

PÔLE DE FORMATION ÉQUESTRE EXCELLENCE

Certifié Qualiopi

GUIDE GRATUIT

MÉDIATION ÉQUINE

**Ce que vous devez savoir
avant de vous former**

Le guide pour comprendre, choisir et démarrer sérieusement

www.formation-equestre.com

Pourquoi ce guide ?

Vous êtes professionnel du cheval, professionnel du soin, de l'éducation ou du social — ou simplement passionné par la relation homme-cheval et convaincu qu'il y a quelque chose de précieux à en faire.

Vous avez entendu parler de médiation équine, d'équithérapie, d'équicoaching. Peut-être avez-vous déjà ressenti ce quelque chose de particulier dans un moment avec un cheval — cette présence, cette honnêteté, cette façon unique de l'animal de répondre à ce qui est vraiment là.

Ce guide est fait pour vous. Il vous donne en 30 pages ce que vous avez besoin de comprendre avant de vous former — ce qu'est vraiment la médiation équine, ce qu'elle demande, ce qu'elle offre, et comment construire une pratique solide et éthique.

La médiation équine n'est pas une activité équestre améliorée. Ce n'est pas non plus de la psychologie avec un cheval en décor. C'est une pratique à part entière — qui demande de comprendre le cheval en profondeur, l'humain avec rigueur, et de savoir créer les conditions dans lesquelles quelque chose peut se transformer.

Ce guide est extrait de la formation Pas à pas en médiation équine — Niveau 1, conçue par le Pôle de Formation Équestre Excellence, organisme certifié Qualiopi .

Bonne lecture.

Ce qu'est vraiment la médiation équine — et ce qu'elle n'est pas

La médiation équine existe depuis l'Antiquité sous des formes diverses. Hippocrate parlait déjà des bienfaits de l'équitation. Mais c'est au XXe siècle que la pratique se structure vraiment — avec des pionniers qui ont osé formaliser ce que des générations d'humains avaient ressenti intuitivement : le cheval fait quelque chose à l'humain que peu d'autres relations permettent.

Aujourd'hui, la médiation équine regroupe plusieurs approches complémentaires :

- L'hippothérapie — centrée sur les bénéfices physiques du mouvement du cheval, particulièrement pour les troubles neurologiques et moteurs
- La médiation équine thérapeutique — qui travaille les dimensions psychologiques et relationnelles via la relation au cheval
- L'équicoaching — développement personnel et professionnel avec le cheval comme miroir
- L'équitation adaptée — intégration et épanouissement des personnes en situation de handicap

Ce que la médiation équine n'est pas

C'est peut-être la chose la plus importante à comprendre avant de vous former.

La médiation équine n'est pas de la psychothérapie au sens légal du terme — sauf si vous êtes psychologue ou psychothérapeute titulaire d'un titre reconnu. Elle n'est pas un traitement médical. Elle n'est pas non plus une simple balade à cheval avec un objectif vague de bien-être.

Être praticien en médiation équine, c'est exercer dans un périmètre clairement défini — avec des compétences précises, un cadre éthique solide, et une connaissance approfondie à la fois du cheval et de l'humain que vous accompagnez.

Ce que la pratique exige vraiment

- Une connaissance approfondie du comportement équin — pas seulement monter à cheval
- Des bases solides en psychologie humaine — pour comprendre ce que vous observez
- Un cadre éthique et déontologique clair — confidentialité, limites de compétences, bien-être animal
- Une assurance professionnelle adaptée — les risques sont réels et spécifiques
- Une supervision régulière — personne ne peut voir ses propres angles morts

Ce que vous obtenez avec une formation sérieuse

Pas un titre d'État — il n'en existe pas encore en France. Mais des compétences réelles, un cadre de travail rigoureux, et la capacité d'exercer avec éthique et efficacité. Le Certificat PFE Excellence est reconnu par nos partenaires institutionnels.



La médiation équine est un champ en plein essor — et les praticiens sérieusement formés sont encore rares. C'est une opportunité professionnelle réelle, à saisir avec rigueur.

Ce que le cheval voit — que vous ne voyez pas encore

Avant de comprendre ce que le cheval peut faire pour vos clients, vous devez comprendre ce qu'il est. Et pour comprendre ce qu'il est, vous devez savoir d'où il vient.

Le cheval est une proie. Pas un prédateur. Pas un animal qui calcule comment dominer. Un animal dont la survie a dépendu, pendant cinquante-cinq millions d'années, de la capacité à détecter la menace avant qu'elle ne devienne mortelle — et à fuir immédiatement.

Cette réalité neurobiologique n'a pas disparu avec la domestication. Elle est là, active, en toile de fond de chaque interaction entre un cheval et un être humain. La comprendre, c'est comprendre pourquoi le cheval réagit comme il réagit.

Ce que le cheval lit que vous ne voyez pas

Le cheval perçoit des informations que nous ne captons pas. Sa vision panoramique de près de 350 degrés. Sa sensibilité aux micro-variations de pression, de souffle, de tension musculaire. Sa capacité à lire l'état du système nerveux autonome d'un humain — avant même que cet humain en soit conscient.

Un client dit qu'il va bien. Ses épaules sont remontées, sa respiration est courte, sa mâchoire est serrée. Le cheval, lui, ne répond pas aux mots. Il répond au corps. Et il monte en activation en réponse à ce qu'il perçoit réellement.

C'est l'un des outils thérapeutiques les plus puissants de notre pratique — et l'un des plus exigeants à utiliser avec justesse.

Les signaux que vous devez apprendre à lire

Signal précoce

Signal intermédiaire

Signal avancé

Légère élévation de tête · Oreille qui pivote · Pied qui gratte	Tête haute · Deux oreilles dressées · Queue qui s'agite · Arrêt	Oreilles plaquées · Blanc de l'oeil · Corps contracté · Transpiration
→ Observez. Ralentissez.	→ Modifiez l'activité.	→ Sécurisez. Stop.

✓

La compétence qui distingue les praticiens expérimentés des débutants n'est pas technique — c'est la capacité à lire le cheval en temps réel, avant que quelque chose se passe.

Comprendre l'humain pour mieux accompagner

La médiation équine ne travaille pas seulement avec le cheval. Elle travaille avec l'humain — dans toute sa complexité psychologique, émotionnelle et relationnelle. Sans une compréhension solide de ce que porte le client, vous ne pouvez pas utiliser la relation au cheval de façon cliniquement intentionnelle.

Ce que vous devez comprendre sur le fonctionnement humain

Trois notions sont fondamentales pour tout praticien en médiation équine :

L'attachement

Dès les premières années de vie, nous construisons une représentation interne de ce que sont les relations — sécurisantes ou non, prévisibles ou non. Cette représentation guide automatiquement nos comportements relationnels — y compris avec le cheval. Un client qui reste à distance de l'animal, qui dit ne rien ressentir, qui semble indifférent — exprime peut-être un style d'attachement évitant construit pour se protéger.

Le trauma

Les expériences traumatiques s'inscrivent dans le corps, dans un registre pré-verbal que les mots atteignent difficilement. Le cheval, lui, y accède directement — par le corps, le souffle, le mouvement. C'est pourquoi la médiation équine peut toucher des zones que la thérapie verbale seule n'atteint pas de la même façon.

La fenêtre de tolérance

Chaque personne a une zone d'activation dans laquelle elle peut ressentir, apprendre et s'engager sans être débordée. En dessous — elle est anesthésiée. Au-dessus — elle est submergée. Notre rôle est de maintenir le client dans cette fenêtre, en utilisant le cheval comme ressource de régulation.

Ce que le cheval révèle que le client ne dit pas

Le cheval ne répond pas aux mots — il répond à l'état réel. Quand un client dit qu'il va bien mais que le cheval s'éloigne, s'agite ou monte en activation, le cheval nous donne une information sur ce qui se passe vraiment à l'intérieur.

Le cheval stressé en présence d'un client nous informe sur cet client — souvent plus tôt et plus précisément que tout ce que le client nous dit de lui-même. Apprendre à utiliser cette information sans l'instrumentaliser est l'un des arts les plus subtils de notre pratique.



Comprendre l'humain n'est pas optionnel en médiation équine — c'est la condition d'une pratique éthique et efficace. La psychologie n'est pas une couche théorique par-dessus la pratique. C'est son substrat.

Ce qui fait la différence entre une activité et une thérapie

Deux praticiens peuvent proposer exactement la même activité avec un cheval — le même exercice, dans le même espace, avec le même animal. L'un fait de la médiation équine cliniquement fondée. L'autre fait une activité équestre agréable.

La différence n'est pas visible de l'extérieur. Elle est dans la tête du praticien — dans ce qu'il comprend de ce qui se passe, dans pourquoi il fait ce qu'il fait, dans comment il ajuste en temps réel.

Un praticien sans fondements thérapeutiques solides travaille dans le brouillard, même s'il obtient parfois de bons résultats. Un praticien qui les maîtrise sait pourquoi il fait ce qu'il fait — et peut donc l'ajuster, l'affiner, le transmettre.

Les quatre piliers fondamentaux

- L'alliance thérapeutique — la qualité du lien entre le client, le praticien et le cheval est le facteur qui explique le mieux l'efficacité d'un accompagnement, toutes approches confondues. En médiation équine, cette alliance est triadique.
- Le cadre thérapeutique — l'heure fixe, le lieu stable, les règles claires ne sont pas de l'organisation. Ce sont des interventions thérapeutiques. Un cadre stable libère le client de l'incertitude pour qu'il puisse s'engager dans le travail.
- Le transfert — ce que le client projette sur le cheval appartient à son histoire relationnelle. Le cheval offre une surface de projection unique — vivante et réactive, sans le bagage projectif des figures humaines.
- Les résistances — quand un client évite, retarde, minimise, ce n'est pas de la mauvaise volonté. C'est une protection psychique qui indique souvent que le travail approche de quelque chose d'important.

Ce que le changement demande vraiment

Le changement ne s'explique pas — il se vit. Ce n'est pas la compréhension intellectuelle qui transforme les choses, c'est la répétition d'expériences relationnelles différentes, vécues dans le corps.

Un client qui a toujours vécu des relations imprévisibles et blessantes découvre, séance après séance, que le cheval l'accepte tel qu'il est — sans jugement, sans condition. Ces expériences répétées produisent quelque chose que les mots seuls ne peuvent pas produire : une transformation progressive de sa façon de se percevoir et de percevoir les relations.



La médiation équine produit des changements réels et durables — à condition d'être exercée avec les fondements qui permettent de comprendre ce qui se passe et d'agir avec intention.

Ce qui se passe vraiment dans une séance

Une séance de médiation équine n'est pas une succession d'exercices avec un cheval. C'est une composition clinique — avec ses temps d'activité et ses temps de parole, ses moments d'engagement intense et ses moments d'intégration.

Chaque chose que vous faites — ou que vous ne faites pas — est une intervention. Le silence que vous tenez. La question que vous posez. L'exercice que vous choisissez. Le cheval que vous sélectionnez pour ce client ce jour-là.

Les quatre compétences clés du praticien

L'observation clinique

Lire simultanément le client, le cheval et ce qui se passe entre eux. Distinguer ce qui est observation factuelle de ce qui est interprétation.

La gestion des émotions

Accueillir ce qui émerge sans chercher à le réparer prématurément. Rester présent dans l'intensité émotionnelle.

Le débriefing

Transformer l'expérience vécue en apprentissage. Sans débriefing, même la plus belle séance reste dans l'implicite.

L'intervention de crise

Reconnaître les signes de débordement. Intervenir rapidement pour restaurer la sécurité. Connaître ses limites et savoir orienter.

Ce que l'imprévu vous apprend

Le cheval ne fait pas toujours ce que vous avez prévu. Il refuse d'avancer au moment précis où le client demande. Il s'approche spontanément d'un client dont vous pensiez qu'il resterait à distance. Il s'arrête au milieu d'un parcours sans raison apparente.

Ces imprévus ne sont pas des interruptions du travail thérapeutique. Ils sont souvent le travail thérapeutique lui-même — les moments où quelque chose de vrai se présente, sans que vous l'ayez planifié.



Un bon praticien en médiation équine n'est pas celui qui maîtrise le plus de techniques. C'est celui qui a développé le discernement pour savoir laquelle utiliser, avec qui, à quel moment — et comment rester présent quand l'imprévu arrive.

Ce qu'il faut avoir en place avant d'accueillir votre premier client

Vous avez les compétences. Vous comprenez le cheval. Vous comprenez l'humain. Vous avez les fondements thérapeutiques et les techniques d'intervention. Il reste maintenant à construire les fondations professionnelles qui vont permettre à tout cela de tenir dans la durée.

Les quatre piliers de la solidité professionnelle

- La documentation — Rédiger vos notes de séance dans l'heure qui suit. Distinguer toujours l'observation de l'interprétation. Vos écrits vous protègent autant qu'ils protègent vos clients.
- Le cadre légal et les assurances — La médiation équine n'est pas encore une profession réglementée en France. Cela implique une responsabilité particulière dans la définition de votre périmètre d'intervention. L'assurance responsabilité civile professionnelle adaptée est non négociable.
- La collaboration interprofessionnelle — Vous ne travaillez jamais seul. Vos clients sont souvent suivis par d'autres professionnels. La qualité de votre collaboration avec eux conditionne directement l'efficacité de votre travail.
- Le soin de vous — Un praticien épuisé n'est plus disponible pour ses clients ni pour ses chevaux. La supervision régulière, la thérapie personnelle et la communauté de pairs ne sont pas des luxes — ce sont les conditions d'une pratique durable.

Ce que personne ne vous dit avant de commencer

Une heure de séance représente souvent deux à trois heures de travail total — préparation, installation, note de séance, communication avec les partenaires, supervision. Intégrez ce temps dans votre organisation dès le départ.

Les premiers clients ne viennent pas tout seuls. Ils viennent orientés par d'autres professionnels — médecins, éducateurs, psychologues. Construisez votre réseau avant d'avoir besoin de clients.

Durer dans ce métier — vraiment durer, sans s'y perdre — demande de prendre soin de vous aussi sérieusement que vous prenez soin de vos

clients et de vos chevaux. Ce n'est pas de l'égoïsme. C'est la condition de votre disponibilité.



Les fondations professionnelles invisibles — documentation, cadre légal, réseau, supervision, soin de soi — sont ce qui distingue une pratique qui dure d'une pratique qui s'épuise. Posez-les dès le début.

La prochaine étape vous appartient

Vous venez de parcourir les six piliers de la formation Pas à pas en médiation équine — Niveau 1. Ce guide vous a donné un aperçu. La formation vous donnera les fondements complets pour exercer avec rigueur, éthique et efficacité.

Ce que vous avez découvert ici n'est que la surface. Dans la formation complète :

- 60 heures de contenu structuré — à votre rythme, sans deadline, avec un accès à vie
- Des quiz d'évaluation après chaque module pour ancrer vraiment les notions
- Un certificat de réussite PFE Excellence reconnu par nos partenaires institutionnels
- Un accès prioritaire au Niveau 2 — formation hybride avec stages pratiques avec les chevaux

Le Niveau 1 ne fait pas de vous un praticien clinique complet — il vous donne les bases pour le devenir. La suite se construit dans la pratique réelle, supervisée, avec des clients et des chevaux. Pas à pas.

Pour qui est cette formation ?

- Professionnels du cheval qui veulent intégrer une dimension thérapeutique à leur pratique
- Professionnels du soin, de l'éducation ou du social qui cherchent un outil complémentaire puissant
- Personnes en reconversion vers les métiers du soin ou du cheval
- Passionnés de chevaux avec un projet professionnel autour de la médiation équine

PRÊT À COMMENCER ?

Inscrivez-vous à la formation

Pas à pas en médiation équine — Niveau 1

www.formation-equestre.com

Certifié Qualiopi · Accès à vie · À votre rythme

