

Lire les humains grâce aux chevaux

ANNE-MARIE GRAVEL

amgravel@lequotidien.com

CHICOUTIMI - Il est maintenant possible d'apprendre à mieux se connaître grâce aux chevaux. C'est du moins ce que propose le Centre équestre Bédard Quarter Horse (BQH) qui offre des ateliers de développement personnel dans lesquels les réactions de l'animal permettent de lire l'humain.

Introspection, retraite fermée, consultation en cabinet... Les ateliers, thérapies et autres méthodes pour apprendre à mieux se connaître sont nombreux. Le Centre équestre BQH ajoute une nouvelle formule à la liste en proposant un atelier de croissance personnelle qui sort de l'ordinaire. Rien à voir avec la zoothérapie où l'animal favorise l'ouverture. Le cheval est utilisé pour lire l'humain. Une première au Québec.

L'instigatrice du programme décrit Cheval-Concept tel un accompagnement psychoéducatif sur une journée visant à aider les participants à exploiter leur plein potentiel dans

leurs relations interpersonnelles et dans leurs habiletés de gestion. Tout ça grâce au cheval, mais sans même le monter.

« Ça l'air ésotérique, mais ce ne l'est pas », assure d'emblée Marjolaine Bourque. « C'est des réactions normales d'humains, et des réactions normales de chevaux, mises en commun pour lire l'un et l'autre », explique celle qui a mis sur pied le programme.

Marjolaine Bourque est à la fois psychoéducatrice et instructrice certifiée en équitation western. Elle ne prétend pas régler de graves problématiques en une journée. Mais elle affirme que grâce à l'animal, les gens peuvent en apprendre beaucoup sur eux en quelques heures.

« Ce n'est pas une thérapie », affirme-t-elle. « Je ne règle pas des problèmes de santé mentale. C'est un atelier axé sur le moment présent. On mise sur les forces. L'objectif, c'est de ressortir en se sentant bien. »

M^{me} Bourque mijotait l'idée depuis près de 10 ans. C'est lorsqu'elle a rencontré Laurie Michaud, la nouvelle proprié-

taire du centre équestre situé dans le rang Saint-Joseph à Chicoutimi, que les astres se sont alignés.

« Je souhaitais prendre la psychoéducation et l'adapter aux chevaux. Le cheval devient un moyen de mise en relations. Je voulais faire quelque chose, appuyé sur des techniques approuvées en psychoéducation et en équitation. Lorsque j'en ai parlé avec Laurie, ça cliqué. Elle avait le même genre de projet en tête », explique-t-elle.

L'idée s'harmonisait avec la philosophie du centre équestre. « Nous avons toujours été avant-gardistes », affirme Laurie Michaud qui souligne que le centre est le premier où la concentration sport a été offerte.

Cette dernière estime que ce genre d'atelier gagnera en popularité au fil du temps. « Je suis convaincue que ça va être super populaire dans quelques années », affirme la propriétaire du centre équestre. « Les gens ne sont pas assis à parler de leur vie. Il n'y a pas d'épanchement. Les gens sont tannés de gratter le bobo. De plus, ils

ont un intérêt pour la nouveauté et le cheval suscite l'intérêt. »

Marjolaine Bourque abonde dans le même sens. « On n'est pas dans le pelletage de nuances et l'improvisation. J'utilise une approche régie par l'ordre des psychoéducateurs. Et les gens ne peuvent se mentir ou se sentir juger. C'est le cheval qui réagit. »

Les deux complices estiment que le cheval est un animal parfait pour lire l'homme.

« C'est un animal sensible aux comportements, authentique, expressif. Il est en confiance ou il a peur. Pour lui, l'humain est un prédateur ou un allié. Il réagit à l'instinct. Il est toujours à l'affût puisqu'il est une proie. Ses réactions parlent beaucoup. Dès qu'il est mis en présence d'une personne, il adopte des comportements qui vont nous donner une indication de ce que la personne dégage », conclut Marjolaine Bourque. □



Day Dreamer est un des chevaux utilisés dans le cadre des ateliers offerts au Centre équestre BQH. En observant le comportement des gens aux côtés de l'animal, Laurie Michaud et Marjolaine Bourque parviennent à en apprendre beaucoup sur leurs habitudes relationnelles.

(Photo Michel Tremblay)

3423466

MAINTENANT OUVERT **NOUVEAU**