



Gaëlle Champmartin

Equipraticienne Relationnelle, je travaille depuis janvier 2021 pour la section thérapie (Biodynamicaval) du poney-club de Montbrison (42), où j'accueille tout type de public. J'adhère au collectif M.E.L. (Médiation Equine de la Loire).

Assistante sociale après une formation universitaire (maîtrise en psychologie du développement, Licence en sciences de l'éducation), j'exerce en cancérologie depuis 2007 à l'I.C.H.U.S.E. (Institut de Cancérologie et d'Hématologie Universitaire de Saint-Etienne).

achacunsonallure@mailo.com

Retour d'expérience : médiation équine auprès de jeunes atteints d'un cancer

Gaëlle Champmartin

BiodynamiCaval, Montbrison 42600, Loire

Membre du collectif « Médiation Equine Loire » (M.É.L.)

Type de présentation : témoignage

1. Ce qu'il faut retenir

5 séances (d'1h30) d'Equipraticie Relationnelle sont proposées à de jeunes patients (de 18 à 25 ans), touchés par la maladie cancéreuse. Ce programme a été à l'initiative du comité départemental de la Ligue contre le cancer de la Loire, qui le finance intégralement ; Et créé conjointement par les services de l'ICHUSE (Institut de cancérologie et d'Hématologie Universitaire de St-Etienne), et Biodynamicaval (poney-club de Montbrison, 42).

Ce projet s'inclut dans la dynamique de développement des soins de support et des activités de bien-être du comité départemental de la ligue contre le cancer. Il a pour objectif d'encourager les jeunes patients (AJA : **A**dolescents et **J**eunes **A**dultes) à maintenir un lien social, à leur proposer un moment de détente et de convivialité, et de les aider à améliorer leur estime de soi en se réappropriant progressivement leur capacité à agir.



© Collectif MEL

2. Contexte du projet et objectifs des séances

Après 14 ans de travail en partenariat avec le comité départemental de la Ligue contre le Cancer 42, c'est en confiance que nous avons pu imaginer un programme à destination des jeunes malades. Grâce à la motivation de la Directrice, Mme Fabienne Couvreur, et à l'appui du Président, le Dr Jérôme Jaubert, nous avons pu proposer pour la première fois une session au printemps 2021. Le projet a été développé grâce à l'expertise de mes collègues de l'ICHUSE : Julie Kalecinski (sociologue, chef de projet), et Murielle Bertholet (infirmière référente AJA).

Lors de mon activité en milieu hospitalier, j'ai réalisé l'ampleur des bouleversements physiques et émotionnels entraînés par la découverte d'un cancer. Le malade perd ses repères et peut ressentir un sentiment d'isolement, voire d'inutilité ou de culpabilité. L'isolement est d'autant plus ressenti fortement que certains patients sont hospitalisés en secteur stérile pendant 4 à 6 semaines, là où les soins exigent des chambres aseptisées et où les visites sont très limitées. Des angoisses importantes sont souvent rapportées par ces patients qui vont se soumettre à un suivi médical extrêmement vigilant, même après la sortie d'hôpital. Ces vécus ont pu être majorés par les périodes anxiogènes que nous venions de vivre, notamment pendant les confinements.

La situation des jeunes malades est particulière : « Alors que l'adolescent était en pleine phase d'acquisition de son indépendance, il va devoir le plus souvent retourner dans sa chambre d'enfant chez ses parents. Le retard dans son envol socio-professionnel se double d'une véritable régression qui peut être mal vécue ». Depuis le plan cancer 2009-2013, la proposition de programmes spécifiques s'inclut maintenant dans la prise en charge des AJA.

Notre volonté est d'élargir ces possibilités de soutien, tout en permettant à des jeunes qui n'en n'ont pas la possibilité d'accéder à la découverte du cheval. Les principaux objectifs étaient pour nous de participer à :

- Mieux gérer leur stress et leur anxiété
- Identifier et exprimer leurs émotions, leurs ressentis
- Identifier et dépasser leurs limites
- Reprendre confiance en eux et en l'autre
- Se réapproprier leur corps

3. Mise en œuvre du projet

Après accord médical, les jeunes ont été recrutés par l'infirmière AJA qui a participé à chaque séance, et a accompagné en taxi certains patients non véhiculés. Ils ont donc fait le trajet depuis leur domicile, ou depuis le lieu de soins (St-Etienne, 42), situé à une quarantaine de kilomètres du poney-club (Montbrison, 42). Les séances se sont déroulées sur 5 semaines, de 10h30 à 12h00 pour la première session, suivies d'un temps de partage du repas à chaque fois ; Et de 18h00 à 19h30 pour la deuxième session, afin d'ouvrir l'expérimentation aux jeunes qui ont repris une activité scolaire ou professionnelle.

Plusieurs lieux du poney-club ont été utilisés pour la réalisation des séances : le pré, le rond d'Havrincourt, et le manège circulaire. Les participants ont gardé le même partenaire cheval pour les 5 séances. La première séance est l'occasion d'observer le mode de vie en troupeau, et d'apprendre à aborder le cheval dans le respect des espaces personnels. La suite se fait en fonction des besoins du groupe. Les mises en situation peuvent mettre l'accent sur l'utilisation du langage corporel, sur la collaboration des participants, sur la mise en confiance...

4. L'évaluation des sessions

Le programme fait l'objet d'une évaluation par Julie Kalecinski, chef de projet à l'ICHUSE. Les participants ont rempli un questionnaire avant de débiter les séances, puis le même à la fin, pour mesurer l'évolution du stress et de l'anxiété, de la capacité à exprimer son ressenti et ses émotions, et de l'estime de soi. Nous avons également toujours recueilli leurs impressions « à chaud », en fin de chaque séance.

Les résultats généraux à partir du Questionnaire avant-après : les séances semblent avoir permis aux participants de la 1^{ère} session de sentir plus à l'aise avec le corps médical (plus de dialogue constaté, implication plus facile du médecin traitant, appel au psychologue de l'établissement).

D'après le score de l'échelle de Rosenberg, deux améliorations notables ont été répertoriées : la patiente P7 qui passe d'une confiance en elle « faible » à « dans la moyenne » ; et la patiente P3 dont le score passe de 22 « estime de soi très faible » à 31 « estime de soi dans la moyenne ». Les participants ont également complété un « Arbre de Wilson », afin de mieux connaître l'humeur du jour. D'après son choix de personnage dans l'arbre, la patiente P3 s'est ouverte aux autres, et la patiente P7 qui était « dans son monde » est plus « déterminée » à la fin des séances. Pour finir, les patients se sont positionnés sur une échelle de « confiance en ses capacités à reprendre une activité physique » en 8 niveaux, allant de « Je n'y arriverai jamais » à « oui, je l'ai fait ! ». Les patients P2 et P8 sont passés de « je peux » à « je vais le faire ». Les patients P5 et P6 sont passés de « Je vais le faire » à « Oui, je l'ai fait ». Enfin, la confiance de la patiente P3 a énormément évolué en passant du niveau 1 au niveau 8.

Suite aux observations (Grille d'observation et débriefing) : l'analyse des grilles d'observation a montré peu d'évolution, excepté que le patient P1 s'exprime davantage sur son ressenti et que la patiente P7 s'est ouverte au groupe. Les informations les plus pertinentes ont finalement été recueillies lors des débriefings. La présence de l'infirmière a été rassurante. Celle-ci a d'ailleurs été à plusieurs reprises étonnée par la persévérance et les capacités des jeunes, qui se sont mis par exemple à courir spontanément: « *ça m'a plus motivé que fatigué !* ».

La perception de leur corps semble elle-aussi avoir évolué. Ils pouvaient en parler de façon plus positive et ils ne le voyaient plus seulement au travers de ses incapacités. Un patient explique que « *cela est plus facile d'accepter ses faiblesses quand on est avec d'autres malades* ». Ils ont effectivement persévéré dans leurs actions, et gagné en autonomie. Par exemple, par rapport aux gestes fins, un patient évoque « *sa main folle* » qu'il apprend à utiliser. Un autre se rend compte que son besoin de s'asseoir s'amointrit. De la fierté est apparue pour chacun.

Nous avons constaté de l'entraide dans le groupe, qui, comme les échanges, s'est amplifiée de séance en séance. Ils ont par ailleurs été solidaires entre eux. Un jeune a proposé de faire le chemin en tramway avec une patiente qui n'osait pas venir toute seule aux séances. L'envie de refaire des activités a été exprimée, « *ça fait du bien d'être dehors* », « *avoir des choses sur mon planning m'a remotivé* », « *le rythme a été perdu pendant les soins* ». Certains ressentaient une forte appréhension à sortir de chez eux. Protégés par les chevaux, ils ont osé tester de nouvelles attitudes: « *Les séances m'ont servi de déclencheur !* ».

Le deuxième groupe était dans une autre dynamique. Il a plutôt été question d'apaisement et de récupération : « *on se sent mieux, on prend du temps pour soi* », Ils dormaient mieux: « *la fatigue veut dire que je lâche !* ». Ils ont aussi fait preuve de patience et d'attention : « *la prise en compte du cheval demande du respect ; Comme les soignants ont !* ». Ces jeunes ont pu connaître des soins invasifs, le contact est parfois appréhendé. Les temps de pansage et de massage ont permis de commencer à transformer cet aspect : « *On voit que le toucher peut rassurer* ».

5. Pistes d'amélioration et perspectives

Comme souvent pour ce public, l'infirmière a dû effectuer des rappels pour que chacun puisse confirmer sa venue chaque semaine. Malgré tout, les groupes n'ont pas toujours été constants. Par ailleurs, les jeunes ont eu des difficultés à s'autoévaluer. Cet aspect du questionnaire sera modifié pour diminuer ce biais. Enfin, la grille d'observation apportant finalement peu d'informations, elle ne sera plus utilisée lors des prochaines sessions. Nous poursuivons cette expérience sur 2022, et projetons d'organiser une rencontre entre les participants.

6. Références

- (1) Poster1, Equipraticie relationnelle à destination de jeunes patients touchés par la maladie cancéreuse. - Journée interrégionale d'onco-réhabilitation (OncoAura – 17 mai 2022)

ORGANISÉ PAR



UNIVERSITÉ DE
RENNES I



INSTITUT DE
FORMATION EN
EQUITHÉRAPIE

Résilifrance



SOUTENU PAR

