



L'équitation à visée thérapeutique

Mots clés : thérapie, médiation animale

L'équithérapie est considérée comme un soin psychique médiatisé par le cheval et dispensé à une personne dans ses dimensions psychique et corporelle. La progression équestre n'est pas un objectif en soi, et il est accordé une importance aux rencontres à pied avec un cheval en liberté, dans un manège, ou lors du pansage (en box ou à l'attache).

HISTORIQUE

Voici plus de 2000 ans, Hippocrate, médecin grec de l'antiquité, observait déjà que la pratique de l'équitation en plein air empêche les muscles de perdre leur tonus. Au XVII^e siècle, deux médecins viennois s'avancent plus loin en conseillant la pratique de l'équitation dans le traitement de psychopathies.

Mais cela ne fait que quelques années que le cheval comme médiateur thérapeutique commence à prendre de l'ampleur : il a d'abord été reconnu dans le domaine du handicap physique avant de prendre une part importante, qui ne cesse de croître, dans le domaine du handicap mental. Ce sont des expériences aux Pays-

Bas, en Angleterre et aux Etats-Unis qui ont permis cette reconnaissance et l'arrivée de cette nouvelle forme de thérapie en France grâce à l'intervention de Renée de Lubersac, psychomotricienne, et d'Hubert Lallery, masseur-kinésithérapeute, dans les années 1970. Ils créèrent en 1970 l'association HandiCheval sous l'appellation Association Nationale De Rééducation par l'Equitation (A.N.D.R.E).

La création de la Fédération Nationale des Thérapies Avec le Cheval, à partir de 1986, marque la libération des activités de soin de la tutelle des fédérations sportives.

POUR QUI ?

L'Equithérapie peut être adaptée à différentes personnes, adultes ou enfants, atteints de handicaps variés. « C'est une méthode thérapeutique globale et analytique, extrêmement riche qui intéresse l'individu dans son complexe psychosomatique, qu'elle soit pratiquée par des handicapés physiques ou des handicapés mentaux » (Renée De Lubersac).

Depuis lors, les thérapeutes ont élargi ce domaine aux

personnes présentant des troubles du comportement, des troubles psychomoteurs, des troubles sensoriels, des troubles de la communication, des troubles instrumentaux associés à des troubles d'apprentissage, aux toxicomanes, aux délinquants, aux pathologies psychiatriques, dans le cadre de développement personnel, de manque de confiance en soi...

POUR QUOI ?

Le but thérapeutique est d'améliorer l'état physique, physiologique ou psychique de la personne en respectant sa physiologie, son rythme et ses appréhensions

dans des conditions de sécurité et de confort optimaux.

COMMENT ?

Les moyens mis en œuvre sont de deux ordres :

- psychiques : la parole, le discours, le sens, le partage émotionnel, l'expérience vécue, le transfert, le désir...
- corporels : la sensation, le mouvement, la communication infra-verbale, l'expression gestuelle, le regard...

Les « outils » utilisés par le thérapeute peuvent correspondre à ceux utilisés en psychanalyse, en programmation neuro-linguistique, en psychothérapie cognitivo-comportementale, en kinésithérapie ou en psychomotricité.

L'intérêt de l'utilisation du cheval s'explique par ses qualités en tant qu'être vivant ayant un appareil psychique propre, relativement simple, doux et chaud, socialement valorisant et adapté, susceptible de porter et de transporter, non jugeant et non intrusif, apte à accepter les projections, apte au dialogue sur un mode

archaïque, digne d'intérêt et de soin. Ces qualités ne font pas du cheval un thérapeute, mais bien un outil qui, utilisé par un thérapeute, sera en mesure d'ouvrir des opportunités, et de rendre possible l'amélioration d'une pathologie physique, psychique ou d'un mal-être.

A SAVOIR

L'équithérapie n'est pas une profession réglementée par la législation française. Il en résulte que le titre d'équithérapeute ou d'hippotherapeute n'est pas protégé par la loi, et qu'il n'existe pas de formation d'Etat garantissant la compétence des professionnels. La formation ne peut donc valider à elle seule une quelconque reconversion professionnelle !

Les différents organismes représentatifs s'accordent sur le fait qu'il est nécessaire, afin d'exercer dans de bonnes conditions, que les thérapeutes aient reçu une double formation :

- une formation paramédicale ou médico-sociale de base, délivrant un diplôme reconnu par l'état ;
- une formation spécialisée en équithérapie, délivrant un diplôme privé ou une attestation de participation.

Le thérapeute peut se heurter à différentes limites. Tout d'abord les siennes : il n'est pas forcément en mesure de pouvoir aider et soulager tout le monde. Ensuite, les thérapies équestres ne conviennent pas à tout le monde. Et finalement, certains handicaps physiques sont impossibles à allier avec la pratique de l'équitation : dans ce cas, l'attelage peut être une alternative intéressante (dans une optique de loisir mais

non de thérapie !)

L'importance des connaissances éthologiques⁽¹⁾ que doivent acquérir les thérapeutes.

Besoin d'un matériel adapté et présence d'un moniteur indispensable.

La prise en charge, la régularité des séances et la durée de thérapie se fait au cas par cas, en fonction du handicap et du projet thérapeutique de la personne.

Pour les personnes polyhandicapées, IMC : un avis médical provenant d'un médecin spécialiste (médecin de rééducation par exemple) est indispensable.

Le travail avec le cheval est une méthode d'éducation ou de rééducation. C'est une méthode globale car elle sollicite une participation de tout l'organisme, aussi bien physique que psychique. Et c'est aussi une méthode analytique car des mouvements isolés et indépendants sont réalisables avec beaucoup de précisions.

Plus précisément, ce type de thérapie adaptée est une thérapie de communication qui permet de vaincre certaines inhibitions et qui favorise une meilleure relation avec l'environnement social et affectif de la personne.

LEXIQUE

⁽¹⁾ *Éthologie* : Etude objective et scientifique des comportements animaux (incluant le comportement animal tel qu'il peut être observé chez l'animal sauvage en milieu naturel, chez l'animal sauvage en captivité, chez l'animal domestique en milieu naturel et chez l'animal domestique en captivité).

Il faut également inclure dans cette signification l'étude comportementale des êtres humains et des relations homme-animal.

Formation

HANDICHEVAL, formation plus tournée vers le loisir adapté
www.handicheval.asso.fr

FENTAC (Fédération Nationale de Thérapies Avec le Cheval), formation plus tournée vers la psychomotricité
www.fentac.org

FEETAC (Fédération Est de la Thérapie Avec le Cheval)
<http://feetac.free.fr/index.php>

SFE (Société Française d'Equithérapie), formation plus tournée sur la relation psychothérapeutique de la relation avec le cheval
sfequithérapie.free.fr

Site qui fait une synthèse de toutes les formations :
<https://sites.google.com/site/equitiationadaptee/formations>

Stage de sensibilisation

Les Poneys d'Enfer (association Notre Dame de Joye - Paris 14ème)
www.notredamedejoye.fr/index.php?page=20&rubrique=16&niveau=3

Quelques organismes privés proposant des formations à l'étranger

- « Anthe-Anthesis » et « Handhippo », Belgique
- « ASTAC » Association Suisse Thérapie Avec le Cheval et « Schweizer Gruppe für Hippotherapie-K », Suisse
- « EAGALA » Equine Assisted Growth And Learning Association, USA et Grande-Bretagne
- « NARHA » - North American Riding for Handicapped Association, USA et Canada
- « Nederlandse Stichting Helpen met Paarden », Pays-Bas.

Sources

- Jollinier, Marie (dir). *Cheval, inadaptations et handicap*. Paris, Maloine, 1995.
- Lubersac, Renée de & Lallery, Hubert. *La rééducation par l'équitation*. Paris : Crépin, Leblond, 1973.
- Lubersac, Renée de (dir.). *Thérapies avec le cheval*. F.E.N.T.A.C., Vincennes, 2000.
- Cyrulnik, Boris et al., L'Animal, un thérapeute pas si bête. In : *Le journal des Psychologues*, n° 165, mars 1999.
- Aguila, Bruno (réal.). *Poneys d'Enfer, l'équithérapie au cœur de Paris*. Casadei Productions, 2007. DVD, XX min. (consultable au Centre de Ressources Multihandicap).

Pour aller plus loin...

- Fondation SOMMER, relation Homme Animal : <http://www.fondation-apsommer.org>
- Equisens <http://www.equisens.fr>
- Résilience, aide à l'enfance par la Médiation Animale : <http://www.resilienfance.org>

Cette fiche réalisée par le Centre de Ressources Multihandicap est conçue pour aider les familles et les professionnels à mieux appréhender ce concept et elle donne, de manière objective, un accès facile aux informations essentielles à la compréhension.

Elle peut-être librement utilisée à condition de l'attribuer à son auteur, en citant son nom (Centre de Ressources Multihandicap), de ne pas en faire d'utilisation commerciale et de ne pas la modifier.

Fiche créée en 2010