



Dorothée Lherbier Dumoulin
Elise Chombart

Infirmières de formation, elles se sont toutes deux formées en équithérapie dans le but d'allier travail et passion.

Nous exerçons en tant que équithérapeute au sein de l'association HOPE depuis quelques années.

elise.chombart@orange.fr

equido@sfr.fr

Du cancer dévastateur à l'équithérapie réparatrice

Dorothée Lherbier Dumoulin, Elise Chombart

Association HOPE
www.hope-association.com

Type de présentation : oral

1. Ce qu'il faut retenir

L'incidence et la mortalité dues aux cancers en France représentent à ce jour une réelle problématique de santé publique. Chacun connaît ou a connu quelqu'un touché par cette maladie souvent évoquée comme dévastatrice.

A travers nos parcours professionnels respectifs appuyés de nos recherches et expériences, nous proposons une prise en charge en équithérapie en complément du projet de soin hospitalier. Celle-ci vise à combattre le mouvement dépressif réactionnel, principalement retrouvé en période intermédiaire entre la fin des traitements et la reprise d'une vie « normale ». Ainsi, le but est d'accompagner les patients à la reconstruction de leur vie et de leur avenir.

Aujourd'hui, c'est grâce à l'association HOPE, implantée à plusieurs endroits en France, que nous proposons l'équithérapie à des femmes atteintes de cancer.

2. Contexte et objectifs

Pour toutes les personnes qui en sont atteintes, le cancer est une étape dévastatrice, physiquement et psychologiquement. Dans le contexte actuel, où la durée de séjour hospitalier est de plus en plus courte, il est difficile pour les équipes soignantes de réaliser un accompagnement de qualité.

Chaque femme va traverser les mêmes phases de la maladie mais l'expérience restera unique car elle intègre des expériences de vie précédentes et se situe à un moment précis de leur vie. Peur, anxiété, révolte, dépression, désir de se battre, sont des réactions souvent déclenchées par la maladie.

Nous avons donc mis en avant l'impact du cheval, animal fort par sa symbolique et sa prestance, au sein de ces prises en charge. Sous forme de métaphore souvent utilisée, l'objectif est de permettre aux femmes de « remettre le pied à l'étrier et reprendre les rênes de leur vie ».

3. Méthode

C'est en mélangeant nos savoirs, nos expériences et nos recherches que nous avons mis en avant le bénéfice de l'équithérapie dans la prise en charge du cancer. Grâce à l'association HOPE créée par Annabel Brouhant en 2017, nous avons pu vérifier nos hypothèses. L'association propose des journées dites de « découverte » et des « suivis » d'équithérapie.

Au cours de ces journées, différents ateliers d'équithérapie sont proposés, que ce soit à côté du poney ou du cheval, en longe ou en liberté, dans la mise en mouvement ou au contraire dans l'intériorisation. On propose également des temps d'écriture et des actes symboliques ainsi que des moments de convivialité.

4. Résultats

a. Permettre la reconstruction

Travail de deuil

Le cancer porte atteinte au corps à cause des modifications amenées par la chirurgie et les traitements. Il compose un réel « travail de deuil ». La représentation du corps malade et mutilé est reconnue, ainsi le corps est ressenti comme étranger à soi.

L'équithérapie aide l'identification et la mise en mot des émotions. Le thérapeute les analyse par l'intermédiaire du cheval. Il permet de situer les femmes dans leur travail de reconstruction et ainsi les guider dans la reconstruction de « soi ». La projection dans un avenir autre est donc plus évidente.

Réinvestissement corporel

Ensuite, il est nécessaire de réinvestir son corps pour viser cette reconstruction. Le corps n'est pas qu'un objet, c'est la manifestation principale d'un « soi », d'un être porteur d'états mentaux et animé de comportements.

Face à une sensation quelle qu'elle soit, il faut l'accueillir comme un message du corps invitant à travailler. L'équithérapie permet une écoute des sensations corporelles. C'est en évoluant avec un être vivant (le cheval) et par le toucher que la femme apprend à remettre en mouvement son corps et verbaliser ses sensations.

Le réinvestissement corporel permet à la femme de reprendre conscience de la globalité de son corps. Celui-ci est alors réinvesti comme corps plaisir et non plus corps objet de soins et de souffrance. La femme se sent de nouveau en position d'être aimée, appréciée et trouve la possibilité de se restaurer narcissiquement.

b. Retrouver l'élan vital

Retrouver confiance et estime de soi

La dépréciation de ce corps mutilé par la maladie entraîne une perte de l'intégrité corporelle et donc l'identité en est

touchée. Celle-ci porte atteinte à l'estime de soi.

En étant en étroite relation avec le cheval, animal représenté comme étant fort et « intouchable », elles sortent de leur zone de confort et se surpassent. Avec l'équidé, les équithérapeutes tentent de faire prendre conscience des ressources internes et/ou externes qu'elles ont à leur disposition. Elles retrouvent ainsi des capacités et une estime d'elles-mêmes dans la reconnaissance de leurs valeurs.

La formation d'un groupe, composé uniquement de femmes ayant toutes été touchées par le cancer permet de tisser des liens et renouer avec une vie sociale, qui est parfois devenue inexistante. Entre elles, et en compagnie des chevaux, qui sont non jugeant, la peur du regard des autres est effacée.

Eviter la dépression

L'irruption d'une maladie grave ne peut aller sans angoisses. Les perturbations que le cancer peut engendrer sont nombreuses et peuvent mener la femme jusqu'à des troubles anxiodépressifs.

L'équithérapie procure des moments de plaisir et fait renaître en elles une sensation de bien-être. On les aide à retrouver la capacité de réaliser leurs envies les plus profondes en cohérence avec leurs valeurs.

A travers des modèles de thérapies brèves telles que la sophrologie ou la relaxation accompagnées du cheval, les femmes apprennent à prendre conscience de leurs limites pouvant aller jusqu'à pleurer pour lâcher les tensions. Le cheval est un atout dans la thérapie, il est pour les femmes une réelle source de motivation.

5. Perspectives

Nous souhaitons continuer à développer la diversité et l'offre de soin en équithérapie. Ceci en continuant de faire grandir l'association HOPE, en poursuivant les prises en charge et pourquoi pas, pouvoir les proposer aux hommes. Il est également pertinent de diversifier les pratiques : l'association propose désormais des stages en immersion totale de quatre jours consécutifs, amenant une nouvelle dynamique.

Enfin, il nous semble essentiel de continuer à expérimenter les axes de prises en charge de manière objective et subjective par l'observation et la verbalisation des patients prises en charge.

6. Références

- (1) « Image du corps et enveloppes corporelles, de la chirurgie mutilante à l'équithérapie réparatrice » - Travail de recherche – Dorothee Lherbier Dumoulin – 2010
- (2) « L'intérêt de l'équithérapie dans la reconstruction de l'image corporelle chez une patiente mastectomisée » - Travail de recherche – Elise Chombart – 2019
- (3) « Rapport de l'Observatoire sociétal des cancers » – Ligue nationale contre le cancer – 2014
- (4) « L'image inconsciente du corps » – Françoise Dolto – 1984
- (5) « Le moi-peau » – Didier Anzieu – 1995
- (6) « L'atteinte du corps : une psychanalyste en cancérologie » – Andrée Lehmann – 2014

ORGANISÉ PAR



SOUTENU PAR

