



Marine  
Leblanc

J'ai obtenu mon doctorat en 2023. Ma thèse, en partenariat avec l'IFCE et le laboratoire MIP de Nantes Université, m'a permis d'étudier l'empathie sensorimotrice dans les interactions homme-cheval. J'ai travaillé pour cela avec les écuyers experts et en formation dans leur pratique avec les chevaux « sauteurs ». Le monde de l'équitation m'était familier avant ce travail doctoral, étant diplômée BPJEPS mentions « équitation classique » et « tourisme équestre » depuis 2016 et ayant exercé en tant que monitrice d'équitation.

[leblancmarine@hotmail.fr](mailto:leblancmarine@hotmail.fr)

### Partenaire(s)



### Financier(s)



## L'apprentissage de l'empathie sensorimotrice en équitation

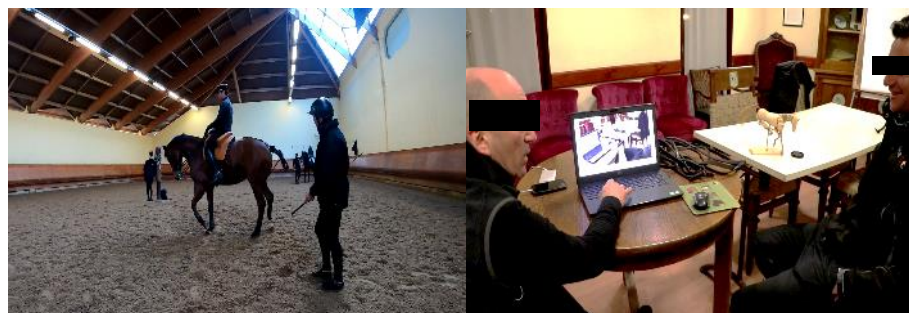
Marine Leblanc<sup>1</sup>, Benoît Huet<sup>1</sup>, Jacques Saury<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Nantes Université, Motricité – Interactions – Performance, MIP, EA 4334

### Type de présentation : oral - résultats de R&D

#### Ce qu'il faut retenir :

L'équitation met en jeu une activité relationnelle subtile entre un cavalier et un cheval. Celle-ci se traduit par des ajustements corporels continus entre eux, visant à maintenir un équilibre dynamique précaire et constamment menacé. L'empathie sensorimotrice est une disposition à agir et à percevoir « par corps » qui se développe à travers le temps chez les cavaliers et chevaux experts. Elle permet à chaque protagoniste de sentir l'autre et de le comprendre finement afin d'agir de façon adéquate et au bon moment dans le but de se synchroniser avec lui pour réaliser des performances complexes. Les formateurs adoptent empiriquement différentes modalités d'intervention qui visent à accompagner la pratique des cavaliers et favoriser le développement de leur empathie sensorimotrice. Ils rencontrent cependant diverses difficultés pour accompagner efficacement cet apprentissage, du fait de la singularité et de la subtilité de celui-ci. Dans cette contribution, nous proposons deux axes d'enrichissement de la formation des cavaliers afin de faciliter leur apprentissage de l'empathie sensorimotrice, grâce à un meilleur partage des expériences entre cavaliers experts et cavaliers en formation. Le premier porte sur la mise à disposition d'une plateforme de vidéos commentées qui donneraient accès à l'expérience sensible de cavaliers experts. Le deuxième porte sur la mise en place d'entretiens d'autoconfrontation dans lesquels les formateurs auraient accès aux vécus des cavaliers.



© Marine Leblanc – Photo de gauche : séance de travail entre un écuyer en formation, son cheval et le formateur ; Photo de droite : photo d'une autoconfrontation croisée entre le formateur et l'écuyer en formation qui ouvre la possibilité à chacun d'accéder au vécu de l'autre concernant la séance de travail avec le cheval (cf. Photo de gauche)

En partenariat avec :



## 1 Contexte et objectifs

Cette étude a été conduite dans le cadre du projet TraM-InnoForm qui visait à analyser l'activité des écuyers experts du Cadre noir et des chevaux « sauteurs »<sup>1</sup> dans le travail à la main, et les situations de formation portant sur ce travail spécifique. Dans une étude précédente en lien avec ce projet (1), nous avons mis en évidence que le « contact » était la manifestation de l'empathie sensorimotrice chez les écuyers experts. L'empathie sensorimotrice est une disposition à agir et à percevoir qui permet à l'écuyer (ou plus généralement à tout cavalier) de s'accorder avec le cheval, en se connectant à ses propres ressentis corporels, en exploitant le potentiel de la situation et en réunissant les conditions favorables à la réalisation de performances complexes avec les chevaux de manière efficiente. Dans cet article, nous présentons les résultats concernant les situations de formation. Nous tentons par la même occasion de répondre aux questions suivantes : comment se construit l'empathie sensorimotrice chez les écuyers en formation et comment favoriser son apprentissage chez ces derniers et plus largement, chez les cavaliers ?

## 2 Méthode

L'étude de l'apprentissage de l'empathie sensorimotrice chez les écuyers en formation a été conduite dans une perspective phénoménologique (3) de l'activité. Il s'agissait d'accéder aux expériences vécues par deux écuyers experts formateurs et six écuyers en formation dans le travail des chevaux sauteurs au Cadre noir, situé au sein de l'Institut Français du Cheval et de l'Équitation (IFCE), site de Saumur. Pour cela, en décembre 2020 sur une durée de 10 jours, nous avons mené 14 entretiens d'autoconfrontation suite aux séances filmées de travail entre les formateurs, les écuyers en formation et les chevaux. Au cours de ces entretiens, nous avons confronté les écuyers (en formation ou formateurs) aux films des séances en leur demandant d'explicitier leur vécu au cours de ces dernières. Cela nous a donné accès à leurs intentions et préoccupations, attentes, connaissances mobilisées, perceptions, actions et émotions, ainsi qu'à leurs interprétations des situations et événements à chaque instant de chacune des séances. Nous avons également mené des entretiens d'autoconfrontation croisée qui visaient à donner accès à chacun des acteurs, au vécu de l'autre. L'analyse des données a visé à identifier les problèmes typiques rencontrés par les écuyers formateurs et les écuyers en formation lors des situations de travail, ainsi que leurs préoccupations et focalisations prioritaires. Nous avons également cherché à repérer les procédures d'étayage mises en œuvre par les formateurs pour favoriser l'apprentissage de l'empathie sensorimotrice chez les écuyers en formation. Nous avons complémentaiement identifié ce qui aidait ces derniers, de leurs propres points de vue, dans le développement de leur empathie sensorimotrice.

## 3 Résultats

### 3.1 Les problèmes typiques rencontrés par les écuyers en formation

#### 3.1.1 Problème 1 : gérer simultanément les différentes dimensions du contact

Dans le travail des sauteurs, le problème n°1 rencontré par les écuyers en formation est lié à la gestion des différentes dimensions du contact (l'impulsion du cheval, son équilibre et sa cadence). La première difficulté relative à ce problème, est l'accès à la perception des « bonnes sensations » sur des chevaux dits « classiques » (nom donné par les écuyers aux chevaux expérimentés et doués dans leur discipline respective). En effet, les chevaux « classiques » permettent aux écuyers de se concentrer principalement sur leurs sensations et moins sur la gestion de toutes les dimensions du contact, puisque ces chevaux se sont parfaitement appropriés les différents codes et qu'ils « connaissent leur travail ». Une des difficultés en lien avec le problème 1 est de parvenir à coordonner l'impulsion et l'équilibre. Dans le prolongement de cette difficulté, les écuyers ont du mal à réunir tous les éléments pour réaliser une bonne préparation. Enfin, il est difficile pour les écuyers de trouver le bon moment pour demander le mouvement au cheval tout en continuant à gérer en même temps les autres dimensions, et de

<sup>1</sup> Chevaux de gala du Cadre noir qui effectuent les trois sauts d'école traditionnels de Saumur, à la main et montés : la courbette, la croupade et la cabriole.

parvenir à réaliser le bon geste pour demander le mouvement.

### **3.1.2 Problème 2 : trouver le « bon dosage » des actions sur le cheval, « contraindre vs laisser faire »**

Le problème 2 est caractérisé par la difficulté à trouver le « bon dosage » des actions sur le cheval. Les écuyers connaissent la difficulté de sans cesse devoir s'ajuster entre contraindre le cheval et lui laisser de la liberté, en fonction de la conduite du cheval et de son engagement dynamique dans la séance.

### **3.1.3 Problème 3 : gérer la dynamique émotionnelle de l'interaction**

Les écuyers sont confrontés à la difficulté de devoir s'adapter à une dynamique émotionnelle complexe. D'une part, ils doivent s'adapter aux émotions et à la sensibilité du cheval, qu'ils perçoivent et interprètent à chaque instant. D'autre part, ils doivent gérer leurs propres états émotionnels. En effet, les écuyers peuvent être affectés par des événements particuliers des situations, et vivre des émotions prégnantes dans l'expérience de leur interaction avec le cheval. Dans ce cas, la difficulté est double pour eux : gérer leurs propres émotions pour ne pas que le cheval les perçoive, et agir conjointement pour apaiser le cheval.

### **3.1.4 Problème 4 : apprendre dans un environnement source de perturbations**

Le problème 4 est lié à la difficulté des écuyers à apprendre dans un environnement source de perturbations, en l'occurrence dans lequel évoluent d'autres chevaux. Au cours des séances, ils doivent partager leur attention, en se focalisant sur ce qu'ils font tout en restant très attentifs à l'environnement qui les entoure et aux sources potentielles de perturbation de leur interaction avec le cheval.

## **3.2 Les modalités d'intervention des écuyers formateurs qui aident les écuyers en formation et les problèmes typiques qu'ils rencontrent**

### **3.2.1 Les modalités d'intervention des écuyers formateurs**

En lien avec leurs focalisations prioritaires dans le travail des chevaux sauteurs, les écuyers formateurs adoptent des modalités d'intervention qui répondent en partie ou totalement aux besoins des écuyers en formation : (a) faire monter aux écuyers en formation des chevaux « classiques » ; (b) intervenir sur le cheval conjointement à l'action de l'écuyer en formation (par exemple, accompagner le mouvement du cheval pour l'accentuer et amplifier les sensations de l'écuyer en formation) ; (c) mettre le cheval dans de « bonnes conditions » pour l'écuyer en formation (par exemple, installer un « bon contact » avant de confier le cheval à l'écuyer) ; (d) utiliser des métaphores et des images ; (e) enquêter de manière collaborative ; et (f) laisser progressivement faire les écuyers en autonomie en les guidant à distance à la voix.

### **3.2.2 Les problèmes typiques rencontrés par les formateurs**

Malgré tout, certains problèmes demeurent difficiles à résoudre pour les formateurs, liés à la nature singulière de l'apprentissage de l'empathie sensorimotrice. D'une part, pour l'écuyer en formation cet apprentissage nécessite la présence de deux « formateurs » : l'écuyer et le cheval. Les trois partenaires de la situation de formation ont chacun une manière de toucher et de ressentir différente, ce qui complexifie leurs interactions. D'autre part, cet apprentissage repose sur le fait de savoir écouter son corps et celui du cheval pour agir avec à-propos. L'empathie sensorimotrice est difficile à approcher car elle repose sur une activité interprétative, opportuniste, adaptative, voire improvisationnelle. Son apprentissage passe obligatoirement par un cheminement pratique dans lequel l'écuyer comprend, grâce au cheval, l'impact de ses actions et ajuste leur dosage en fonction de sa conduite. En raison de la nature particulière de cet apprentissage, les formateurs rencontrent plusieurs problèmes typiques. Ces difficultés sont notamment liées au fait de « faire sentir » : le contact « franchi » (qui caractérise un état de préparation optimale du cheval pour sauter), le degré de finesse des ajustements du contact, le bon moment pour demander un mouvement et la nécessité d'individualiser le travail de chaque cheval.

## **4 Conclusions et applications pratiques**

Suite à ces résultats, nous proposons deux axes pour l'enrichissement de la formation des écuyers au travail à la main et la facilitation du développement de leur empathie sensorimotrice.

Le premier porte sur la mise à disposition d'outils d'autoformation complémentaires aux séances avec les chevaux,

à l'aide d'une plateforme de vidéos commentées. Celles-ci pourraient donner accès à l'expérience et aux connaissances des écuers experts relatives à la construction du « bon » contact avec un cheval ou encore à la mise en condition idéale du cheval dans la préparation d'un saut. En effet, l'observation d'autrui et l'accès à son expérience est un élément fondamental de notre capacité à apprendre, car cela permet de développer notre capacité à changer de point de vue, et de trouver de nouvelles solutions. Donc, ce premier outil permettrait éventuellement de susciter des expériences mimétiques chez les écuers en formation ou des projections empathiques susceptibles de provoquer des réflexions favorables au perfectionnement de leur propre pratique. Par exemple, l'accès d'un écuier en formation à l'expérience d'un écuier expert peut engendrer des interprétations et des émotions particulières chez l'écuier en formation du fait d'une « résonance interne » avec ses propres expériences vécues. Cette immersion mimétique pourrait permettre aux écuers de prendre conscience des similitudes et des différences entre leur propre pratique et celle de l'écuier expert, et engendrer un réel travail d'appropriation et d'incorporation ainsi que des transformations chez l'écuier en formation lui permettant d'affiner, ajuster ses actions ou encore les invalider ou les renforcer. Cet outil vise également à favoriser le partage de cultures entre les écuers et un accès direct à des dimensions difficilement accessibles de la pratique des sauteurs, en « [...] "donnant à voir" et en "montrant" à travers des capsules vidéo (issues de la recherche) des microgestes, des préoccupations-clés, des dynamiques interactionnelles, des configurations d'événements dans leur "état brut" [...] » (2, p. 344).

Dans cette perspective de développement professionnel, le deuxième axe envisagé porte sur la formation des formateurs aux entretiens d'autoconfrontation afin qu'ils les utilisent avec les écuers en formation pour accéder à leur vécu. La participation des écuers aux entretiens au cours de cette recherche a en effet induit chez eux – de leur propre point de vue – un développement professionnel, en suscitant des apprentissages provoqués par l'explicitation de l'expérience vécue. Les écuers experts disent notamment avoir développé leurs compétences de formateurs, en approfondissant la connaissance de ce qu'ils faisaient au cours de leur propre pratique avec les chevaux, en développant leur capacité à expliciter finement leurs actions et sensations, et en découvrant l'intérêt d'une exploration plus poussée de l'expérience vécue par les écuers en formation.

Les autoconfrontations croisées entre formateurs et élèves ont induit un changement de posture des formateurs. Elles leur ont en particulier donné les moyens de sortir d'un registre prescriptif essentiellement centré sur du conseil technique, pour adopter un registre d'intervention plus compréhensif basé sur une écoute empathique qui part de l'expérience vécue des écuers en formation. Ce type d'entretien a rendu possible des prises de conscience de la part des formateurs et des écuers en formation, permettant notamment de « débloquer » des situations difficiles, lors d'épisodes de tensions entre le formateur et l'écuier en formation. Par exemple, suite à une séance « difficile » entre un formateur et un écuier en formation, l'autoconfrontation croisée en révélant à chacun des acteurs certains éléments du vécu de l'autre, a engendré des prises de conscience et généré des apprentissages. L'utilisation de ce type d'entretiens a donc permis de faire évoluer les relations entre les acteurs et de faciliter des moments d'échanges entre les écuers.

Nous soutenons l'idée que ces deux axes d'enrichissement des environnements de formation envisagés pour faciliter le développement de l'empathie sensorimotrice lors du travail à la main avec les sauteurs, pourraient être plus généralement développés et adaptés dans le cadre des différentes formations des cadres sportifs de la filière équine dans le but de faciliter l'apprentissage de l'empathie sensorimotrice en équitation.

## 5 Pour en savoir plus

- (1) Leblanc, M., Huet, B., & Saury, J. (2022). « Contact » as a manifestation of sensorimotor empathy in the experience of expert écuers in interaction with horses. *Journal of Consciousness Studies*. <https://doi.org/10.53765/20512201.29.11.080>
- (2) Leblanc, S., & Azéma, G. (2018). Transition au sein de l'école française du cheval attelée : Expérience d'un développement professionnel médié par la recherche. In J. Mukamurera, J. F. Desbiens, & T. Perez-Roux (Éds.), *Se développer comme professionnel dans les occupations adressées à autrui : Conditions, modalités et perspectives* (p. 323-348). Éditions JFD.
- (3) Theureau, J. (2015). *L'énaction & l'expérience*. Octares.