

MOUANS-SARTOUX

« Le cheval est un vecteur de communication »

Depuis sept ans, Stéphanie Gruchet prend en charge des patients de 4 à 25 ans atteints d'autisme ou de troubles envahissants du développement en utilisant l'équithérapie. Insolite

Carole, met la main sur Brunette, touche ses oreilles ». Carole, 8 ans, est une blondinette atteinte de retard mental. Aujourd'hui, c'est jeudi. Depuis près de deux ans, c'est le jour de sa séance d'équithérapie à la ferme équestre Lou Recampado à Mouans-Sartoux. Un club historiquement investi dans toutes les formes de pratique équestre, y compris à visée thérapeutique et éducative.

Chaque mot relié à une sensation

Début de séance. Carole a du mal à se concentrer. Son regard s'échappe sur le côté. Sans doute perturbée par ma présence. « Je veux la tortue et le canard » répète-t-elle inlassablement. Indifférente à son discours, Stéphanie Gruchet la rassure. Dans la carrière, ne se joue pas un cours d'équitation. Mais un étonnant ballet à trois -l'animal, la patiente et l'équithérapeute- où, de la communication entre les corps peuvent naître langage et prise de conscience.

« Allez, on court Carole ! Bru-



Avec Carole ou Raphaël, Stéphanie Gruchet rassure mais stimule aussi.

(Photos Patrice Lapoirie et Gaëlle Arama)

nette court ! ». Stéphanie fait tourner la petite monture. « Qu'est qu'il fait le poney ? ». Le flot de paroles incohérentes de la petite fille cesse. « Il tourne » lâche-t-elle. Stéphanie la félicite. Même si le flux insensé jaillit encore de l'angoisse de l'enfant. Allez, on part

en promenade. « La balade, c'est le renforteur du comportement positif, explique Stéphanie Gruchet. Avec Carole, j'intègre la méthode ABA à l'équithérapie. Chaque mot est relié à une sensation. L'idée est de favoriser l'essor de la communication verbale appropriée ».

Pour Aurore, la maman de Carole, cette prise en charge complétant la psychomotricité et l'orthophonie a de vrais bienfaits. « Au début, je n'y croyais pas du tout. Mais Carole fait des progrès. Elle a plus conscience en elle, prend davantage conscience de son corps. Il

faut savoir qu'au début, elle ne savait pas ou était son pied... ».

Pour Raphaël, 25 ans, atteint de trisomie et d'autisme, la séance hebdomadaire amène apaisement, prise de confiance et sensations de plaisir. Le moment est ritualisé. Avec un gros câlin avant de mettre le pied à l'étrier. Et d'être bercé par le rythme des sabots qui atténue son anxiété. L'enjeu : un mieux-être à dos d'équidé. Pour un mieux vivre ses difficultés.

GAËLLE ARAMA
garama@nicematin.fr



Interview express



(Photo L.P.)

Stéphanie Gruchet, psycho praticienne et équithérapeute

« Une thérapie destinée aussi aux enfants traversant un événement éprouvant »

Passionnée d'équitation depuis l'enfance, ex-monitrice dans des clubs durant douze ans, Stéphanie Gruchet, 47 ans, a exercé ensuite comme éducatrice spécialisée pendant huit ans dans des instituts médico sociaux. Avant d'unir ses compétences équestres et thérapeutiques en 2012 via une formation d'équithérapeute. Installée à Sophia depuis 2017, cette psycho praticienne accompagne les adultes dans leur fonction parentale et les plus jeunes de 4 à 25 ans, notamment en équithérapie. Une thérapie psycho-corporelle peu connue.

Qu'apporte le contact avec le cheval ?

Prendre soin de l'animal

développe la capacité d'empathie. Cela responsabilise. Prendre soin de l'animal, c'est aussi pousser mes patients à s'interroger sur comment on prend soin d'eux. Mais ce temps du pansage n'est pas du tout obligatoire. Cela dépend des profils. Une fois à cheval, il y a ce bain sensoriel qui entraîne une prise de conscience du corps par le portage, puis de la séparation.

Le but n'est pas d'apprendre à monter ?

Non. Le cheval est un vecteur de communication dans ce cadre. Même si apprendre à monter peut être un levier intéressant sur l'estime de soi, la confiance, le sentiment de compétences. L'idée

essentielle est de créer une relation à trois et provoquer la coopération chez l'enfant. Il est obligé de me faire confiance, est incité à me faire des demandes et donc d'entrer en communication. On met aussi des mots simples sur des actions.

L'équithérapie pousse à devenir acteur aussi ?

D'un point de vue sensoriel, l'enfant fait l'expérience de la fusion. C'est la prise de conscience du schéma corporel et le lien entre deux intentionnalités, celle du poney et la sienne. Cela le pousse à être acteur puisqu'il va interagir avec sa monture. Et s'adapter à ses mouvements.

Quels sont les bienfaits ? Et pour quelles pathologies ?

Les enfants arrivent avec une certaine charge d'angoisse. Par la découverte de cet espace de vie, on observe un apaisement, une tranquillisation. J'interviens pour la trisomie, l'autisme et les troubles envahissants du développement. Mais l'équithérapie peut être destinée à tout enfant traversant un événement éprouvant. J'ai suivi une jeune fille perturbée par le divorce de ses parents... S'il y a un manque affectif, le cheval peut le pallier. Les situations sont très différentes. Et donc, les séances aussi.

PROPOS RECUEILLIS
PAR GAËLLE ARAMA