

# Equithérapie. Le contact avec les chevaux pour aider huit collégiens en difficulté

Huit collégiens vont participer à des séances d'équithérapie aux écuries de la chevalerie. En côtoyant des chevaux, ces élèves qui ont différents problèmes (confiance en soi, concentration...) peuvent travailler sur leurs difficultés et les corriger.

Et si les chevaux étaient la solution à de nombreux problèmes récurrents chez l'homme ? Problèmes de concentration, manque de confiance en soi, agressivité envers les autres ou soi-même, isolement etc. Ces soucis touchent notamment certains collégiens de Moulins-la-Marche. Afin d'essayer une thérapie qui pourrait les aider, huit d'entre eux ont été sélectionnés pour participer à des séances d'équithérapie.

« On doit aller vers lui »

C'est aux écuries de La Chevalerie, à Sainte-Scolasse-sur-Sarthe, qu'ils ont rendez-vous pour essayer de soigner leurs maux grâce aux chevaux. A raison de quinze séances, qui durent deux heures, ces collégiens vont apprendre à découvrir l'animal, l'appréhender et, qui sait, peut-être le monter à l'issue de leur thérapie. Derrière ces séances d'équithérapie, il faut y voir ce qu'on demande en partie à un cavalier lors de sa toute première année d'équitation.

**« La différence c'est le côté psychologique. Un jeune cavalier vient de son plein gré. Il n'y a pas besoin de l'accompagner pour qu'il apprécie le cheval contrairement à ces collégiens »,** note Mickaël Fillesoye, gérant du centre équestre.

Parmi les huit sélectionnés, tous ont des problèmes différents mais le contact avec les chevaux pourrait bien être une solution miracle. En se plongeant dans l'univers équestre, il faut être à l'écoute du cheval, de ses envies et ne pas le brusquer car la bête est très émotive. **« Le cheval est sensible. Il sent les émotions humaines. C'est au cavalier de s'intéresser à l'animal plutôt que l'inverse. On doit aller vers lui et adopter certains comportements pour que ça se passe bien »,** explique Mickaël Fillesoye.

C'est en devant forcer leur nature pour se faire accepter de l'animal, que les patients changent pas à pas leur propre attitude envers les autres. Ces méthodes, le gérant de 37 ans les a déjà pratiqués avec l'Institut médico-éducatif (IME) de Mortagne et avec des élèves de Section d'enseignement général et professionnel adapté (Segpa). Pour

ces derniers, le principal problème résidait dans leur agressivité. Mais au contact des chevaux, leur attitude avait radicalement changé. **« Ils ont vu qu'en étant agressif ça ne marcherait pas et que cela pouvait mal se passer pour eux car le cheval est un animal imposant. »**

### Changer les comportements

Une réalité qui avait conclu à des effets positifs et des améliorations dans le comportement de ces élèves de Segpa. Du côté des collégiens qui s'apprêtent à découvrir l'univers équestre, aucun d'entre eux n'est déjà monté à cheval. Tous les profils retenus pour tester l'équithérapie ont tout de même fait part de leur intérêt. Ce sont peut-être des élèves pas très à l'aise, qui se présenteront à la première séance, mais certainement pas des réfractaires. Si l'équitation reste un sport individuel, des activités de groupe sont au programme. L'idée étant de voir comment chacun se comporte en équipe. Pour l'heure, les discussions sont en cours pour savoir si des objectifs sportifs seront intégrés ou si l'équithérapie ne restera qu'un travail sur le comportement. Idéalement, à l'issue des 15 séances, les huit collégiens sauront aller chercher l'animal, le ramener, mettre le licol (une pièce qui se met sur la tête du cheval), le brosser, le sceller etc.

Les bienfaits de s'occuper d'un cheval semblent nombreux. Et cela ne s'arrête pas au bien-être. Des entreprises s'intéressent de plus en plus à la pratique dans le cadre de stage d'équipe qui permet de renforcer les liens et de voir comment les employés se comportent pour « manager » un tel animal. Les chevaux bientôt au secours des entreprises ?

Lucas Rapi



Mickaël Fillesoye va recevoir huit collégiens pour les aider à surmonter leurs problèmes