



Médiation équine pour personnes avec autisme : quel intérêt ? quels bénéfices ?

Qu'apporte la médiation équine aux personnes avec autisme ? Comment le contact avec le cheval peut-il améliorer leur comportement ? Quels sont les bénéfices ? Comment les expliquer ? Cette fiche expose les données permettant de répondre à ces questions.

par Dr Laurence HAMEURY - | 01.04.2020 |



Niveau de technicité :



Quand le cheval devient médiateur

Actuellement, le cheval participe de plus en plus aux soins pour des personnes en difficulté. Il intervient en tant

que médiateur. La **médiation avec les équidés** (les chevaux ou les poneys, parfois les ânes) est une **approche complémentaire actuellement en plein essor**.

En France, les termes utilisés pour les interventions assistées du cheval sont variés, en fonction de l'indication, de l'objectif et de la formation de l'intervenant. Les différentes situations sont décrites et explicitées dans la fiche [équipédia Médiation équine, équitation adaptée : quelles différences ?](#).



Il faut noter que la médiation équine n'a pas pour but l'apprentissage de l'équitation.

Quels sont les objectifs de la médiation équine pour personnes avec autisme ?

La **médiation équine pour personnes avec autisme** vient en **complément des autres interventions** (thérapeutiques, éducatives, scolaires et sociales) et s'intègre dans un **projet global et personnalisé**.

Les objectifs sont nombreux et déterminés en fonction des secteurs à exercer, mais aussi des potentialités existantes et à développer :

- Favoriser l'**inclusion sociale**
- Exercer les **systèmes d'adaptation, de régulation des émotions et du comportement, de traitement des informations**
- Développer l'**échange** et la **communication** (non-verbale et verbale)
- Faciliter la **mise en œuvre des compétences**
- Apporter **bien-être** et **confiance en soi**



Pour les personnes avec autisme, l'intervention du cheval va permettre de **développer la communication et l'adaptation sociale** dans un contexte motivant.

Quelles sont les modalités ?

La triade personne autiste-intervenant-cheval

En ce qui concerne la **personne avec autisme**, ses difficultés comme ses compétences doivent être bien comprises.

L'**intervenant** doit être tranquille, prévisible et étayant. En effet, son comportement et ses émotions retentissent sur le cheval comme sur la personne autiste. Il doit s'adapter au comportement de la personne et à ses difficultés, mais aussi à ses compétences.

Le **cheval** doit être gentil, calme et facile, patient et bien éduqué. Avec les enfants, le poney est préféré au cheval car sa taille est plus adaptée.

Un projet personnalisé, individualisé, intégré dans le programme thérapeutique global



Les modalités sont établies sur la base d'un projet personnalisé, individualisé, intégré dans le programme thérapeutique global de la personne autiste.

Les séances se déroulent dans un **environnement calme, apaisant et en toute sécurité**, en petit groupe ou en individuel. Durant une heure environ, des activités variées sont réalisées :

- **Observation du cheval (ou poney)** au box et en liberté
- **Préparation** : pansage, mise de la selle et du bridon ou du licol
- **Conduite à pied**
- **Monte en manège**, endroit fermé et tranquille, **ainsi qu'en extérieur**, où l'environnement est plus riche en stimulations

Concernant les enfants, il est important que les parents soient associés, informés des objectifs, des modalités des séances et des progrès de leur enfant.



Certains principes sont très importants :

- Tranquillité des séances
- Disponibilité de l'intervenant
- Réciprocité (l'objectif principal est l'échange)
- Flexibilité (introduction progressive des changements)

Comment évaluer et expliquer les bénéfices ?

Les interactions entre la personne autiste et le cheval, étayées par l'intervenant, vont permettre le développement et la régulation de processus psycho-physiologiques.

Les **fonctions neuro-psycho-physiologiques** impliquées dans les **modalités sensorielles, perceptives et cognitives** permettant l'adaptation du sujet à l'environnement social (attention, perception, association, intention, tonus, motricité, imitation, émotion, contact, communication) sont **exercées grâce à la médiation du cheval**.

La stimulation de ces fonctions amène une **amélioration des capacités d'échange, de communication et de régulation au plan cognitif, émotionnel et moteur**.

L'évaluation des résultats des séances de médiation avec le cheval a pour objectif de prouver l'efficacité de cette approche et de réajuster si besoin les objectifs et les modalités.



25 études scientifiques internationales d'évaluation quantitative des résultats, réalisées en France et à l'étranger entre 2009 et 2016 et concernant des enfants avec autisme, ont montré des résultats positifs, avec une amélioration significative des symptômes ciblés (Hameury, 2017).

Des bénéfices liés à plusieurs facteurs

Les bénéfices sont liés à plusieurs facteurs : l'environnement, le contact et la relation avec le cheval, le mouvement, les effets physiologiques.

L'environnement

L'**environnement en médiation équine** convient bien aux personnes avec autisme car il est **calme et structuré**. Des repères visuels peuvent être utilisés avant et pendant les séances. Les activités sont motivantes. Ainsi, il va être **médiateur de bien-être, facilitateur des interactions et du comportement adaptatif**.

Le contact et la relation avec le cheval

Le cheval est facile à décoder. Il a peu d'expressions faciales, contrairement aux humains. Il est doux, chaud et agréable à caresser et supporte les comportements particuliers. Il semble percevoir et répondre à certaines émotions de la personne. Il va aussi engendrer de l'**empathie** de la part de la personne avec autisme. Il a un **rôle apaisant et structurant**, favorise l'**apprentissage de règles**. Il porte la personne, lui procure des sensations agréables. Il permet de **canaliser la motricité** et d'**éviter la recherche d'isolement**. Il génère des « **coactions** » et il y a réciprocité entre lui et la personne autiste : ils agissent ensemble et le comportement de l'un agit sur le comportement de l'autre. Cela permet de développer les **comportements interactifs**. D'autre part, cette situation est valorisante et augmente la **confiance en soi** et l'**estime de soi**.

Le mouvement

Le **mouvement** entraîne une **stimulation multi-sensorielle** qui va exercer les fonctions sensori-intégratives et permettre l'**intégration des influx sensoriels**. Il favorise l'**exploration visuelle**, l'**expression vocale et verbale**. Il crée une expérience sensori-motrice de réciprocité, un « mouvement dialogue », prémices de communication non-verbale. Il développe les **stratégies adaptatives**, entraîne une **régulation du tonus**, et procure une **sensation de relaxation**. Le pas du cheval berce, alors que le trot stimule.

Les facteurs physiologiques

Les **facteurs physiologiques** en jeu dans les bénéfices observés grâce à la médiation du cheval sont encore mal connus. Toutefois, quelques études récentes permettent un début d'éclairage dans ce domaine : **diminution des hormones de stress** (cortisol), **diminution de l'excitation du système nerveux sympathique**, libération de neurotransmetteurs (endorphines, sérotonine, ocytocine) expliquant l'**effet apaisant** et l'**action sur le comportement, les émotions et la relation sociale**.



La médiation équine permet à la personne autiste de s'épanouir, prendre plaisir, s'ouvrir aux autres, échanger, partager, observer, ressentir, réfléchir, s'exprimer, s'autonomiser, s'affirmer, prendre confiance en soi.

Ce qu'il faut retenir



La médiation équine est actuellement utilisée internationalement en tant qu'intervention complémentaire pour des personnes avec autisme.

Elle permet d'exercer, dans un milieu ordinaire, les systèmes permettant l'adaptation de la personne autiste à son environnement social, ainsi que d'exercer la relation et la communication, la régulation des fonctions intellectuelles, motrices et émotionnelles.

Les initiatives se multiplient et de nombreux témoignages de personnes autistes ou de parents viennent confirmer les bénéfices apportés.

La validité des résultats décrits dans les études scientifiques actuelles doit être consolidée. En France, des projets d'étude émergent. L'Institut Français du Cheval et de l'Équitation (IFCE) et le Réseau *Cheval et Diversité* de la Fédération Française d'Équitation (FFE) souhaitent développer la recherche dans le domaine de la médiation avec les équidés et soutiennent des projets, de même que la



En savoir plus sur nos auteurs

- **Dr Laurence HAMEURY** Pédopsychiatre retraitée, praticien hospitalier au Centre Universitaire de Pédopsychiatrie du CHU de Tours de 1980 à 2011

Bibliographie

- **HAMEURY L.**, 2017. L'enfant autiste en thérapie avec le cheval. Connaissances et Savoirs, Saint-Denis, 98 pages.

