

# LA THÉRAPIE PAR LE CHEVAL

Nous vous proposons ici une approche de cette médiation équine thérapeutique pas ordinaire, de son histoire et de son environnement :

## Qu'est-ce que la Thérapie Avec le Cheval ?

**Les séances de thérapie avec le cheval, ne sont pas des moments d'acquisitions équestres ni des séances de loisir, mais des temps d'accompagnement thérapeutique qui sont prescrits ou indiqués par un médecin.**

## À qui s'adressent-elles ?

*Elles s'adressent à toutes personnes, enfants, adolescents ou adultes en demande de soin, dans les domaines de la pathologie physique ou mentale ou présentant des difficultés psychiques (dépression, troubles des comportements alimentaires, addictions, désorientation...), ou encore en rupture sociale.*

*Seuls des soignants, ayant déjà une formation à l'écoute, à la relation d'aide et formés à la compréhension du monde sensoriel et du comportement du cheval devraient être habilités à la pratiquer.*

*C'est pourquoi la FENTAC ne forme que des personnels de la santé ou du médico-social.*

## Le travail global d'un thérapeute avec le cheval ?

C'est lui qui garantit un cadre rassurant et contenant, et assure, dans la sécurité, des séances thérapeutiques individuelles ou de petits groupes au sein d'un centre équestre, d'un poney-club, dans un centre spécialisé qui possède des chevaux et des installations, ou dans ses propres installations parfois.

Il définit le projet avec les personnes concernées (patient, famille ou institution), explique le dispositif et le cadre au patient, à sa famille ou à l'institution. Il rédige des rapports, des évaluations des progrès des patients.

Il travaille en réseaux avec les médecins prescripteurs, les équipes de soins ou les équipes éducatives qui suivent le patient, au cas où la demande de prise en charge émane de la famille.

Ses séances sont adaptées de façon individualisée à chaque patient.

## Et le cheval ?

**Dans ce contexte de soins, le cheval est utilisé en tant que médiateur de la relation, c'est-à-dire sujet d'intérêt partagé par le patient et le thérapeute, sujet qui les rapproche mais qui les différencie aussi.**

C'est le thérapeute qui introduit le cheval auprès du patient et le patient auprès du cheval. Ce dernier est très souvent présenté non harnaché (pas de selle, pas de filet et mors, avec juste un licol), c'est-à-dire libre dans ses mouvements, car il doit être un réel partenaire qui a son rôle à jouer. Son statut d'être vivant, de sujet animé est exploité dans toutes ses dimensions.

Les chevaux sont des animaux grégaires qui apprécient le contact avec les hommes et sont curieux de nature. Nous utilisons donc ces compétences pour leur laisser parfois l'initiative de renouer une relation coupée ou suspendue, en les laissant, par exemple se déplacer, et venir sentir (renifler) le patient qui s'est éloigné.

### **Comment agit le thérapeute avec le cheval ?**

**Les temps de travail à pied autour du cheval seront privilégiés, que ce soit lors du pansage (brossage des poils, nettoyage des sabots), d'un travail en liberté dans un manège ou de déplacements à pied dans un espace balisé, le cheval mené à la petite longe, par exemple.**

Suivant le projet, l'existence ou non de contre indications et le désir du patient, ce dernier pourra ou non monter sur son cheval. D'autres approches peuvent être proposées : travail aux longues rênes, travail en voltige adapté, attelage et aussi, temps de rencontre dans le troupeau de chevaux en pâture. ... Dans tous les cas, les thérapeutes s'attachent non pas à la réduction du déficit ou des symptômes mais à la répercussion psychique de ces troubles ou handicaps, qui fait de la personne un sujet unique dans sa façon d'appréhender son corps et dans sa manière d'être en relation au monde et à l'environnement.

Le thérapeute avec le cheval offre à ses patients un ou plusieurs espaces (le box, le pré ou le manège, par exemple) et des situations de rencontres et de relations dans lesquelles ces derniers vont pouvoir vivre des expériences corporelles, émotionnelles et relationnelles avec les partenaires en présence (cheval, thérapeute, autres membres du groupe, voire les parents dans un travail mère ou père - enfant ).

Il part du désir et de l'initiative des patients à interagir avec le cheval et son environnement, dans un véritable processus d'accompagnement. Il respecte la façon singulière que chaque patient adopte pour rencontrer l'animal et le temps qu'il lui faut pour les différentes étapes. Les expériences de ces derniers sont prises en compte par le thérapeute qui est à même, de par sa formation, d'en restituer un sens sous forme de messages corporels ou langagiers, qu'ils soient interprétatifs ou non. Le cheval est un être vivant ; le patient se reconnaît en lui, car, lui aussi, a des besoins qui doivent être satisfaits : boire, manger, dormir, se reposer, s'exprimer : se rouler, s' « amuser » et se défouler en galopant en liberté ; il a aussi besoin de contacts : il vient vers lui ou s'en éloigne, le suit dans ses déplacements, etc.

Les situations corporelles, analogiques aux vécus précoces sont recherchées et proposées. S'occuper d'un cheval, le soigner, peut être l'occasion de comprendre la façon dont les soins ont été prodigués et surtout vécus par le patient ; le fait d'être porté, d'être en contact direct avec le poil du cheval, son odeur, sa chaleur, les balancements provoqués par le pas (allure privilégiée dans une thérapie), peuvent lui rappeler des moments initiaux de sa vie. Entouré et accompagné de façon proche par le thérapeute, le patient peut se laisser aller à les revivre, dans la sécurité, pour ensuite se reconstruire et se structurer de façon plus harmonieuse.

Les processus d'attachement sont à l'œuvre. Au fil des séances et des interactions qui se nouent, un accordage entre le patient / le cheval / le thérapeute se réalise, permettant la restauration d'un lien d'attachement sécurisé. La communication se rétablit dans une quête de compréhension mutuelle. C'est pourquoi il est important que le thérapeute laisse l'initiative motrice au patient. Son attitude bienveillante aidera à l'expression spontanée et l'authenticité de celui dont il s'occupe. L'espace thérapeutique vécu comme « base de sécurité » abaissera le taux d'anxiété, notamment lors des séparations. Le patient pourra se réaliser et se reconstruire.

L'objectif de cette thérapie est de permettre des réaménagements physiques et psychiques grâce à des expériences corporelles et relationnelles différenciées mais toujours ajustées au stade de développement psychomoteur et psychoaffectif du patient. Le thérapeute privilégie une méthodologie de l' « être avec » et non du faire, ce qui le distingue des approches pédagogiques.

*Brigitte MARTIN*

**Comment se différencient « Thérapie Avec le Cheval », « Équithérapie » et « Hippothérapie » ?**

## **LA THÉRAPIE AVEC LE CHEVAL**

**Ce concept de thérapie avec le cheval est né en 1986, après des réunions et des groupes de réflexion de différents professionnels, autour de Madame de Lubersac qui a créé la fédération nationale de thérapie avec le cheval et à qui nous devons ce que nous sommes à ce jour. Ces termes font suite à la dénomination de Rééducation par l'équitation qui avait alors cours.**

**La spécialisation en thérapies avec le cheval trouve son origine dans les concepts psychomoteurs (Ajuriaguerra, Bergès).**

Nous nous retrouvons aussi dans les travaux et théories :

- Psychanalytiques de Winnicott, Anzieu, Haag, Golse, etc.
- Psychologiques de Piaget, Wallon, Ajuriaguerra, Laborit, Rogers...
- Éthologiques : Harlow, Lorenz, Bowlby, Montagner, Cyrulnik...

**Je vous propose de nous arrêter sur chacun de ces termes :**

**Thérapie** La thérapie avec le cheval constitue une ouverture supplémentaire qui vient s'ajouter à l'ensemble des possibilités thérapeutiques, dont le but essentiel est d'améliorer ou guérir, ou de conserver des acquis.

Elle doit être conduite obligatoirement par des personnes formées aux soins, à l'écoute à la relation d'aide. C'est pourquoi la formation qui est dispensée à la FENTAC s'adresse uniquement aux personnes ayant déjà un diplôme émanant du ministère de la santé, que ce soient des médecins, psychologues, psychomotriciens, orthophonistes, éducateurs, etc. Elle est en fait une spécialisation à un métier de soignant.

Elle est soumise, comme tout autre thérapie, à une prescription médicale. Thérapie veut dire cadre thérapeutique, tant physique (le dispositif) que cadre psychique, qui se doit d'être contenant, enveloppant, permettant l'expérience des éprouvés corporels et l'émergence d'émotions qui leur sont liées. Mais nous tenons à dire qu'il n'y a pas de cadre modèle. Chaque équipe ou chaque soignant met en place le cadre qui convient, en fonction des pathologies et des projets thérapeutiques. Le thérapeute est garant de ce cadre et se doit de respecter cette rencontre singulière qui va permettre de tisser des liens entre les 3 protagonistes.

L'expression des émotions passent souvent par des substrats corporels comme les attitudes, gestes, tonus, regards, utilisation de l'espace (éloignement/rapprochement), manifestations végétatives ; elles sont prises en compte par le thérapeute qui est à-même d'en restituer un sens sous forme de messages corporels ou langagiers. C'est grâce à ce feed-back que la relation transférentielle s'établira dans une véritable relation triangulaire. Le thérapeute accueille les symptômes de ses patients sans chercher directement à les réduire. Son attitude est faite d'empathie, de congruence (Carl Rogers).

**Avec** et non pas par ou sur, car l'objectif n'est pas forcément la monte. C'est pourquoi il est accordé beaucoup d'importance aux rencontres à pied, qu'elles se déroulent avec un cheval en liberté dans un manège ou durant le pansage dans le box ou à l'attache, temps encouragé, jamais négligé. Nous pointons de ce fait, l'importance des connaissances éthologiques que doivent acquérir les soignants. Nous accordons ainsi plusieurs modules dans la formation à la connaissance du cheval sous cet angle là et au travail à pied en interaction avec le cheval, puisque le thérapeute, très souvent, mais pas toujours, est à terre, et non à cheval.

**Cheval** à la place d'équitation, car l'équitation avant tout, c'est la monte. Le cheval est un animal grégaire qui, ayant besoin d'une vie social, autorise les contacts corporels qu'il apprécie. Il réunit les qualités nécessaires à la pulsion d'attachement décrite par M. Harlow (éthologue) et M. Bowlby (psychanalyste), qualités qui sont chaleur, odeur, douceur, bercements,

fondamentales pour le développement harmonieux de l'enfant .En thérapie, le cheval est le médiateur vivant de la relation entre le patient et le thérapeute. Les techniques de prise en charge sont variées. Elles sont à différencier des activités ou techniques équestres. En thérapie, pas de notion de compétition, pas d'apprentissages équestres spécifiques.

### **En conclusion :**

La Thérapie avec le cheval est une thérapie corporelle, au départ, qui propose des possibilités de régression dans une dynamique évolutive de réaménagement des fonctions psychiques et physiologiques. Ce remaniement des modalités psychiques s'appuie sur des expériences corporelles que la thérapie avec le cheval induit largement. Elle introduit petit à petit l'imaginaire et le symbolique, aboutissant à une communication passant par la réalité. Elle vise au remaniement des modalités relationnelles, de la communication à soi, à autrui, au monde extérieur.

### **L'ÉQUITHÉRAPIE**

Terme générique pour toute action d'équitation à visée thérapeutique.

### **L'HIPPOTHÉRAPIE**

Terme international qui définit la rééducation fonctionnelle avec le cheval. Nos amis belges l'utilisent comme un équivalent d'équithérapie.