

ANIMAUX L'association Le Pied à l'Étrier intervient auprès de personnes ayant subi des traumatismes. Les chevaux font partie intégrante du processus d'accompagnement.

Des thérapeutes équins aident les victimes de maltraitances

À Forel (VD), une dizaine de chevaux broutent tranquillement du foin dans une stabulation libre. Loin d'être des équidés ordinaires, ceux-ci jouent un rôle fondamental pour guider des victimes dans leur long chemin de reconstruction. «Différentes formes de traumatismes peuvent se développer à la suite d'une agression unique ou d'une maltraitance quotidienne, tels l'abus sexuel ou le harcèlement scolaire, explique Delphine Maeder, cofondatrice de l'association Le Pied à l'Étrier. Avec le soutien du cheval, nous les aidons notamment à reprendre confiance dans leurs capacités et à vivre à nouveau sereinement avec leur entourage.»

Tania est l'une de ces victimes. Abusée dans son enfance, elle ressent une anxiété généralisée et a des tendances suicidaires. La thérapeute lui propose en début de séance d'observer simplement le troupeau, qui évolue librement. «J'utilise les chevaux comme modèles, souligne-t-elle. Les diverses interactions entre eux font miroir

avec les relations au sein de notre société et permettent aux personnes en souffrance de réapprendre ce qu'est un comportement social adéquat.» Chaque équidé met alors en lumière des situations différentes, que cette infirmière en psychiatrie traduit en mots. Une comtoise qui défend son poulain contre ses congénères évoque la protection d'une mère pour son enfant. Une jeune franches-montagnes, particulièrement téméraire, rappelle l'adolescent qui prend des risques en explorant les limites. «Une des multiples conséquences de la maltraitance est l'isolement, qui va parfois jusqu'à la phobie sociale, observe la professionnelle. Le troupeau permet de leur montrer une société bienveillante et respectueuse, où chacun a sa place, malgré des personnalités distinctes.»

Apprendre à s'affirmer

Après cette phase d'observation, Delphine Maeder demande à sa patiente de travailler avec *Knight*, un frison, en liberté. Elle doit tout d'abord apprendre à protéger son es-

pace de sécurité, en empêchant l'animal de s'approcher trop près. La jeune fille est ensuite invitée à faire bouger le cheval dans une certaine direction. Les premiers pas sont hésitants. *Knight* reste parfaitement immobile, alors que Tania tente vainement de mettre en mouvement le puissant animal avec des gestes. Imposer sa volonté face à une masse de plusieurs centaines de kilos n'est en effet de loin pas évident. L'exercice est cependant particulièrement révélateur du manque de cohérence entre l'intention de la personne et le message qu'elle dégage réellement. «Je tire toujours des parallèles avec la propre histoire de mes patients, afin qu'ils cernent leurs facteurs de vulnérabilité, comme l'incapacité de s'affirmer dans ce cas. L'objectif est en outre d'expérimenter à nouveau un échange équilibré avec un tiers, en toute sécurité, en travaillant sur les compétences sociales et émotionnelles.»

Des parents impliqués

Tania monte ensuite à cheval, sans selle. Cette étape est beaucoup moins anodine qu'il n'y paraît pour une victime de traumatisme psychique ou sexuel. L'animal permet cependant un corps à corps nu, mais sans risque d'abus possible. «L'objectif est de pouvoir reconnecter ce contact physique étroit à une sensation agréable», explique Delphine Maeder. Ce jour-là, Tania restera simplement à l'arrêt, immobile sur l'équidé, entourant l'encolure de ses bras. Lors de la prochaine séance, sa mère sera invitée à travailler en tandem avec elle. «Sans le vouloir, certains parents créent un environnement non protecteur, propice aux agressions, souligne la thérapeute. Nous les aidons à identifier et redé-

UNE CONFIANCE EN SOI RETROUVÉE

«J'ai été victime de harcèlement à l'école, explique Noémie, âgée aujourd'hui de 13 ans. La violence était telle que j'ai développé une phobie scolaire, qui m'a empêchée de suivre les cours pendant plus de deux ans. J'ai repris confiance en moi grâce à *Bambi*, qui a la particularité d'être atteint de surdité. La thérapeute m'a beaucoup fait faire d'exercices au sol, en liberté, au cours desquels je devais notamment le faire trotter dans une certaine direction. À cause du handicap de ce poney, j'ai été obligée d'utiliser uniquement mon langage corporel pour me faire comprendre. Avant, je n'osais pas me défendre. *Bambi* m'a permis d'apprendre à mettre des limites et à être claire dans mes intentions. Je travaille désormais également avec un autre cheval, plus puissant. Quand je vais à l'école, celui-ci m'accompagne dans la tête, ce qui me donne la force d'affronter mes camarades. J'ose désormais plus facilement regarder les gens bien en face et leur dire ce qui ne me convient pas.»

UNE APPROCHE NOVATRICE

Fondé en 1997, Le Pied à l'Étrier est une association à but non lucratif, reconnue d'utilité publique en 2002. Basée à Forel (VD), elle utilise le cheval comme médiateur entre le praticien et le bénéficiaire. Elle intervient principalement auprès d'enfants, d'adolescents et d'adultes en souffrance à la suite d'un traumatisme psychique ou physique, afin notamment de les aider à se reconstruire sur les plans émotionnel et relationnel. L'association soutient également les parents dans leur rôle éducatif et protecteur, et forme à la médiation équine. Actuellement, huit professionnels – infirmière en pédiatrie et psychologie, psychologue, éducatrice spécialisée, entre autres – sont actifs sur le terrain. Onze équidés, du minishetland au trait comtois, complètent l'équipe. L'accompagnement dure en moyenne dix-huit mois.

+ D'INFOS www.piedetrier.ch

finir leur rôle, afin de pouvoir accompagner leur enfant dans son processus de guérison. Certains n'arrivent pas à mettre des limites, se faisant littéralement marcher dessus par le cheval, d'autres ne cessent de répéter les mêmes ordres, alors qu'il y a déjà répondu. L'animal permet de mettre en lumière les manquements de chacun.»

VÉRONIQUE CURCHOD ■

Delphine Maeder (à g.) utilise le cheval comme partenaire pour accompagner entre autres des personnes victimes de maltraitances. L'animal permet alors d'expérimenter à nouveau un échange équilibré avec un tiers, sans risque de violence. Le contact physique les aide en outre à reconnecter le toucher à une sensation agréable, en toute sécurité.

