

# Médiation équine et psychotraumatisme

## étude préliminaire après une attaque terroriste

Laurence Hameury, pédopsychiatre, praticien hospitalier honoraire du CHU de Tours, France  
Lina Rossetti, équithérapeute, Association Le Pas-Sage, Nice, France

### Résumé

La médiation équine thérapeutique (MET) est une approche complémentaire dont les bénéfices sont mis en évidence par les études scientifiques. L'objectif est d'introduire le cheval comme médiateur de la thérapie. Deux adolescents souffrant de trouble de stress post-traumatique (TSPT) à la suite de l'attaque terroriste du 14 juillet 2016 à Nice ont bénéficié de 10 séances de MET. En fonction des symptômes observés, les objectifs et les moyens thérapeutiques ont été définis. L'évaluation des résultats a montré une bonne alliance thérapeutique et une évolution positive concernant le fonctionnement socio-émotionnel et cognitif, l'estime de soi et la qualité de vie. Les mécanismes d'action de la MET permettent d'expliquer les bénéfices et l'efficacité de cette thérapie complémentaire dans le domaine du TSPT.

*mots clés : trouble de stress post-traumatique, médiation équine thérapeutique, adolescents*

### Objectifs

- Objectifs de l'étude : évaluer les résultats de la MET
- Objectifs thérapeutiques :
  - renforcement de l'estime de soi
  - lien d'attachement à l'animal
  - gestion des émotions et de la séparation
  - sensorialité (exploration des sens, perception de son corps, re-centration sur les sensations agréables)
  - verbalisation et gestion des émotions ressenties
  - remédiation cognitive : travail sur les pensées inadéquates et les pensées positives, sur la mémoire du traumatisme, sur la déconnexion du souvenir et de l'émotion

### Méthodologie

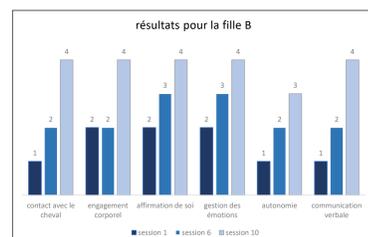
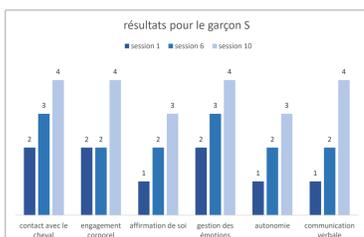
- deux adolescents d'une même famille souffrant de trouble de stress post-traumatique persistant au-delà de deux ans (une fille de 18 ans et un garçon de 14 ans)
- 10 séances de MET, hebdomadaires
- présence des parents aux séances 1, 2, 3 et 10
- suivi psychologique extérieur pour les parents souffrant aussi de stress post-traumatique
- évaluation basée sur une grille d'observation élaborée et cotée par l'équithérapeute (grille d'observation Rossetti en médiation équine thérapeutique – GORMET)

	Score 1	2	3	4
Contact avec le cheval	indifférence face à l'animal	reste sur la réserve malgré un certain intérêt	interagit ponctuellement avec l'animal	se spontanéise vers l'animal, interagit avec lui
Engagement corporel	attitude passive, reste en retrait	se déplace de manière rigide, hiéris	interagit avec l'animal dans maîtrise de ses gestes et postures	avance franchement vers l'animal, interagit de manière adaptée
Affirmation de soi	attitude passive face à la consigne, l'entour	parvient par moment à élever le timbre de sa voix	arrive à s'affirmer, mais seulement par moment	arrive à faire preuve de fermeté face à l'animal si besoin
Gestion des émotions	expressions faciales et gestuelles rigides, indifférence apparente	parvient à s'exprimer ponctuellement, sur sollicitation, lors de l'exercice	est capable d'émouvoir son visuel pour dire ce qu'il ressent	expression émotionnelle spontanée face à une situation donnée (plaisir ou difficulté)
Autonomie	passivité, ne sait que faire	hésitation, recherche l'aide du regard	fait des efforts pour réaliser les consignes demandées	fait preuve d'initiative, est dans l'action adaptée
Communication verbale	absence de modulation de la voix dans les demandes, peu d'expression orale	variation adéquate de modulation de la voix pendant la séance, ne s'exprime qu'en réponse à des questions posées	sait moduler le timbre de sa voix de façon appropriée, s'exprime spontanément	parle avec aisance, pose des questions, sait se servir de sa voix pour échanger avec l'animal

### Résultats

La MET a permis de

- faciliter l'adhésion aux soins
- rétablir la relation avec autrui, sortir de l'isolement
- réajuster les comportements et les pensées
- améliorer le fonctionnement socio-émotionnel et cognitif
- diminuer l'anxiété de séparation
- favoriser l'expression et la régulation des émotions
- restaurer la confiance et l'estime de soi
- apporter un mieux-être



### Discussion et Conclusion

Cette étude de cas montre que la MET favorise l'alliance thérapeutique et constitue une expérience interpersonnelle sécurisante permettant à l'adolescent souffrant de TSPT de reprendre confiance en lui, d'être dans un processus actif l'aidant à sortir de son statut de victime et à cheminer vers la résilience.

Les recherches actuelles dans le domaine de la médiation équine comme dans celui du TSPT permettent de comprendre les mécanismes d'action de cette modalité thérapeutique, sur la base d'une analyse à la fois psycho-affective, cognitive, sociale, neurobiologique et thérapeutique.

Les études doivent être poursuivies avec un échantillon plus important pour obtenir des données pour une pratique basée sur les preuves et confirmer ces résultats préliminaires.

### Références

- Hameury, L., & Rossetti, L. (2021). A complementary approach for child stress posttraumatic disorder: Equine-assisted therapy. Une approche complémentaire dans le trouble de stress post-traumatique chez l'enfant : la médiation équine thérapeutique. *Neuropsychiatr Enfance Adolesc*, in Press, available online 18 May 2021. doi.org/10.1016/j.neurenf.2021.04.011
- Hameury L., Rossetti L. Equine-Assisted Therapy as a Complementary Approach for Adolescents with Post-traumatic Stress Disorder: A Preliminary Study After a Terrorist Attack. *American Journal of Psychiatry and Neuroscience*. Vol. 10, No. 1, 2022, pp. 13-19. doi: 10.11648/j.ajpn.20221001.13
- Mueller, M. K., & McCullough, L. (2017). Effects of equine-facilitated psychotherapy on post-traumatic stress symptoms in youth. *J Child Fam Stud*, 26(4), 1164-72. doi.org/10.1007/s10826-016-0648-6
- Zhu, Xi, et al. "Neural Changes Following EQUINE-ASSISTED Therapy for Posttraumatic Stress Disorder: A Longitudinal Multimodal Imaging Study." *Human Brain Mapping*, vol. 42, no. 6, Apr. 2021, pp. 1930-39, https://doi.org/10.1002/hbm.25360