

Certaines personnes en difficulté, du fait même de leurs problèmes et/ou de leur histoire sont réfractaires aux thérapies classiques.

Pour elles, la médiation du cheval peut être un moyen pour partir à la **découverte d'une autre façon d'être...**

Les enfants, les adultes et les adolescents sensibles au cheval vivent le contact et la relation avec lui comme **un espace de bien-être et d'ouverture.**

La séance avec le cheval est souvent ressentie comme un moment privilégié.

Le cheval est neutre, authentique, ne porte pas de jugement.
Il invite à être soi-même sans sentiment de honte.

Cet animal timide incite à **être attentif, à prendre le temps, à ralentir ses gestes, à se détendre...**

La complicité avec le cheval participe à **une prise de confiance en soi et en l'autre. Elle favorise l'estime de soi et le sentiment de sécurité intérieure.**

La présence de l'animal impose le respect de règles.

Le cheval demande un minimum de soins.

Il supporte la mauvaise humeur mais pas la brutalité.

Il contraint au respect de règles de sécurité.

Il peut permettre de trouver (ou retrouver) des repères, repères qui sont indispensables pour s'insérer socialement.

La relation et le contact avec le cheval est **une occasion de se réconcilier avec son corps.**

Elle offre la possibilité d'une meilleure conscience corporelle et d'une ouverture sensorielle.

Elle peut aider à **se réconcilier avec ses émotions.**

En séance, le cheval fait émerger des émotions dans un cadre sécurisé où elles pourront être identifiées, comprises et dépassées.

Exprimer ses émotions peut permettre d'éviter la fuite "dans un paradis artificiel" ou le passage à la violence...

Etre sociable, le cheval cherche la relation. La relation avec lui soutient la socialisation.

Elle peut être l'occasion de **vivre des expériences liées à d'autres façons d'être en relation:**

- le bien-être lié à la douceur, à la tendresse, à la complicité.
- la satisfaction de "prendre soin" de l'autre.
- le plaisir et les contraintes d'être responsable de l'autre.
- le bonheur de créer un lien, de s'attacher.

La présence de l'animal, la communication non verbale avec lui **facilite l'accès à la communication, à l'expression.**

Les problèmes comportementaux sont souvent liés à une difficulté à "mettre des mots". La thérapie avec le cheval peut permettre aux enfants, aux adolescents et aux adultes qui ont du mal "à se dire" de **remplacer la violence par les mots. En cela, elle peut participer à la prévention de la délinquance.**

L'accès à une parole pleine peut aider les personnes dépendantes (alcool, drogues...) à entamer un processus de changement.

Auprès du cheval, on peut apprendre à se mettre à la place de l'autre, **à accepter et à respecter l'autre dans ses différences.**

Le cheval est un être différent de nous.

Apprendre à le connaître et à le comprendre est indispensable pour établir pour une bonne relation avec lui.