

LA PEUR : ET SI C'ETAIT VOTRE FAUTE ?

(Cheval Magazine n°305)

article de Véronique de Saint Vulry

Pendant des siècles, la peur a assuré la survie du cheval. Désormais, son instinct atavique de fuite lui est plus souvent nuisible qu'utile, et le cavalier a la lourde tâche de l'aider à se rassurer. Mais il ne faut pas se tromper de combat : c'est contre la peur qu'il faut lutter, pas contre le cheval !

Quand sa monture s'effraie, le cavalier ne peut s'empêcher d'en rajouter : les rênes s'arriment à la bouche, les jambes prennent les flancs en étau... Tristes réflexes ! La pauvre bête, qui se sentait déjà inquiète, se retrouve ligotée, avec un tigre sur le dos ! Il y a de quoi paniquer. Hélas il lui est quasiment impossible de faire comprendre à son maître qu'elle préférerait une autre méthode, car les apparences sont contre elle :

La grande illusion

- Quand la peur est légère, en effet, le cheval accepte tant bien que mal de passer, ce qui donne l'impression qu'on a eu raison de l'"empoigner".

- Quand la peur est forte, le cheval va cette fois se comporter comme si on lui demandait de franchir un ruban électrifié : puisque l'étau des jambes lui impose le mouvement, il va bouger, certes, mais sûrement pas vers l'avant. Au choix, il plantera un demi-tour éclair, se cabrera, ou reculera inexorablement... Pourtant, à force d'être inlassablement ramené devant ce qui l'inquiétait, il finit par s'y habituer, la peur décroît, et soudain, il accepte d'y aller. Et notre cavalier se frotte les mains, persuadé qu'il doit sa réussite à son acharnement. En fait, il est victime des apparences. S'il avait utilisé la méthode douce que je vais expliquer dans ces pages, son cheval serait passé aussi, plus facilement, sans se défendre. Mais cette technique contrarie tellement nos réflexes habituels qu'on a du mal à y croire, et à l'appliquer, malgré sa simplicité. Depuis 15 ans, j'ai pu en tester l'efficacité sur toutes sortes de chevaux, du shetland au lusitanien. Non seulement ça marche, souvent de manière spectaculaire, mais en plus, les chevaux ainsi traités deviennent très vite de moins en moins craintifs. C'est à la fois une recette miracle et un traitement à long terme...

Le seul problème, c'est qu'un cheval qui a subi le "tire-dessus, rentre-dedans" pendant trop longtemps finit par perdre courage, et n'ose plus se livrer à ses (bons) réflexes naturels (voir encadré). Il est alors plus difficile à mettre en confiance qu'un poulain à peine débourré.

Ceux qui ont l'esprit assez ouvert pour se remettre en question pourront inverser la tendance... mais j'en connais qui ont déjà tourné la page !

Lutter contre la peur, pas contre le cheval...

Pour progresser face à la peur, le cavalier doit cesser d'accuser son cheval, et s'en prendre à ses propres réflexes qui, nous l'avons dit, ne font qu'aggraver la situation. Entendons-nous bien, il n'est nullement question de renoncer à passer, bien au contraire... Tout est dans la manière ! Une démarche plus "éthologique" permet d'y arriver à coup sûr, sans se mettre en danger. Futile ou pas, la moindre inquiétude mérite cette procédure rassurante, et mieux vaut s'y habituer lorsque les choses paraissent faciles. Car on ne se débarrasse pas de ses mauvais réflexes du jour au lendemain ! D'abord, accepter la peur du cheval. Il a le droit de s'inquiéter d'une tige de maïs en travers du chemin, d'une trace d'arrosage dans la sciure. Après tout, il y voit peut-être un serpent venimeux, une fondrière ou que sais-je encore... Je

connais des humains qui ne se montrent pas très cartésiens non plus devant les araignées, les souris ou les ascenseurs. Soyez tolérants !

Chaque fois que votre grand timide donne des signes d'inquiétude, voici comment procéder: D'abord, l'arrêter, avant qu'il n'ait l'idée de le faire tout seul. Ce ne serait pas très bon pour l'autorité de le laisser mettre lui-même un grand coup de patin. D'autant qu'emporté par son élan, il se sera peut-être un peu trop approché, et voudra ensuite reculer, ce qui n'est pas prévu dans le règlement...

Ensuite, attendre. Eh, oui, lecteur toujours pressé, c'est le meilleur moyen pour gagner du temps. Le cheval en profite pour examiner ce qui l'inquiète. Pendant ce temps, son cavalier doit surmonter ses réflexes de prédateur : plus de jambes, plus de main. Il laisse les rênes se détendre jusqu'à décrire un bel arrondi, s'assoit confortablement dans la selle, et s'efforce de reconforter son inquiète moitié (caresse, monologue rassurant).

Désormais, tout dépend du cheval. S'il tente une sortie (recul ou demi-tour), rétablissez l'arrêt. Seulement l'arrêt. N'essayez surtout pas d'en profiter pour gagner du terrain, ce n'est pas le moment !

Une fois immobile, observez-le bien :

1/ Il reste tendu vers ce qui l'inquiète, encolure de bois, tout son poids sur les postérieurs... Attendez encore, sans jambes, sans main, en continuant à le reconforter. Rassurez-vous, il est exceptionnel de voir un cheval résister plus de 3 minutes à la patience de son cavalier. A moins de lui demander de sauter d'un avion en marche...

2/Son poids se répartit correctement, et il semble se désintéresser de la question. Demandez-lui un demi-pas en avant, juste pour recentrer son attention sur l'objet ou le passage effrayant.

3/ Il commence à étendre l'encolure vers ce qui l'inquiète. Réjouissez-vous, et, sans vous pencher, laissez immédiatement filer les rênes (honnis soit les picots et autres anti-dérapants) pour qu'à aucun moment il ne se heurte à la main. Le moindre soupçon de résistance sur l'embouchure risque de lui faire perdre courage, et planter un demi-tour. Je connais des chevaux qui arrachent proprement les rênes pour pouvoir flairer, mais hélas, un tel bon sens est plutôt rare. Trop souvent, on en voit renoncer parce que le cavalier n'a donné que 20cm de rênes, et que sa monture sent bien qu'il n'y en a pas assez pour aller jusqu'en bas.

Se sentant libre de procéder à ses investigations rituelles, le cheval acceptera de s'approcher de l'objet qui l'effraie, pour le flairer longuement. S'il s'agit d'un passage difficile, il s'y engagera précautionneusement, le nez au sol. S'il n'y va pas de lui-même, ne l'empoignez surtout pas dans les jambes... Encouragez-le de la voix, et n'exigez qu'un pas à la fois, gentiment. Trop de pression provoquerait un demi-tour, et il est clair qu'à bout de rênes, il faudra alors de bons réflexes pour s'y opposer. En cas de tentative, maintenez la tête face à la difficulté, rétablissez l'arrêt, et rendez aussitôt les rênes...

A partir du moment où il commence à étendre l'encolure, le cheval montre qu'il accepte d'y aller. Le reste est affaire de patience. C'est parce que les cavaliers ne savent ni libérer la tête, ni faire taire leurs jambes, que leurs chevaux se montrent si inquiets, et parfois si violents, lorsqu'ils ont peur. Si vous acceptez de perdre un peu de temps, au début, votre monture prendra de plus en plus d'assurance, constatant qu'enfin, elle a le droit et les moyens de se rassurer.

Comme en liberté

Lorsqu'un cheval en liberté arrive devant un passage inquiétant qu'il ne peut contourner, il donne un petit coup de frein, étend l'encolure, met le nez au sol, flaire et scrute la difficulté, puis s'engage précautionneusement, en conservant cette attitude investigatrice tant qu'il n'est pas rassuré.

S'il se montre moins brave sous la selle, c'est parce que son cavalier ne lui laisse ni le temps, ni la liberté d'encolure qui lui permettraient de prendre confiance. D'où ses demi-tours, cabrades et autres reculers précipités. Au lieu d'engager le combat, la solution est évidente : laissez-lui exécuter, à son rythme, le petit rituel instinctif dont il a besoin, en vous bornant à confirmer qu'il doit passer là, et pas ailleurs.

Le résultat vous surprendra !