

LE CHEVAL, THÉRAPEUTE SUR QUATRE PATTES

PSYCHOMOTRICITÉ La plus noble conquête de l'homme apporte une aide précieuse aux enfants et aux adultes qui souffrent de troubles moteurs ou psychologiques et de handicaps mentaux. Reportage à Anima près de Genève, un centre pour enfants en difficulté.

SABINE PIROLT

Ce mercredi après-midi, Louis ne veut pas monter à cheval. D'habitude, ce garçon de 9 ans a plein d'envies lorsqu'il débarque à l'association Anima, un centre pour les enfants souffrant de troubles moteurs, de handicaps mentaux ou de difficultés psychiques, créé il y a six ans. Mais aujourd'hui c'est différent. Tant pis, Vanessa Küng, la psychomotricienne qui s'occupe de lui pour la deuxième année lui propose d'autres activités dans la petite maisonnette qui jouxte l'écurie. Elle l'aide à se mouvoir sur un grand cheval de bois qui n'a ni tête ni encolure, un engin parfait pour s'habituer et s'exercer à monter en toute sécurité. Le cavalier en herbe travaille un moment sur l'engin puis passe à une petite table pour faire un dessin. «Le cheval est le fil conducteur mais les enfants ne sont pas obligés de monter à chaque séance.»

Louis souffre de troubles envahissants du développement (autisme). Au niveau corporel, il fait preuve de peu de maintien et de tonus: il

se laisse dégoûler. L'heure hebdomadaire qu'il passe au centre de psychomotricité avec les chevaux – une thérapie remboursée par l'AI – lui apprend «à contrôler son corps et lui permet d'avoir une meilleure perception de ses sensations et de ses segments corporels, c'est-à-dire savoir où sont ses bras, ses jambes ou ses pieds» détaille Vanessa Küng. Pour les enfants lourdement handicapés, les buts à atteindre ne sont pas spectaculaires ou les exercices pratiqués le sont dans un cadre de bien-être. L'heure passée en compagnie des chevaux est un moment de détente et de plaisir. «Pour Louis, par exemple, l'objectif est qu'il puisse contrôler son équilibre et qu'il fasse preuve d'une meilleure tenue corporelle.» En fonction des buts recherchés, ce sera soit Mousse, Zéphir – deux chevaux – ou Pipo, Astragale ou Arlequin – des poneys – qui accompagneront et porteront l'enfant. «Si le tonus d'une fillette ou d'un garçon est très bas, nous choisirons un cheval vif. Le choix d'une monture molle n'aurait pas de sens car il ne se passerait pas grand-chose entre elle et son cavalier.»

Louis est un des cinquante-sept enfants qui fréquentent régulièrement le centre. Trois adultes font de même. Parmi eux, un aveugle. Que peut lui apporter de telles séances? Deuxième psychomotricienne qui travaille à Anima, Françoise Wermus raconte: «Pour une personne privée de la vue, tout est dans la sensation, dans l'équilibre et l'orientation du corps en mouvement. Apprendre à guider un cheval dans un espace fermé, comme notre tout petit paddock, donne confiance en soi et une autre perception de l'équilibre. De plus, la personne peut enfin ressentir un autre rythme – la cécité rend lent – car c'est le cheval qui donne le mouvement. Enfin, elle peut se détendre dans le mouvement, un moment rare pour les aveugles.»

De fait, il n'est pas besoin de souffrir d'un lourd handicap pour ressentir les bénéfices de la psychomotricité avec les chevaux. Des enfants et des adolescents qui suivent une scolarité ordinaire peuvent vivre des moments de déprime, de baisse d'estime de soi, avoir des problèmes d'hyperactivité, de coordination ou

de communication. Dans ces cas-là, poneys ou chevaux les aident à retrouver la confiance en eux. Françoise Wermus assure: «Il suffit parfois de quelques séances pour se libérer d'un stress et se sentir mieux.» Un miracle? «Non. C'est que le cheval porte. Il permet de se laisser aller et donne confiance. Les enfants et les adolescents peuvent constater qu'ils sont capables de beaucoup de choses avec peu de connaissances techniques. C'est un point très positif. Ils apprennent également à accepter de se tromper, d'avoir été trop timides dans leur demande puisque le cheval ne leur répond pas.» Aux enfants dont le développement psychomoteur est plus lent ou ne se fait pas bien, le cheval donne un axe. «Beaucoup de filles et de garçons qui ont des difficultés glissent à gauche ou à droite. Ici, ils apprennent à s'asseoir au milieu du cheval, à faire travailler leur colonne vertébrale. Même sur une monture au pas, être en selle a un effet bénéfique sur le redressement postural.»

Il est 16 heures et Laurène, 11 ans et demi, entre dans la pièce, un sourire aux lèvres et

une lueur espiègle dans les yeux. Elle est atteinte de surdité et d'une rigidité corporelle et mentale, c'est-à-dire qu'elle peut se braquer et devenir très dure. Vanessa Küng explique: «Au début, Laurène ne voyait pas le danger et les difficultés liés à l'équitation. Elle n'avait aucune conscience de son manque de savoir-faire. A travers les chevaux, les enfants prennent conscience de leurs capacités et de leurs limites. Ils apprennent à apprendre. Ils acceptent également à s'améliorer. Cet apprentissage prend du temps.» Alors que la psychomotricienne détaille les nombreux progrès de Laurène, cette dernière a enfourché le cheval de bois et fait la démonstration du spectacle de voltige qu'elle a donné il y a quelques mois. «Mes parents, mon frère et des amis sont venus», explique la fillette. Françoise Wermus explique que la psychomotricité avec les chevaux donne «de bons résultats». «Mais ils sont moins bons s'il n'y a pas un capital de confiance ou s'il y a trop d'attente ou d'exigences de la part de la famille.»



PROGRÈS

Avec les chevaux, Laurène, 11 ans, a appris à faire un grand travail de respect d'elle-même.

Et les chevaux dans tout ça? Comment réagissent-ils lorsqu'ils ont affaire à des enfants qui parfois crient ou tapent? Dressés en continu par un professionnel à plein temps, ils sont «repris» lorsqu'ils ont vécu une séance difficile truffée d'ordres et d'actions incohérents, c'est-à-dire que les psychomotriciennes ou le responsable des chevaux leur donnent des ordres justes et clairs. «Nous les reprogrammons sur le mode "normal", leur redonnons également le plaisir de bouger car avec les enfants, ils vont surtout au pas. Les chevaux sont tolérants et gentils, ils acceptent beaucoup de choses. Mais, surtout, ils ne font pas la différence entre les enfants qui ont des difficultés et les autres...» ◊