

I. Sur les pistes de la peur	1
La piste du tempérament	3
La piste équestre: les aides	4
La piste de la relation	6
La piste de l'expérience	10
Quelles options face à la peur?	12
Le projet de ce livre	17
II. A-t-il si peur que ça?	18
La maladie du déni	20
Mettez-vous à sa place!	21
Y a pas de raison?	23
Le cheval a la vue basse	25
Les peurs opportunistes en question	30
III. Et si le problème venait du cavalier?	34
Des réflexes à la réflexion	36
Peurs subites et bouc émissaire	37
Quand le cavalier provoque son cheval	38
Des aides qui n'aident pas	43
À cavalier effrayé, cheval effrayé	48
IV. Peurs surprises: sécurité et prévention	54
Des risques à évaluer	56
Éducation préventive	58
Climat préventif	64
Bien réagir dans l'urgence	66
V. Peurs annoncées: marches d'approche et franchissements en selle	72
Les petites peurs, c'est du sérieux	74
Danger à l'horizon	75
Ne vous brûlez pas les aides	77
La marche d'approche	79
Comment éviter l'écart annoncé	86
Conclure la visite: flairer, franchir	88
Une entreprise à long terme	98
VI. Approches et franchissements en main	102
Passer en main, une décision à mûrir	104
Les aides en main, des limites à connaître	106
Précéder son cheval, une solution naturelle	109
Envoyer le cheval en avant, la solution des crises	114

VII. Forces et faiblesses du travail en liberté	130
Soigner la peur de l'homme	132
Désensibilisation en liberté : à débattre	141
Franchissements libres : avec réserves	144
Désensibilisation libre	151
VIII. Peurs connues, la stratégie de désensibilisation	154
L'art de prévoir	156
Habitudes de fuite et chevaux à problèmes	158
Sensibilisation, désensibilisation, un apprentissage ultrarapide	161
Les clés de la progressivité	162
Que faire quand le cheval réagit?	173
Un code antidote au réflexe de fuite	178
Désensibilisation au toucher	181
Désensibilisations involontaires	185
IX. Matériel et environnement, des cartes à jouer	188
Matériel préventif, matériel éducatif	190
L'encadrement d'un franchissement	196
Le choix du lieu	198
L'encadrement par les congénères	203
Apprendre la solitude	206
X. Devenir le leader de son cheval	210
Comment ça marche	212
La gamme des exercices	224
Contrat de distances, contrat de non-dépassement	238
Varié le menu pour motiver	245
XI. Un programme d'entraînement contre la peur	248
Libérer le balancier en selle : les contrats	250
Le retour au contact	264
Désamorcer les réflexes d'opposition	265
Développement de l'expérience : les parcours aménagés	273
XII. Du côté des longues oreilles	280
L'âne et la peur	282
Le prendre par les sentiments	285
Réaction aux aides	286
Une alternative au cheval	287
Le mulet	289
Récapitulons	292
Bibliographie	295