

**« Etude des processus cognitifs, émotionnels et physiologiques au cours d'une intervention à visée thérapeutique avec le cheval auprès de personnes souffrant de troubles addictifs »**

**Charlène Hibert**

Sous la direction de Pr Elisabeth Spitz  
Université de Lorraine, EPSAM APEMAC

Introduction

Cette recherche exploratoire vise à étudier la pertinence d'utiliser la médiation équine en thérapie, auprès de personnes ayant des troubles addictifs.

Cette intervention allie des temps de pratique de la pleine conscience basée sur le programme MBRP (Mindfulness-Based Relapse Prevention ; Bowen, Chawla et Marlatt, 2010) à des moments de rencontres avec les chevaux, qui sont perçus comme de véritables partenaires. Plus précisément, la pleine conscience peut être définie comme une pratique visant à ouvrir son attention d'une manière curieuse et flexible à l'ensemble de son expérience immédiate. La thérapie avec le cheval, quant à elle, est de plus en plus populaire et se veut être un complément des thérapies basées sur la parole.

Observations cliniques :

La pratique de la pleine conscience peut parfois se révéler anxiogène pour les patients addicts. Le cheval, par sa présence et son soutien, semble permettre aux participants d'apaiser leur stress et augmenter leur sentiment de sécurité. Les patients peuvent ainsi accéder plus facilement à leur expérience présente mais aussi à leurs ressentis émotionnels. Le rôle du thérapeute est de faciliter la mise en mots de leurs émotions et l'interprétation des interactions qui se sont déroulées entre les participants et les chevaux.

Objectifs de la recherche :

Les objectifs principaux de cette recherche sont de décrire les processus psychologiques associés aux troubles addictifs puis d'évaluer l'impact de l'intervention de médiation équine basée sur la pleine conscience sur la symptomatologie clinique de patients suivis en post-cure.

Méthodologie

Durant 8 semaines, les patients ont participé à 1 séance hebdomadaire de 2 heures de thérapie en groupe (5 participants maximum). Pour évaluer l'intervention, nous avons choisi une méthodologie mixte qui mêle différents types d'analyses :

- Quantitative (questionnaires), afin de produire une évaluation qui nous renseigne sur l'efficacité de l'intervention (T1-T2) ;
- Qualitative (entretiens et observations cliniques), qui rend compte de l'évolution clinique du patient au cours de la thérapie.

Résultat attendus :

L'intervention à visée thérapeutique avec le cheval favorise la diminution de la symptomatologie des patients (troubles addictifs et comorbidité) et améliore leur bien-être.