

LE JOURNAL DES

PSYCHOLOGUES

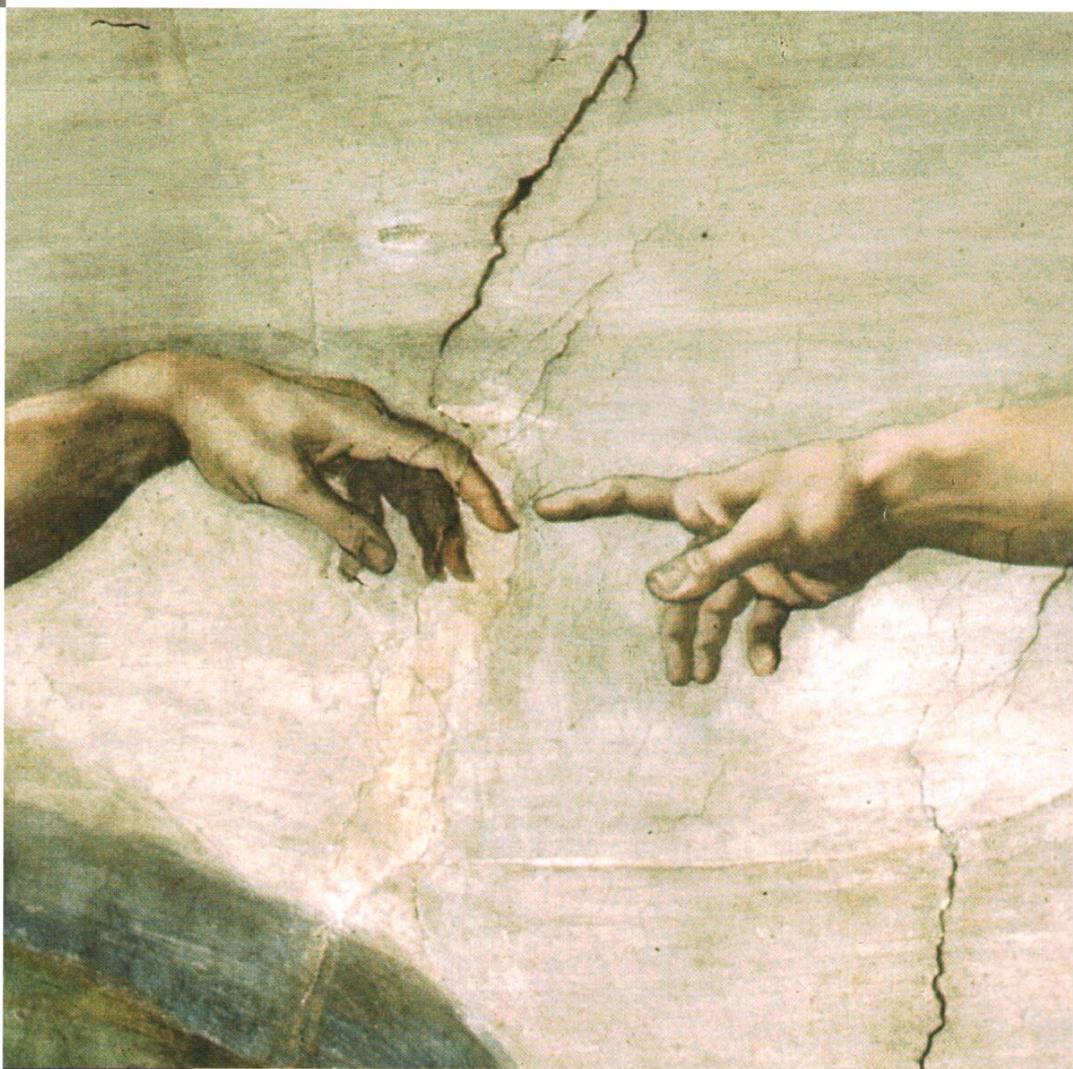
LE MENSUEL DES PROFESSIONNELS

**Le veilleur
de La Borde**
Hommage
à Jean Oury

**Questions à
Claude Tapia**
Familles
et générations
Éléments de
réflexion critique

Adolescence,
violence et « crise »

Parentalité
Adoption
et émergence
des liens de filiation



DOSSIER

La médiation, un espace pour penser

N° 319 Juillet-août 2014

DOM/S : 7,50 € - BEL : 7,40 € - MAR : 75 Mad
N CAL/S : 890 cfp - POL/S : 950 cfp - MAY : 7,90 €

 martin média

L 17653 - 319 - F: 7,50 € - RD



DOSSIER

La médiation, un espace pour penser



Delphine Corbeau

Psychologue clinicienne

Un médiateur nommé cheval

L'institut d'activités équestres à objectifs thérapeutiques, Equiphoria, est le premier à avoir vu le jour en France, il y a deux ans, grâce à l'initiative de deux personnes, dont la responsable du centre qui pratique cette activité depuis plus de dix ans aux États-Unis. L'équipe est composée de thérapeutes (psychologues, psychomotriciens, kinésithérapeutes) et de professionnels du monde équin, qui travaillent ensemble pendant les séances. Ce type de thérapie concerne tout type de handicap (moteur, sensoriel, mental, inadaptation sociale...) et de maladie, sous réserve d'une absence de contre-indication médicale. Le cheval peut représenter un « support » (*phoria*) physique et psychique dans bon nombre de situations. Les objectifs thérapeutiques sont élaborés au préalable, en lien avec les équipes soignantes, éducatives et-ou thérapeutiques qui accompagnent les personnes en situation de handicap. Le travail peut également se faire en lien avec les familles. Il y a des temps de concertation réguliers, au fil des séances, pour évaluer, voire reconsidérer, les objectifs. Trois types d'activité sont proposés :

- l'hippothérapie, qui s'adresse principalement à des personnes en situation de handicap physique lourd. La personne est placée sur le cheval et tire profit de ses mouvements rythmiques et stables, elle prend conscience des sensations corporelles...;
- la thérapie assistée par le cheval, qui englobe les activités destinées aux personnes susceptibles d'avoir une action sur le cheval et souffrant de troubles physiques ou psychologiques (travail psychomoteur, sensoriel, relationnel et-ou apprentissage...);
- des activités à visée thérapeutique autour du cheval, qui concernent des tâches de soin du cheval et d'entretien de son environnement, en petit groupe.

Auguste est un jeune adulte souffrant d'autisme. Sa rencontre avec Simatra, la jument d'un institut d'activités équestres à objectifs thérapeutiques, nous permet de mesurer ce qui se joue dans ce travail thérapeutique si spécifique, et notamment en quoi la présence de l'animal peut faciliter l'accès à des éléments régressifs pour le thérapeute et lui permettre ainsi d'entrer plus facilement en relation avec son patient.

Il peut y avoir aussi des séjours courts pour des personnes éloignées du centre, avec un hébergement adapté situé à proximité, sur un thème choisi selon le type de handicap. L'innovation de ce concept est que les séances sont animées uniquement par des thérapeutes, et les professionnels soignants, médicaux, éducatifs ou thérapeutes, qui s'occupent habituellement des personnes sont invités à participer aux séances en tant qu'accompagnants. Les professionnels du cheval sont également présents lors des séances, mais ne s'occupent que du cheval.

UNE RENCONTRE AVEC LE MONDE DU CHEVAL

J'ai toujours été sensible à ce que l'animal pouvait apporter à l'être humain. Lorsque j'ai eu l'occasion de découvrir davantage le monde du cheval, et notamment dans le contexte de cet institut, c'est-à-dire dans le respect mutuel des mondes équin et humain, j'ai beaucoup appris sur moi-même et redécouvert des sensations et émotions au contact du cheval. Cette rencontre a profondément changé ma façon d'être en relation avec mes patients. Je ressens beaucoup moins le besoin d'avoir systématiquement →

DOSSIER

La médiation, un espace pour penser

→ recours au langage verbal, j'ai plus de facilité à accepter parfois de ressentir ce sentiment de vide au contact de certains patients, et l'accepter permet d'entrer davantage en relation avec eux. Par moments, le fait de juste accepter de partager un moment, même furtif, avec une personne, mais d'être à ce moment totalement disponible psychiquement, suffit et est nécessaire pour entrer en relation et faire que l'Autre existe en tant que tel. « *Dans cet abandon régressif, un psy apprend, comme le dit encore Jean Oury, que l'ennui est une voie royale.* » (Willems, 2011.)

Me retrouver moi-même en ce que j'ai de plus profond au contact du cheval me permet aujourd'hui d'accéder à un monde plus archaïque : « *La présence d'un animal peut aider le thérapeute lui-même à régresser, afin d'établir avec son patient le "contact" dont parle Léopold Szondi ou la symbiose qu'évoque Harold Searles.*

D'abord, en ramenant un psy à des éprouvés de son enfance, un animal peut évidemment le rapprocher de ses tout jeunes patients ; mais, au-delà, en réveillant des strates psychotiques et autistiques que chacun porte en soi, il peut lui permettre d'entrer en relation avec ceux qui s'y situent essentiellement. » (Willems, 2011.)

Et je constate, par là même, un changement de comportement à mon encontre de la part des patients qui ont un fonctionnement psychotique, voire autistique : moins de signes d'évitement ou de fuite, jusqu'à être parfois à l'initiative d'un contact, ce qui n'arrivait pas avant pour certains d'entre eux.

Harold Searles parle aussi de « *régressions phylogénétiques* », qui arrivent à chacun d'entre nous : « *Je crois, en outre, qu'on pourrait aisément montrer que l'adulte connaît de fréquentes régressions phylogénétiques dans sa vie éveillée, aussi bien qu'en rêve, et que c'est là pour lui un moyen de se reposer des exigences de la vie relationnelle et de restaurer son énergie émotionnelle, de façon à être en mesure d'assumer, avec une vigueur et une fraîcheur renouvelées, ses liens proprement humains.* » (Searles, 1960.) La présence du cheval permet cette régression. Le contact peau à peau et la sensibilité du cheval (et plus particulièrement celle du cheval qui travaille en équithérapie) ramène à un mode relationnel préverbal, situé sur un partage émotionnel et sensoriel qui rappelle le lien précoce mère-enfant.

L'observation et la participation à des séances d'activité équestre à visée thérapeutique pour des adultes avec autisme m'ont permis de continuer à réfléchir sur ce que peut apporter la présence du cheval dans une thérapie, et la rencontre entre l'un des adultes, que j'appellerai

« Auguste », et Sumatra, une jument du centre, m'aidera à illustrer mes propos.

AUGUSTE ET SUMATRA

Le groupe de résidents d'un foyer d'accueil médicalisé qui va participer au programme de thérapie avec le cheval sur toute la semaine descend du véhicule. Nous découvrons les personnes alors qu'elles-mêmes nous découvrent dans ce lieu si particulier où règne un calme rassurant. Le centre est un lieu à part, un peu isolé sur les hauteurs d'un causse et entouré d'une nature sauvage que l'homme a su préserver. En y arrivant, on ressent une atmosphère singulière, empreinte de sérénité. Le lieu fait appel à nos sens : la vue sur cette nature reposante, l'odeur des plantes mêlées à celle du cheval, le bruit du vent dans les arbres et celui des chants d'oiseaux, entrecoupés parfois de hennissements ou de cris de rapaces qui survolent fréquemment la zone...

Un des résidents se tient un peu à l'écart. Il semble à la fois présent et absent. Il regarde un peu partout, mais surtout

ailleurs quand il sait qu'on l'observe.

Il semble vouloir instaurer un espace entre lui et le reste du groupe. Il est là, dans un endroit délimité qu'il choisit, et c'est sa manière à lui d'appartenir au groupe. Il ne fuit pas. Son attitude attire immédiatement mon attention.

Son regard est fermé, sévère, mais

il laisse deviner une profondeur, quelque chose d'unique qu'il cache, mais pas complètement.

Il s'approche de Sumatra, la jument la plus petite, et commence à lui tirer sur le crin. Je m'approche de lui et commence à l'accompagner dans le geste du pansage du cheval. Il semble tolérer ma présence, mais pas plus. Je le sens dans un entre-deux : il accepte ma présence tout en restant sur ses gardes. Il ne relâche pas sa vigilance, il m'observe sans pour autant me regarder. Son regard est inaccessible. Il est proche et lointain à la fois. Il n'est pas tranquille.

Auguste continue d'explorer tactilement le cheval. Il fait de petits mouvements sur le dos et les flancs. Il ne veut pas s'approcher de la tête. Il tire sur le crin et le manipule ensuite entre ses doigts, garde serré dans sa main le crin qui s'est détaché du cheval. Il approche régulièrement ses mains de son visage, au niveau du nez.

Auguste se place derrière le postérieur du cheval. Il tire sur la queue. Je m'approche rapidement de lui pour qu'il se dégage de l'endroit, craignant qu'il ne prenne un coup de sabot. Il me donne un coup de pied et s'éloigne. Je lui dis alors que j'ai compris le message, que je m'étais approchée

trop vite sans attendre son accord, et que je ferai attention désormais. Il reprend le brossage, accepte de nouveau ma présence auprès de lui et vient me chercher pour ramener la jument dans le pré.

Au fur et à mesure de la semaine et des séances, Auguste se métamorphose. Son regard dur, sévère, disparaît pour laisser place à une expression plus douce. Après une séance difficile le deuxième jour, lors de laquelle il a montré plus d'agressivité que la veille, autant avec les personnes de son entourage qu'avec les chevaux, il s'est apaisé. Le quatrième jour, son attitude est empreinte de calme et de sérénité. Son cheval et lui sont seuls au monde... seuls dans leur monde.

Auguste est comme un animal sauvage. Il n'a pas confiance en l'homme et s'en méfie. Hélène, la responsable du centre, l'a bien compris et a adapté son approche comme elle a pu le faire auparavant avec des chevaux sauvages. Tranquillement, elle s'approche, s'éloigne, puis s'approche de nouveau, s'éloigne encore, sans jamais le regarder. Elle se comporte comme lui : elle est là sans être là, à la fois proche et lointaine, présente et absente, ne s'occupe pas de lui. Elle ne recherche pas le contact. Auguste est intrigué, et ce comportement semble le rassurer. Il va vers elle en lui montrant que son lacet de chaussure est défait, c'est lui qui initie le contact, mais en approchant doucement. Elle refait la boucle du lacet en verbalisant ce qu'elle est en train de faire, et chacun repart de son côté, ni tout à fait loin de l'autre ni tout à fait près. Cet événement est loin d'être anodin : le contact est fragile, mais il existe bel et bien. Chacun reste attentif à l'autre sans le montrer ouvertement. Auguste semble rassuré en sa présence et baisse davantage la garde, il semble qu'il craigne moins une possible intrusion dans son espace vital. Peut-être se sent-il compris ?

Auguste a besoin d'un espace de sécurité tout autour de lui, comme une sorte de bulle qui l'entoure et le protège d'un monde humain hostile dans lequel il ne se reconnaît pas, et qui ne le comprend pas. Si on s'approche de lui brutalement, sans prévenir et sans son accord, on transperce sa bulle et on la fait éclater. Il se retrouve alors dans un état de vulnérabilité trop fort, il est fragilisé. Si on le prévient et qu'il nous fait signe qu'il accepte notre présence, nous pouvons alors le rejoindre dans cette bulle et la partager avec lui, loin du reste du monde.

La rencontre entre Auguste et Sumatra est exceptionnelle, comme s'ils se comprenaient. La jument, qui a plutôt un caractère bien trempé, a accepté d'accueillir l'agressivité



d'Auguste au départ, sans réagir violemment, sans s'enfuir. Elle reste calme, presque indifférente, elle accueille son agressivité sans la lui renvoyer, avec une patience telle celle d'une mère avec son nouveau-né. Et lui s'apaise rapidement, il cesse très vite de lui tirer sur le crin et de lui tordre les oreilles. Il se passe avec Sumatra quelque chose d'inexplicable, une relation qui n'appartient qu'à eux. La force du lien est perceptible, on peut la ressentir, mais on ne peut la décrire ni l'expliquer. Visuellement, il n'y a rien de particulier : pas d'effusion, pas de câlin. Lui exprime peu de choses, à part peut-être des sourires réguliers à son contact.

Mais on ressent beaucoup de douceur dans ses gestes, une impression de calme et de sérénité émane d'eux, la jument est prête à s'endormir pendant qu'il la brosse. Il explore la sensation de ses doigts sur le corps de Sumatra, sur sa crinière. Parfois, il approche son visage comme s'il allait poser sa tête sur elle doucement, puis se relève et sourit. Tout au long de l'exercice de pansage et pendant que les autres terminent, il reste là, près d'elle, à la toucher, la caresser. Il profite pleinement de ce moment de partage qu'il vit seul, avec elle. Sumatra, elle, est plus détendue que jamais : la lèvre tombante, les paupières lourdes, tous les muscles de son visage sont détendus. Ce qui était au départ une découverte sensorielle d'Auguste, pouvant évoquer un autoérotisme du nourrisson, devient sensation de plaisir partagé, soutenu par la voix du thérapeute qui →

DOSSIER

La médiation, un espace pour penser

→ vient le signifier. On note un accordage total, physique, émotionnel et mental entre ces deux êtres.

PATIENT, CHEVAL, THÉRAPEUTE ET FONCTION ALPHA

Cette relation fusionnelle observée entre le patient et son cheval nécessite un ajustement de la part du thérapeute. Il est important de savoir se taire, parfois, pour laisser le temps au patient de vivre ce qu'il est en train de vivre : « *Un animal peut, en effet, aider le thérapeute à ne plus vouloir faire ou dire, et à se contenter d'être, mais pleinement, avec son patient. Par là, il l'incite à "laisser être" ce patient avec l'animal, en laissant, sans trop intervenir, leur relation se construire.* » (Willems, 2011.)

Puis, par moments, on remarque des réactions de l'un ou de l'autre, qu'il est important de verbaliser pour permettre, par la suite, de construire quelque chose et de s'inscrire dans une temporalité, et non pas rester dans de l'instant présent. Les mots viennent alors mettre du sens, le thérapeute témoigne de ce qui se passe et inscrit le moment dans la réalité.

Ce que j'ai ressenti dans l'évolution de la relation entre Auguste et Sumatra m'évoque les prémices d'une relation mère-enfant. Observer ce lien m'a donné accès, par la relation transférentielle, à des sensations intenses plutôt de l'ordre du somatique et non encore de l'émotionnel,

des sensations presque douloureuses par leur intensité, qui m'ont fait penser à la théorie de Wilfred R. Bion sur le lien inconscient précoce entre la mère et l'enfant : l'agressivité projetée au départ sur la jument, tels les éléments bêta du petit qui ressent en lui des sensations désagréables et les projette sur sa mère pour s'en libérer, l'accueil et la réception de cette agressivité par la jument sans la renvoyer, et les mots du thérapeute sur ce qui se passe, permettent une fonction alpha qui vient digérer et désintoxiquer les projections.

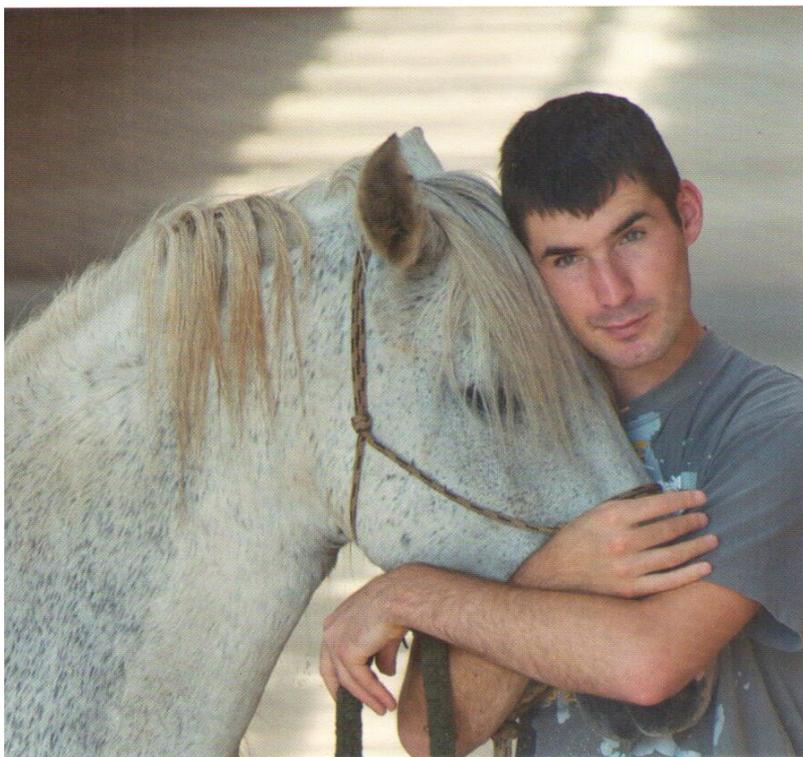
« *Wilfred R. Bion appelle les éléments bêta, les impressions sensorielles et vivances émotionnelles non transformées ; contrairement aux éléments alpha, qui servent à former des pensées oniriques, des rêves, des souvenirs, les éléments bêta sont vécus comme des "choses en soi" à expulser. [...]* Pour Wilfred R. Bion, l'enfant va construire sa psyché à partir de la psyché maternelle : l'enfant va projeter ses éléments bêta dans le psychisme maternel, qui, grâce à sa fonction alpha, va les recevoir et les transformer en éléments alpha. » (André-Fustier, 2011.)

Le cheval accueille les éléments toxiques qu'il ne considère pas comme dangereux ou menaçants, et le thérapeute verbalise ce qu'il perçoit et ressent de l'état du patient, comme une mère le ferait avec son nourrisson. La fonction alpha est partagée par le cheval et le thérapeute, qui reste en vie malgré les projections destructrices : le cheval joue le rôle de réceptacle, et le thérapeute celui de transformation des éléments et d'inscription psychique des vécus corporels bruts permettant, par la suite, la constitution d'un « appareil à penser ».

La place du thérapeute est donc essentielle, car elle permet cet espace d'« illusion » dont parle Donald W. Winnicott, nécessaire au processus de différenciation psychique des individus. Le cheval, seul, ne peut permettre d'accéder à cette différenciation. Sans la présence du thérapeute, la relation reste symbiotique.

LE CHEVAL COMME SUPPORT PHYSIQUE ET PSYCHIQUE

Au cours du programme, l'équipe propose aux résidents de monter à cheval. Auguste se montre impatient, son regard et ses gestes sont décidés. Il a déjà eu l'occasion de faire du cheval en centre équestre. Une fois sur la jument, il semble vivre pleinement les sensations qui s'offrent à lui. Il reste attentif à ce qui lui est dit, mais il regarde droit devant, concentré, esquissant de temps à autre quelques sourires. Monter sur un cheval est une expérience riche en sensations. Les pieds quittent le sol. Au départ, une légère impression de vertige vient troubler les repères habituels. Et, surtout,



on doit se livrer entièrement au cheval, on est alors à sa merci, en position de « *dépendance absolue* » (Winnicott, 1958). Le rythme du cheval devient celui de la personne, les corps s'harmonisent, s'ajustent peu à peu au rythme du pas. Un sentiment de continuité s'instaure entre ces corps qui deviennent le prolongement l'un de l'autre, comme le tout-petit et sa mère. Le corps du cheval anime celui qui est porté, et les sensations ressenties alors font prendre conscience de sa propre existence, comme l'expérience de « *personnalisation* » que décrit Donald W. Winnicott, soit « *le développement du sentiment que l'on a de sa personne dans son propre corps* » (Winnicott, 1958). Le cheval vient maintenir, soutenir, porter le corps de la personne. Il impulse un rythme, un mouvement à l'origine de sensations corporelles particulières. Ces sensations permettent de prendre conscience de son corps et des différentes parties qui le composent, car les sensations résonnent un peu partout : le contact de la peau avec le cheval, les perceptions sensorielles différentes, les sensations internes provoquées par le balancement. Si l'on est attentif à ce qui se passe dans le corps, on peut identifier une multitude de sensations. Le thérapeute est là pour en dire quelque chose selon ce qu'il perçoit dans l'attitude du patient. Les sensations vécues et les mots qui les accompagnent viennent donner vie et donner sens au moment présent. La sensation anime et donne corps au patient, et le thérapeute inscrit le moment dans la réalité, en laisse une trace par ses mots. La répétition de cette expérience dans le temps peut permettre la mise en place d'un « *sentiment de continuité d'existence* » (Winnicott, 1969). Le Sujet est porté (*holding*), pris en considération par le cheval, et reconnu comme un Sujet à part entière par le thérapeute. Ces moments de reconnaissance de soi et de l'autre peuvent permettre d'accéder à un sentiment continu d'exister, renforcé par le fait que les accompagnants qui participent aux séances sont des professionnels des établissements où vivent les résidents. Le lien entre ce qui se passe en séance, ce qui peut être proposé dans les établissements au niveau thérapeutique et le quotidien des personnes est donc possible, et ce lien, cette continuité, font partie du processus thérapeutique et de la possible instauration d'un « *sentiment continu d'exister* ».



CONCLUSION

Le cheval est donc un support et une médiation véritablement intéressants dans nombre de situations, comme le travail autour du corps, de la relation à l'autre, de l'identité... J'ai présenté ici une rencontre qui me semble illustrer un travail possible parmi d'autres, à savoir l'accès aux éléments régressifs du thérapeute facilité par la présence du cheval, la disponibilité psychique, la place réelle et symbolique du cheval...

Et ce qui est le plus surprenant lorsque l'on travaille avec le cheval, c'est que l'on peut faire toutes les recherches scientifiques possibles pour essayer de comprendre ce qui se passe entre la personne et le cheval... il restera toujours une part d'ombre, une zone de partage entre l'animal et le patient auquel personne d'autre n'aura accès.

C'est donc un travail qui rend humble et nous rappelle que l'on ne peut pas être partout et tout savoir, et qu'il est important, parfois, de s'effacer, de laisser chaque personne vivre l'instant, et de soi-même juste profiter de partager ces moments qui sont d'une grande intensité émotionnelle. Cette rencontre entre Auguste et Sumatra illustre également la rencontre entre deux mondes si proches et en harmonie : celui du cheval et celui de l'autisme. ■

***Le Sujet est porté par le cheval,
et reconnu comme un Sujet
à part entière par le thérapeute.***