊗ macht gleich klar, dass es der Boss ist
- ☐ nimmt es freundlich und gelassen in die Herde auf
- ◯ beobachtet erstmal genau, wer da kommt und entscheide dann, wie es reagiert
- ◆ begrüsst es souverän
- ✖ ist sofort Feuer und Flamme und sagt aufgeregt hallo

## Von dir fordert dein Pferd...

- ☐ Geduld und Verständnis
- ◯ Sicherheit und Lob
- ◆ klare Kommunikation und Ordnung
- ✖ Streicheleinheiten und Ruhe
- ⊗ selbstsicheres und bestimmtes Auftreten

# Welcher TCM-Typ ist dein Pferd?

## Wenn du den Stall wechselst...

- ❖ passt sich dein Pferd gut an die neue Umgebung an, braucht aber erstmal Bewegung
- ☐ vermisst es seine alte Herde, nimmt den Wechsel aber gelassen hin
- ◯ tut sich dein Pferd sehr schwer mit der Veränderung und lebst sich langsam ein
- ◆ kommt dein Pferd gut damit klar und denkt erstmal über Alles nach
- ✖ ist Alles aufregend und spannend, so dass es schwer zur Ruhe kommt

## Auf externen Lehrgängen/Turnieren/ in neuem Ausreitgelände...

- ❖ ist dein Pferd in seinem Element
- ☐ fühlt sich dein Pferd an wie immer
- ◯ ist dein Pferd vorsichtig und orientiert sich an dir
- ◆ bleibt konzentriert bei der Erfüllung seiner Aufgaben
- ✖ ist dein Pferd aufgeregt und neigt dazu, hektisch zu werden

# Auflösung

Bitte zähle zusammen, wie oft du welches Symbol angekreuzt hast.  
Hinter jedem Symbol siehst du dann die Elementzuordnung. Das am häufigst vertretene Symbol ist das Typ-Element deines Pferdes.

Bitte denke daran, dass es sehr oft Mischtypen gibt und in jedem Tier alle Elemente vertreten sind. Wenn du bei zwei Elementen eine gleich hohe Anzahl angekreuzt hast, sind diese beiden Elemente wahrscheinlich gleich stark ausgeprägt oder zeigen ein aktuelles Ungleichgewicht an, das in deine Antworten eingeflossen ist.

\_\_\_\_\_ Erd-Typ



\_\_\_\_\_ Wasser-Typ



\_\_\_\_\_ Holz-Typ



\_\_\_\_\_ Metall-Typ



\_\_\_\_\_ Feuer-Typ

