

A close-up photograph of a horse's face, focusing on the eye and cheek area. A human finger is gently touching the horse's cheek. The horse's coat is a rich brown color, and its eye is partially closed, conveying a sense of calm and connection.

Victoria Herrmani

Thérapie Brève avec le Cheval

Philosophie, posture et protocoles

Victoria Herrmani

Thérapie Brève avec le
Cheval

Philosophie, Posture et Protocoles

© Victoria Herrmani, 2018

ISBN numérique : 979-10-262-2403-7



Courriel : contact@librinova.com

Internet : www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

« Un cheval galope avec ses poumons, persévère avec son cœur et gagne avec son caractère. »

Federico Tesio

Note aux lecteurs

Cet ouvrage est un guide technique de découverte recensant de nombreux exercices exclusifs.

Ce livre s'adresse :

À toute personne curieuse de découvrir la thérapie par le cheval

Aux cavaliers souhaitant découvrir des exercices concrets pour mieux se connaître et développer une autre relation avec leur cheval

Aux professionnels de la santé et du coaching, équithérapeutes, coachs équins, souhaitant diversifier et élargir leurs outils pratiques

La lecture seule de cet ouvrage ne saurait garantir ni permettre la pratique à des fins professionnelles.

La thérapie par le cheval, aussi appelée médiation équine, lorsqu'elle est exercée à titre professionnel, comporte risques et responsabilités, et une formation allant de plusieurs mois à plusieurs années est indispensable pour tout futur praticien.

Si vous souhaitez devenir praticien, vous trouverez de plus amples informations sur le site <http://www.ellipsy.fr>

À propos de l'auteur :

Psychologue Clinicienne, diplômée d'Etat du DESS de Psychologie Clinique et Pathologie, Victoria HERRMANI s'est spécialisée en Thérapies Brèves :

- Certifiée enseignante et Maître praticienne en PNL (certification INPNL),
- Certifiée Enseignante et Maître Praticienne en Hypnose Ericksonienne, ainsi qu'en Hypnose Spirituelle (certification WHO et NGH)
- Spécialisée en Hypnose médicale anti-douleur.
- Certifiée en DNR, Thérapie par les mouvements oculaires (Type EMDR) et enseignante en Neuro-thérapie

Inscrite à l'Agence Régionale de Santé en tant que Psychologue et Psychothérapeute, Victoria a suivi une formation initiale en tant qu'équithérapeute, et a par la suite créé sa propre méthode de médiation équine (orientée Thérapies Brèves) qu'elle enseigne aujourd'hui.

Victoria est présidente de l'organisme ELLIPSY, organisme de formation professionnelle en Psychologie et Thérapies Brèves, et elle est co-gérante du Domaine des Hauts de l'Andelle, lieu de séjours et séminaires, en Normandie.

En activité de Psychologue Clinicienne depuis 18 ans, Victoria a toujours été très attachée aux animaux, et notamment des chevaux.

Elle est entrée dans leur univers à l'âge de 5 ans, comme beaucoup de petites filles, avec l'expérience du poney club et des premiers attachements et expériences de relations avec les poneys shetlands.

Avec le chat de la maison, et avec son premier chien, elle s'est intéressée très jeune aux modes d'apprentissage de l'animal, et a depuis toujours cherché à

entrer en contact, sans jugement, consciente que les animaux ont d'autres pouvoirs que l'homme.

Elle a « reçu » en cadeau son premier cheval à l'âge de 12 ans, et a très vite refusé le mode de vie et la logique des centres équestres, refusant la compétition et préférant les longues balades en forêt.

Intriguée par la façon dont les chevaux et les animaux communiquaient entre eux, leurs liens sociaux, et soucieuse du bien-être animal, elle est devenue végétarienne à l'âge de 9 ans, pour la cause animale, cause qu'elle n'a jamais cessé de défendre avec passion.

En tant que psychologue, depuis l'année 2000, ses expériences professionnelles l'ont amenée à côtoyer tous types de publics, depuis les enfants en mal-être, jusqu'aux personnes hospitalisées ou placées sous main de justice.

Elle est également intervenue en tant que chargée de mission, et cadre de direction dans les établissements sociaux et pénitentiaires, ainsi que dans le milieu de la gériatrie et de l'aide aux victimes de traumatismes.

Elle n'a jamais perdu de vue les chevaux, et son « troupeau » s'est progressivement étendu, passant de 1 cheval à 11 chevaux aujourd'hui, qu'elle a la chance de voir évoluer dans les pâtures autour du Domaine des Hauts de l'Andelle, lieu de sérénité et de thérapies, en Normandie, qu'elle a conçu avec Ludovic, son mari.

Souhaitant mettre en relation son expérience clinique et les chevaux, elle a suivi un cursus en équithérapie, qui lui a donné des bases mais la laissait « sur sa faim », elle y déplorait en effet le manque de rigueur et de lisibilité dans la pratique.

Etant en parallèle formée, certifiée, et enseignante dans les différentes disciplines, désormais connues sous le nom de Thérapies Brèves (systémie, PNL, Hypnose, Mindfulness, Gestalt, Clean Therapy...), et pratiquant ces disciplines avec succès en cabinet libéral depuis plusieurs années, elle a souhaité transposer et appliquer ces méthodes en médiation équine.

Victoria a donc conçu sa propre approche, et la rigueur, l'efficacité, la créativité de ces techniques combinées avec la présence magnétique du cheval en font une approche pleine de sens pour les patients qu'elle accompagne.

Elle enseigne aujourd'hui la » thérapie brève avec le cheval » en formation initiale pour des personnes souhaitant devenir Praticiens, ainsi que pour des professionnels souhaitant se spécialiser, consciente que cette approche est bien spécifique et mérite pleinement sa place dans l'univers multiple des thérapies et médiations proposées autour du cheval aujourd'hui en France.

Pour tout renseignement concernant les formations qu'elle propose, veuillez consulter le site de son organisme de formation : www.ellipsy.fr

Pour tout renseignement concernant le lieu où elle exerce, veuillez consulter le lien suivant : www.domaine-des-hauts-de-landelle.jimdo.com

LA PHILOSOPHIE

Le cheval « médiateur » et compagnon de l'homme

Les animaux ont une influence positive sur la santé humaine depuis des siècles.

Il y a une cinquantaine d'années, la thérapie assistée par les animaux, autrement appelée médiation animale, a été mise au point. L'utilisation des chevaux à des fins d'accompagnement des personnes en thérapie, coaching et développement personnel est un sous-ensemble de la médiation animale connu sous le nom de médiation équine.

Pendant ces séances, les chevaux soutiennent le développement d'un comportement positif et le bien-être émotionnel chez les participants par le biais d'une variété d'activités. Les objectifs de la médiation équine impliquent souvent le développement de ressources d'adaptation, d'aptitudes sociales et de résolution de problèmes, tout en favorisant le bien-être émotionnel et psychologique des personnes concernées.

Encadrés par des professionnels de l'accompagnement, formés aux spécificités animales, les animaux jouent le rôle de catalyseur.

Il s'agit d'une intervention thérapeutique en développement. Avec leur stature puissante et leur capacité à courir avec le vent, les chevaux intriguent les humains depuis des siècles. Fort, mais sensible, avec ses oreilles attentives et ses grands yeux expressifs, le cheval se méfie des prédateurs. Ils s'effraient en réponse à un bruit ou à un mouvement soudain. Et depuis des décennies, les chevaux sont inclus dans la thérapie. Qu'est-ce qui, chez les chevaux, aide les gens à guérir ?

Les chevaux sont utilisés en thérapie assistée par les animaux depuis le début des années 1970. En psychothérapie équine, l'interaction avec les chevaux aide les participants à explorer leurs sentiments. Conscients de l'énergie émotionnelle, les chevaux ressentent ce que nous ressentons, parfois mieux que nous. Avec quelques mots bien choisis et un sourire forcé, nous pouvons être capables de cacher nos vrais sentiments à une autre personne. Nous pouvons même nous cacher nos propres sentiments plus