

# Travail Troubles oppositionnels

ABERKAN Laetitia  
DE MEYER Bénédicte  
FUZIO Pierre  
LAVAL Cristina  
MONSANTO Irène  
RAITANO Fani

HE2B Defré  
Section orthopédagogie  
Année académique 2016 - 2017

# Table des matières

1. Introduction.....	4
2. Habilidadés sociales .....	5
Que sont les habilidades sociales ? .....	5
Acquisition (et non adquisición) des habilidades sociales.....	6
Pourquoi travailler à améliorer les habilidades sociales ?.....	6
Comment travailler les habilidades sociales ? .....	6
3. Le développement du jugement moral.....	8
Qu'est-ce que le jugement moral ? .....	8
La théorie de L. Kohlberg.....	8
Développement du jugement moral et troubles oppositionnels.....	9
4. Approches cognitivo-développementales.....	10
Programme de développement de la maturité dans les relations interpersonnelles .....	10
5. Amélioration des compétences de traitement de l'information .....	12
Présentation générale du programme .....	12
Orientation générale .....	13
Définition du problème .....	14
Production d'alternatives .....	14
Prise de décision.....	14
Vérification .....	15
6. Les techniques cognitivo-comportementales strictes.....	16
Les programmes d'économie de jetons ou « token economies » .....	16
Pourquoi utiliser ce programme ?.....	17
La technique du contrat comportemental .....	18
Pourquoi utiliser ce type de contrat ? .....	18
« Emotional shock training » ou programme de renforcement négatif .....	18
7. L'hippothérapie : une méthode alternative dans la réponse aux troubles oppositionnels .....	19

L'hippothérapie c'est quoi ? .....	19
Les axes de travail dans le traitement des troubles oppositionnels .....	19
Les possibilités offertes par l'hippothérapie .....	19
Comment se passe une séance ? .....	20
Quel intérêt dans les troubles oppositionnels ? .....	20
Relationnel.....	20
Affectif .....	20
Communication .....	21
Assertivité.....	21
Gestion du stress .....	21
Estime de soi.....	22
Références théoriques .....	22

## **1. Introduction**

Ce travail réalisé dans le cadre du cours d'approfondissement aux troubles oppositionnels débute par l'apport d'éléments théoriques sur ce que sont les habiletés sociales et le jugement moral, en évoquant en quoi ces compétences sont défaillantes chez les personnes souffrant de troubles oppositionnels.

Nous aborderons ensuite les approches cognitivo-développementales ainsi que deux méthodes qui ont été mise au point pour travailler avec ce public spécifique grâce à un programme visant à l'amélioration des compétences de traitement de l'information et les techniques cognitivo-comportementales strictes.

Enfin, nous nous pencherons sur l'hippothérapie au service des personnes présentant des troubles oppositionnels.

## 2. Habiletés sociales

### Que sont les habiletés sociales ?

« Il s'agit d'un ensemble de capacités qui nous permettent de percevoir et de comprendre les messages communiqués par les autres, de choisir une réponse à ces messages (parmi différentes alternatives) et de l'émettre par des moyens verbaux et non verbaux, de façon appropriée à une situation sociale<sup>1</sup> ». Notons que ces comportements verbaux et non verbaux résultent de processus cognitifs et affectifs<sup>2</sup>.

Ou encore les habiletés sociales sont un ensemble de capacités à démontrer un comportement approprié dans une variété de contextes comme à la maison, à l'école ou au travail et dans la société en général (Brown, 2003)<sup>3</sup>.

#### Les différentes composantes des habiletés sociales<sup>4</sup> :

- Les habiletés sociales sont principalement développées par **apprentissage** (par exemple via l'observation, le modelage);
- les habiletés sociales comprennent des **comportements spécifiques et discrets, verbaux et non verbaux** ;
- les habiletés sociales se composent d'**initiations** et de **réponses appropriées et efficaces** ;
- les habiletés sociales maximisent les **renforcements sociaux** ;
- les habiletés sociales sont de nature **interactive** et impliquent des **réactions efficaces et appropriées** ;

#### Quelques habiletés sociales présentées en 5 catégories<sup>5</sup> :

1. **Habiletés sociales de base** : Soigner son apparence – Écouter – Commencer une conversation – Se présenter – Répondre au téléphone – Remercier...

2. **Habiletés sociales avancées** : S' excuser – Donner et suivre des instructions – Demander et offrir de l'aide – Partager des activités, du matériel – Se préparer à une conversation, à un entretien ...

3. **Reconnaissance et expression des émotions** : Identifier ses propres émotions – Identifier les émotions des autres – Exprimer des sentiments, des émotions – Répondre aux taquineries – Reconnaître et utiliser l'humour, l'ironie – Accepter l'échec...

---

<sup>1</sup> Baghdadli et Brisot-Dubois, 2011 cités par Emmanuel Chambres, *Habiletés sociales et théorie de l'esprit*, présentation lors du Colloque national Autisme – Pluradys, 2015 : <https://www.pluradys.org/.../Diaporama-Habiletés-sociales-OK-1-Dijon-copie-site.pdf>

<sup>2</sup> Favrod J. et Barrelet L., « Efficacité de l'entraînement des habiletés sociales avec les personnes atteintes de schizophrénie », in *Thérapie comportementale et cognitive*, 1993, 3, pp. 84-94.

<sup>3</sup> Lucie Leclair Arvisais, *Elaboration d'un programme d'habiletés sociales. Quelques réflexions*, Direction des services à l'enfance et à la jeunesse du Gâtineau (Québec), 2014 : [w3.uqo.ca/transition/tva/wp-content/uploads/3D3c\\_ElabHabSoc\\_Interv.pdf](http://w3.uqo.ca/transition/tva/wp-content/uploads/3D3c_ElabHabSoc_Interv.pdf)

<sup>4</sup> Selon Douaire, 2011 cité par Leclair, 2014.

<sup>5</sup> Chambres, 2015. Voir aussi une autre classification proposée par Centre for Innovations in Education - CISE, 2005 cité par Leclair, 2014.

4. **Affirmation de soi** : Savoir formuler un refus – Savoir accepter un refus – Savoir faire une demande – Savoir répondre à une demande – Savoir faire une critique – Savoir répondre à une critique – Savoir résoudre un problème...

5. **Relations amicales et affectives** : Comment avoir des copains ou des amis – Comment entreprendre une relation amoureuse...

## Acquisition (et non acquisition) des habiletés sociales

Pour la plupart d'entre nous, l'apprentissage d'habiletés sociales peut sembler simple et naturel. La situation est différente pour beaucoup de personnes qui ont des besoins particuliers : déficience mentale, autisme, et bien entendu dans le cas de troubles envahissant du comportement.

Les difficultés se marquent surtout par leurs limitations sur le plan de la communication, de la perception ou de l'auto-régulation qui font en sorte que les interactions sociales posent un plus grand défi<sup>6</sup> : difficultés à entretenir des relations interpersonnelles et d'amitié, difficultés dans la résolution de petits conflits, difficultés avec le raisonnement non-verbal et les subtilités du langage corporel ou verbal, estime de soi faible, manque de généralisation, etc. Plus spécifiquement chez les personnes qui ont un trouble envahissant du développement, des anomalies qualitatives sur le plan de la communication et des interactions sociales font en sorte qu'elles ont de la difficulté à établir un contact visuel et à initier l'interaction, à reconnaître les expressions faciales, à comprendre les intentions, les pensées et les sentiments des autres si bien que leurs capacités d'empathie et de réciprocité sont limitées. Les relations interpersonnelles des personnes avec troubles oppositionnelles sont dès lors généralement distantes, passives, réticentes ou inadaptées.

## Pourquoi travailler à améliorer les habiletés sociales ?

Les habiletés sociales ont un impact direct sur le fonctionnement en société et donc sur l'inclusion sociale. Des études montrent que de bonnes habiletés sociales sont associées à une meilleure scolarité, à de meilleures performances dans le milieu professionnel<sup>7</sup>. Leur manque corrobore avec de l'isolement, de la vulnérabilité et des comportements inadéquats. Les habiletés sociales sont donc un biais par lequel travailler avec les personnes ayant des troubles oppositionnels.

## Comment travailler les habiletés sociales ?

Il existe des programmes de réadaptation sociale utilisant des méthodes cognitivo-comportementales, par exemple, l'« Entraînement aux habiletés sociales » développé par R.

---

<sup>6</sup> Sukhodolsky et Butter, 2007 cité par Leclair, 2014.

<sup>7</sup> Centre for Innovations in Education - CISE, 2005 cité par Leclair, 2014.

P. Liberman<sup>8</sup>. Il s'agit, individuellement ou en groupe, d'enseigner les habiletés sociales de base par l'apprentissage des règles de conversation, l'analyse de ses propres comportements inappropriés et de ceux des autres, l'apprentissage de des techniques et de procédures (tour de rôle, écoute...).

Chez les enfants avec troubles du comportement, de tels programmes d'entraînement aux habiletés sociales sont largement utilisés dans le cadre de programmes de prévention visant à lutter contre la violence, la délinquance et le décrochage scolaire. L'efficacité de ces programmes est avérée mais néanmoins variable. En effet, différents paramètres sont susceptibles de favoriser ou de freiner ses effets : caractéristiques de la personne, caractéristiques de son milieu de vie, qualité de l'intervention. Il est essentiel donc de prendre en considération ces paramètres pour améliorer la qualité de ces programmes<sup>9</sup>.

---

<sup>8</sup> Liberman R. P., Mueser K. T. et De Risi W. J., *Manuel d'entraînement aux habiletés sociales*, 2005. D'autres références récentes nous semblent intéressantes : Fallourd N. et Madiou E., *Animer des groupes d'entraînement aux habiletés sociales . Programme GECOS : Enfants et adolescents avec troubles relationnels : autisme, TDAh, Troubles anxieux, haut potentiel*, à paraître 17 mai 2017. Cassé A. et Garin T., *Apprendre les habiletés sociales : ateliers pour enfants TSA et autres TED*, 2016.

<sup>9</sup> Boijoli M. et Vitaro F., « Quels sont les paramètres qui peuvent influencer l'efficacité des programmes d'entraînement aux habiletés sociales auprès des enfants agressifs ? », in *Revue de psychoéducation*, 2005, vol. 34/2, pp. 331-354.

### 3. Le développement du jugement moral

#### Qu'est-ce que le jugement moral ?

Le jugement moral c'est la capacité à distinguer le bien du mal. Cette faculté de l'esprit se développe dans l'enfance et permet à l'individu de donner une opinion, de porter un jugement en se basant sur ses valeurs familiales, culturelles, religieuses, sociétales... tout en ayant conscience de sa pensée individuelle et de celles d'autrui qui peut être différente.

Les premiers à avoir porté une étude sur le développement jugement moral sont :

- Piaget qui, en 1932, a publié « Le jugement moral chez l'enfant » où il présente les résultats de ses recherches par rapport au "développement de la compréhension des contraintes qui régissent la société dans laquelle l'enfant vit", ainsi que les "différentes formes de jugement moral et de sentiment de justice qui se développent avec l'âge".
- Kohlberg qui se base sur les théories de Piaget et développe les séquences de la pensée morale qu'il distingue en trois niveaux et 6 stades. Chaque niveau étant composé de deux stades.

#### La théorie de L. Kohlberg

"L'intériorisation des règles morales est la conséquence d'une série de transformations des attitudes et des conceptions primitives ; ces transformations vont de pair avec le développement cognitif, dans la perception et la hiérarchisation d'un univers social avec lequel ce développement est en continuelle interaction".

Stades et niveaux de développement moral selon L. Kohlberg :

##### Niveau I : prémoralité

- **Stade 1** : Éviter la sanction et respect du pouvoir (2-6 ans)
- **Stade 2** : Résultat de l'action servant les intérêts personnels sans souci d'autrui (5-7 ans)

##### Niveau II : moralité conventionnelle

- **Stade 3** : Plaire aux autres (bon garçon/bonne fille) (7-12 ans)
- **Stade 4** : Conduite orientée selon l'autorité, importance de l'ordre social pour son bénéfice (10-15 ans)

##### Niveau III : acceptation personnelle des principes moraux

- **Stade 5** : Contrat social, respect des lois et des règles pour le bien de tous, droits des autres
- **Stade 6** : Choix personnels des principes éthiques universels, des principes moraux

## Développement du jugement moral et troubles oppositionnels

Les enfants et adolescents présentant des troubles oppositionnels ont un déficit du développement moral par rapport aux relations avec autrui. Il en résulte alors une immaturité du raisonnement et un mode de pensée tourné vers soi sans souci des sentiments et pensées des autres.

Le niveau de jugement moral est lié à la capacité générale de raisonnement et comprend deux processus essentiels :

- capacité de prise de rôle (à travers l'interaction sociale) ; partager point de vue d'autrui, perspectives différentes de la sienne
- doute intellectuel ; expérience du conflit cognitif, doute et frustration quant à une décision morale à prendre qui poussent à réfléchir à une solution

Ce déficit peut trouver son origine dans un manque affectif, dans l'évolution du jeune dans un environnement instable et maltraitant ou simplement dépourvu de règles, mais cela peut également être en raison d'un problème d'ordre neurologique, car "d'une manière générale, les fonctions intellectuelles et neuropsychologiques interviennent dans notre façon d'aborder le monde, de le comprendre et de l'accepter."<sup>10</sup>

Les approches cognitivo-développementales basent leur méthode sur ces théories. Pour développer la maturité des relations interpersonnelles on utilise le programme issu de la méthodologie du *California Treatment Project*.

---

<sup>10</sup> <https://www.cairn.info/revue-psychotherapies-2010-3-page-123.htm#s1n3> [consulté en ligne : 24/04/2017]

## 4. Approches cognitivo-développementales

Les études sur la socialisation ont mis en évidence que les jeunes délinquants ont des déficits dans leur raisonnement moral et sont immatures dans leurs relations interpersonnelles.

### Programme de développement de la maturité dans les relations interpersonnelles

Ce programme utilise la méthodologie du California Treatment Project (Warren et al., 1996). Il s'agit de stimuler le développement de la maturité des jeunes dans les relations interpersonnelles. Le jeune est précablé mais il a une maturité insuffisante. Le jeune doit passer par sept niveaux d'intégration successifs pour acquérir une maturité dans les relations interpersonnelles. A chaque étape, il doit résoudre un problème interpersonnel et il progressera vers la maturité.

Pour aider le jeune à atteindre un autre niveau, les intervenants proposent des entretiens ciblés, des activités adaptées avec des objectifs précis.

Les jeunes qui nous préoccupent sont en général dans les niveaux 2, 3, 4.

#### Niveau 2

L'individu utilise la manipulation, considérant les autres comme des jouets et ne se souciant pas des conséquences. Il satisfait ses désirs de cette façon. Il est dans l'évitement des insatisfactions.

La délinquance trouve son origine de la faiblesse du contrôle des impulsions et dans la difficulté à gérer les pressions de l'entourage.

#### Niveau 3

L'individu est persuadé que les relations entre les personnes sont basées sur une série de règles rigides. Il désire contrôler comme il se sent contrôlé. Il cherche des règles sociales absolues qui définissent ce qu'on t'attend de lui.

Cet individu est un conformiste immature qui suit la loi du groupe dans lequel il est plongé. Il fonctionne d'après l'approbation des autres. On note des manifestations superficielles de culpabilité.

#### Niveau 4

A ce stade, l'individu a intériorisé des normes sociales. Il peut juger ses actions et celles des autres. Il considère les autres comme des modèles qu'il cherche à imiter. Parfois il se trouve pris entre des idéaux incompatibles.

S'il ne réussit pas à s'identifier à ses modèles, on peut voir apparaître des sentiments de culpabilité. Cette personne peut recourir à des actes antisociaux pour équilibrer ses conflits.

Elle peut projeter son hostilité sur les personnages qui l'entourent. Elle les accuse d'être responsables de ses difficultés. Il peut donc y avoir passage à l'acte lorsque le problème devient trop envahissant dans leur vie.

Les programmes de développement de la maturité interpersonnelle rencontrent peu de succès auprès du personnel éducatif en raison de leur complexité

## 5. Amélioration des compétences de traitement de l'information

### Présentation générale du programme

Les jeunes à conduite agressive ainsi que les adolescents délinquants présentent des failles dans la résolution de problèmes de la vie de tous les jours. Ces points faibles se situent au niveau des processus cognitifs et de la médiation par la verbalisation.

Ainsi, le programme d'aide à la résolution de problèmes va se centrer sur le processus de traitement de l'information pour permettre aux jeunes d'avoir plusieurs alternatives à la violence. Il s'agit de l'apprentissage d'un processus de résolution de problèmes qui va stopper net les solutions de type 'passage à l'acte' que souvent les jeunes utilisent.

La prise en charge de ces jeunes devrait les rendre capables de chercher et de réfléchir à d'autres solutions qui sont possibles, satisfaisantes et non-agressives tout en acceptant de ne pas avoir une satisfaction immédiate. Le but est donc de construire des stratégies cognitives qui vont permettre au jeune d'augmenter son auto-contrôle et d'assumer sa responsabilité au niveau social. Les techniques utilisées sont le modeling, le renforcement et le jeu de rôles.

Le modeling est une technique utilisée en thérapie comportementale visant à modifier le comportement d'un sujet par le biais de la mise en sa présence d'un modèle plus compétent (A.Bandura).

L'identification au modèle, qui est surtout fait par imitation, détermine en grande partie l'efficacité de cet apprentissage. Si le modèle est du même sexe et du même âge que le sujet et si les compétences ne sont pas trop éloignées, le sujet se reconnaît davantage dans le modèle et le modèle sera encore plus imité, renforçant ainsi l'efficacité du modeling.

Le modeling de participation se rencontre pour des indications diverses comme modifier le comportement inadapté (éviter de troubles phobiques), lors de rituels des obsessionnels compulsifs (comportements passifs et agressifs). Souvent le modeling est utilisé en accompagnement d'une autre stratégie comportementale.

Le but du programme de l'entraînement à la résolution de problèmes est de fournir une stratégie générale d'adaptation appelée coping pour permettre aux jeunes de traiter de façon efficace une multitude de situations problématiques.

Le coping est défini comme l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinés à maîtriser, réduire ou tolérer des démarches spécifiques internes/externes vécues par le sujet comme menaçant, épuisant ou dépassant les ressources. Le coping vise à renforcer les capacités de gestion de l'anxiété et du contrôle des peurs. Dans le cadre du traitement de l'état de stress posttraumatique, il s'associe aux chimiothérapies.

La démarche de résolution de problèmes est vue comme un processus comportemental qui engendre plusieurs réponses pouvant être efficaces par rapport à la situation problème et qui augmente ainsi la probabilité de choisir la réponse la plus efficace parmi les alternatives proposées.

L'entraînement à la résolution de problèmes permet aussi d'apprendre l'auto-contrôle :

❖ **Du point de vue behavioriste**

L'auto-contrôle se produit quand la personne utilise les aspects de son comportement qu'elle contrôle bien pour stimuler ou réguler d'autres comportements que la personne ne contrôle pas ou peu.

❖ **Du point de vue pragmatique**

L'auto-contrôle signifie pouvoir se fixer des objectifs, s'auto-renforcer, s'autoévaluer.

Le processus de résolution de problèmes a donc pour objectif d'identifier la réponse la plus efficace et ensuite de permettre que les autres procédés d'auto-contrôle puissent être employés pour stimuler ou maintenir la réalisation de la réponse choisie.

Le processus de résolution de problèmes se décompose en cinq étapes :

1. Orientation générale
2. Définition du problème
3. Productions d'alternatives
4. Prise de décision
5. Vérification

## **Orientation générale**

Il s'agit de la manière dont la personne va approcher une situation problématique. Les attitudes qui peuvent favoriser un comportement de résolution de problèmes sont :

1. L'acceptation que les problèmes font partie de notre existence et qu'il est possible d'y réagir.
2. La capacité de reconnaître une situation-problème quand elle se produit.
3. La possibilité d'empêcher toute tendance à réagir de façon impulsive ou à ne pas réagir.

Pendant l'intervention, il faut insister auprès du jeune sur l'existence de situations-problèmes, sur les éléments (émotionnels, modifications neuro physiologiques) qui vont permettre de les reconnaître, et sur le fait que ces éléments sont comme des signaux d'alarme qui avertissent qu'il faut réfléchir et ne pas agir impulsivement. Il s'agit de 's'arrêter et penser'.

## Définition du problème

Lorsqu'une situation problématique a été décelée et que les réactions impulsives ont été empêchées, il faut définir les différents aspects de cette situation en termes opérationnels et concrets.

Il faut demander des informations supplémentaires, clarifier la situation et réaliser une sélection de connaissances disponibles, en tenant compte des données pertinentes et en écartant les informations non pertinentes par rapport au problème.

Du point de vue pratique, il s'agit d'amener l'adolescent à s'informer, à sélectionner l'information pour formuler une définition opérationnelle de la situation conflictuelle.

## Production d'alternatives

La tâche principale est de fournir des solutions au problème. La technique du brainstorming est utilisée. Les règles du brainstorming sont :

1. Ne pas faire de critiques envers les propositions émises: aucun jugement de valeurs par rapport aux solutions proposées. Les critiques et jugements de valeur empêchent l'expression d'idées nouvelles.
2. Mettre son esprit en roue libre : laisser la place à la fantaisie sans se soucier de savoir si la /les solutions sont bonnes ou mauvaises, possibles ou non.
3. Avoir une quantité des propositions, car la qualité va découler de la quantité: au plus il y a des solutions proposées, au plus il y a de chances d'avoir des bonnes.
4. Améliorer et combiner les idées : intégrer plusieurs idées pour en redéfinir une de meilleure qualité.

## Prise de décision

Il faut dans cette étape évaluer l'efficacité de chaque alternative proposée à l'étape précédente.

La façon de procéder est la suivante : évaluer l'utilité des alternatives retenues en fonction de leur probabilité à pouvoir résoudre le conflit en question analysé aux deux étapes précédentes.

Au point de vue éducatif, l'intervenant donne quatre pistes pour aider le jeune à évaluer ses solutions selon:

- conséquences personnelles
- conséquences sociales
- conséquences à court terme
- conséquences à long terme

Chaque conséquence doit être évaluée en terme :

1. peu probable / probable / très probable
2. positive/ neutre/négative

Quand la ou les solutions sont choisies, l'adolescent doit rechercher la meilleure tactique ou stratégie qui va aboutir au résultat voulu. Ici aussi un brainstorming est utilisé suivi d'une sélection en fonction des conséquences. Après une double opération de recherche et d'évaluation, le jeune a établi une tactique et prend une décision de l'action lui permettant d'atteindre le but souhaité.

## Vérification

Après avoir défini le problème, choisi les buts et tactiques, pris les décisions sur la mise en œuvre de l'action, il est nécessaire de contrôler si la solution choisie est adéquate et pertinente. La description de l'étape de vérification de la résolution de problèmes est basée sur les travaux de Miller. Le schéma de vérification appelé 'TOTE' (Test-Operate-Test-Exit) est une procédure de feedback par laquelle la personne contrôle son propre comportement. Ainsi l'individu mesure les progrès qu'il a réalisés et les compare avec la norme : si c'est conforme, le processus est bon ; si ce n'est pas conforme, il continue à chercher d'autres solutions jusqu'à ce qu'il trouve un résultat satisfaisant.

## 6. Les techniques cognitivo-comportementales strictes

Ces techniques sont en rupture face aux modes de traitement visant à traiter les perturbations émotionnelles et les conflits intrapsychiques.

Elles examinent plutôt comment les conditions actuelles influencent et maintiennent le comportement. Il s'agit donc d'agir sur les aspects de l'environnement immédiat pour modifier le comportement.

*« L'approche cognitive-comportementale incorpore à la fois des éléments des théories comportementales et cognitives. Elle vise un changement des comportements et des attitudes par une restructuration cognitive des individus et l'apprentissage de comportements pro-sociaux alternatifs. »*<sup>11</sup> Le Blanc, Dionne, Proulx, Grégoire et Trudeau-Le Blanc (1998) expliquent que l'approche cognitive-comportementale a pour but de faire abandonner graduellement les attitudes et les comportements problématiques en « intégrant des habiletés pro-sociales et en généralisant les acquis au quotidien. Les connaissances relatives aux théories de l'apprentissage et aux processus cognitifs sont centrales dans cette approche. »<sup>12</sup>

### Les programmes d'économie de jetons ou « token economies »

Cette technique est utilisée en thérapie comportementale. Elle consiste à donner au sujet des jetons (tickets, points...), à titre de renforçateurs symboliques du comportement dont une augmentation de la fréquence d'apparition est souhaitée. Ces jetons peuvent ensuite être échangés contre diverses récompenses.

Cette technique est utilisée dans de nombreuses situations, et pas seulement avec les personnes présentant un trouble oppositionnel mais également avec des personnes présentant un trouble du spectre autistique, psychologique ou une déficience mentale.

En d'autres mots, c'est le principe de la carte de fidélité où vous recevez un tampon à chaque achat, et au bout de 10 achats vous avez une remise ou un cadeau. L'objectif est que le comportement « acheter dans ce magasin » se maintienne voire même augmente en fréquence et ceci en vous renforçant par une récompense.

---

<sup>11</sup> GRISE. *Le programme cognitif-comportemental* [en ligne]. Disponible sur <http://www.grise.ca/index.php/le-programme-cognitif-comportemental>. (consulté le 02/05/2017)

<sup>12</sup> Ibid.

Cette récompense différée peut prendre des formes variées, en fonction des sujets, souffrant de handicaps ou non, enfants ou adultes, et de ce qui est jugé éthique. Il y a ainsi les renforçateurs matériels (autocollants, poupées, ...), les activités (accès aux jeux, accès aux outils multimédia, ...), les privilèges (être responsable d'un groupe ou des soins à apporter à un animal, ...), les renforçateurs sociaux (proximité, contacts, sourires, câlins, félicitations).

Le jeton est un **renforçateur positif conditionné** :

- **renforçateur** : tout événement ayant la caractéristique d'augmenter la probabilité d'apparition d'un comportement.
- **positif** (dans le sens mathématique d'ajouter quelque chose) : car on cherche à mettre en place ou à maintenir un comportement en donnant quelque chose d'agréable.
- **conditionné** : les jetons ne sont pas agréables (renforçants) en eux-mêmes mais ils vont le devenir par association avec les récompenses qu'ils permettent d'obtenir. C'est la même chose pour l'argent : nous sommes ravis de gagner de l'argent, alors que ce ne sont pas les ronds en métal ou les morceaux de papier qui nous renforcent mais ce que l'on peut faire avec.

### *Pourquoi utiliser ce programme ?*

- Pour différer le moment où l'on va donner le renforçateur tangible (l'objet, l'activité, la nourriture... désiré). Cela permet de ne pas donner un petit bonbon à chaque bon comportement mais après un délai de 5 ou 10 jetons (ou plus).
- Pour avoir la possibilité renforcer un comportement à tout moment, même au cours d'une activité et sans devoir interrompre celle-ci.
- Pour avoir la faculté de renforcer les comportements de plusieurs personnes en même temps, dans un groupe par exemple.
- Pour avoir des renforçateurs plus concrets que de simples félicitations, auxquelles tous ne sont pas sensibles.
- Pour encourager les enfants à économiser des jetons afin d'avoir un renforçateur plus puissant (autogestion, self control) et à faire un choix dans les renforçateurs qu'ils peuvent obtenir.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> (ghgjhj & gugi, 2000)

## La technique du contrat comportemental

Le contrat comportemental est un moyen qui vise à aider à modifier des comportements problématiques. C'est une entente écrite conclue entre l'enfant/l'adolescente en difficulté, les intervenants qui l'encadrent et/ou les parents.

Le jeune s'engage par écrit à opter pour des comportements précis et à éviter certains types de comportements dans des situations ou des moments de vie définis. Les conséquences liées au respect (renforcements) ou à la violation (punitions) du contrat sont également énoncés, ainsi que la période couverte par ce dernier. Ce contrat est flexible et est renégocier périodiquement ou si les conditions environnementales changent.

### *Pourquoi utiliser ce type de contrat ?*

- Car il permet d'aider le jeune à transformer son comportement et à acquérir un meilleur contrôle de lui-même.
- Car il implique aussi bien le jeune que les intervenants qui partagent la responsabilité du changement. Ils ont élaboré ensemble le contrat, ses clauses et ses conditions, chaque partie est donc garante du changement.

## « Emotional shock training » ou programme de renforcement négatif

Il s'agit d'une technique plus ancienne qui vise à mettre le jeune dans un environnement pénible afin qu'il y vive en immersion. Les jeunes peuvent être plongés dans le monde carcéral quelques heures ou être placés dans une institution qui combinent des exercices physiques intenses, du travail manuel, des brimades verbales et physiques. Le but de ces immersions est de faire prendre conscience aux jeunes de la réalité (aller en prison) qui les attend s'ils ne modifient pas leur comportement. Cela vise aussi à les endurcir, à les rendre conformes à la société en les amenant surtout à accepter les règles de la société et à tolérer les frustrations.

## 7. L'hippothérapie : une méthode alternative dans la réponse aux troubles oppositionnels

### L'hippothérapie c'est quoi ?

Pour comprendre ce qu'est l'hippothérapie, il faut commencer par tracer une ligne de démarcation entre les **activités équestres qui ont une visée thérapeutique** et celles qui n'en ont pas. Même si cette différence ne se voit pas nécessairement lorsqu'on observe une séance de travail, elle est pourtant essentielle. Dans le premier cas, on peut parler d'hippothérapie. Dans le second, il s'agit d'équitation sportive, de loisir ou adaptée.

Autre point important : **Le cheval** n'est pas un traitement ou un remède miracle. Il est **un médiateur, un partenaire dans une relation** à trois, avec bénéficiaire et le thérapeute. On parle de triangulation et de **thérapie par la médiation du cheval**. Il faut bien comprendre que l'hippothérapie est avant tout **un contexte, un environnement** dans lequel un spécialiste va pouvoir exercer son métier dans des conditions particulières. Ce contexte crée des possibilités qui n'existeraient pas ailleurs.

### Les axes de travail dans le traitement des troubles oppositionnels

L'idée n'est pas de détailler la problématique mais simplement de citer les principaux besoins et ce, afin de pouvoir les mettre en parallèle avec les possibilités offertes par la thérapie par médiation du cheval.

Parmi les nombreuses difficultés à traiter il y a :

- Les problèmes relationnels et communicationnels
- Le repli sur soi, la frustration et le déficit affectif qui en résultent
- Un sentiment de rejet et une faible estime de soi
- Un rejet de l'autorité et des autres en réponse ainsi que des comportements agressifs et souvent violents

Pour plus d'informations : [lien](#)

### Les possibilités offertes par l'hippothérapie

Le contexte hippothérapeutique est particulièrement riche pour répondre à ces problématiques. Il permet de travailler au niveau :

- Relationnel
- Affectif
- Communicationnel
- Assertivité
- Gestion du stress
- Estime de soi

## Comment se passe une séance ?

Un programme se déroule sur au moins 3 mois.

Les sessions sont hebdomadaires et durent généralement 1 heure.

La plupart ressemblent à des séances d'équitation classique : aller chercher le cheval, le panser, l'équiper, le monter, le ramener, retirer l'équipement, le récompenser et prendre congé. Certaines séances ont lieu sans monter. Dans ce cas, il s'agit de se déplacer avec le cheval, de faire un parcours, de le faire changer d'allure, de le longer ou de lui demander d'exécuter certains mouvements comme reculer ou tourner sur lui-même.

## Quel intérêt dans les troubles oppositionnels ?

La première chose à dire c'est qu'un cheval ne demande et n'attend rien. Il ne demande qu'à être tranquille et à vivre sa vie. Il est très tolérant avec l'humain, à condition qu'il s'y prenne de la bonne manière.

### *Relationnel*

Un schéma relationnel basé sur la coercition et l'agressivité ne fonctionne pas avec un cheval. Il s'agit d'un animal tolérant, pacifique, peureux mais il est également imposant et puissant. Face à un comportement menaçant, il s'éloigne. S'il ne peut pas fuir, il a peur et peut devenir dangereux. Dans un rapport de force, l'humain ne fait vraiment pas le poids. La bête pèse facilement plus d'une demi tonne. La confrontation n'est donc pas une option face à un animal de cette taille. L'humain doit donc trouver autre chose. Ce qui est intéressant avec le cheval c'est qu'il donne la possibilité de chercher, de s'essayer à différents modes d'interaction et ce, sans se sentir jugé, à aucun moment. La personne en souffrance va donc pouvoir expérimenter, s'ajuster et trouver un schéma qui fonctionne. Ainsi, elle enrichit sa palette de modèles relationnels.

### *Affectif*

Au fil des séances, une relation va se construire avec le cheval. Une relation bienveillante. Les enfants qui présentent des troubles oppositionnels ont beaucoup de mal à tisser des relations avec les autres. Ils se sentent souvent jugés et rejetés. Avec les animaux, c'est souvent plus facile. Ils n'exigent rien. Ils ne jugent pas et n'ont aucune arrière-pensée. Cette relation qui se tisse progressivement va les nourrir, les reconforter. Ils vont se sentir accueillis et acceptés.

Au cours d'une séance, il y a de multiples moments pour un contact chaleureux, une caresse, un contact physique. Il y a également la possibilité de proposer des exercices corps à corps qui vont les nourrir affectivement. Imaginez que vous êtes à cheval, sans selle, couché sur le

ventre. Vous enlacez cet animal doux, chaud et bienveillant. Son cœur bat lentement, sa respiration est calme et régulière. Elle vous berce. Il y a souvent un grand manque à ce niveau chez le public qui nous intéresse. Le cheval peut contribuer à le combler, un peu.

### *Communication*

Le cheval est très coopératif s'il comprend ce qu'on lui veut et si on lui demande sans lui faire peur. Si quelqu'un veut faire quelque chose avec lui, il doit s'y prendre de la bonne manière : un mélange de calme et de fermeté. Il faut donc être clair dans ses demandes et dans ses intentions. C'est un animal de fuite. Le moindre signe d'agressivité, de colère, d'agitation ou d'anxiété le met en alerte. On dit que c'est un miroir. Ce que nous provoquons chez lui nous donne beaucoup d'indices sur notre manière d'être, d'occuper l'espace et de nous déplacer. Il nous force à expérimenter des choses pour trouver le juste équilibre.

### *Assertivité*

Nous avons parlé de calme mais il y a également la fermeté. Les chevaux vivent dans des groupes très hiérarchisés. Il y a ceux qui ont la priorité et ceux qui la cèdent. Lorsqu'un dominant s'approche d'un dominé, celui-ci s'écarte. S'il ne le fait pas il va l'avertir en baissant les oreilles. Si ce n'est pas suffisant, il peut mordre ou même frapper. Habituellement, il y a mise au point au départ et ensuite tout est clair pour tout le monde.

Quelque chose de similaire a lieu lorsqu'il rencontre un humain. Il va le tester. Il va chercher à savoir si c'est à lui de prendre le dessus ou pas. Il a besoin de le savoir pour être rassuré. C'est quelque chose qu'il va vérifier souvent. Il va montrer des marques de domination. Il ne va pas écouter. Il va entrer dans l'espace de la personne et chercher à l'occuper. Il va avancer sur elle et l'amener à se déplacer. Bref, il va la forcer à s'affirmer ou à subir.

Pour travailler en sécurité, l'humain est obligé de prendre l'ascendant. Il doit marquer ses limites et se faire respecter. Comme nous l'avons vu, avec un cheval, la violence et l'agressivité ne fonctionnent pas, en tous cas pas longtemps. Il faut donc en permanence trouver ce subtil équilibre entre le calme et la fermeté. Encore une fois, cela lui donne l'occasion d'élargir sa palette de comportements et d'attitudes possibles.

### *Gestion du stress*

Au départ, par sa taille et sa présence, le cheval est souvent impressionnant. Ce n'est pas comme faire face à un humain très imposant et potentiellement dangereux. L'animal ne demande rien. Il ne veut rien, juste avoir la paix. Si quelqu'un a un problème avec lui, il l'ignore ou bien il s'en va. Il y a quelque chose d'apaisant dans cette relation sans enjeu et sans jugement.

L'hippothérapie est connue pour ses vertus apaisantes. C'est lié à plusieurs facteurs combinés. Le grand air, la nature, la stimulation des sens, la présence d'un animal bienveillant et le doux bercement de ses mouvements lorsqu'il est monté. Chaque séance est une expérience qui nourrit la personne. Elle renforce ses ressources et accroît sa capacité à faire face.

Parfois, il s'agite subitement crée une situation de stress. Une situation qu'il faut apprendre à gérer avec calme et fermeté. Encore une fois, il nous offre une possibilité de travail particulièrement intéressante pour le public qui nous occupe.

### *Estime de soi*

Bien que l'objectif ne soit pas l'acquisition de compétences équestres, au fil des séances, le bénéficiaire va apprendre à maîtriser des situations et des gestes. Il va être en mesure d'obtenir ce qu'il demande du cheval et cela est gratifiant. A cela s'ajoute la relation, souvent très affective, qui s'installe avec l'animal. Il y a un lien qui se tisse.

### **Références théoriques**

Nous n'avons pas trouvé de publications académiques en français sur les effets de l'hippothérapie dans le traitement des troubles oppositionnels. Nous avons donc étendu notre recherche aux Etats-Unis où ce type de démarche est beaucoup plus répandu. Nous avons trouvé un article publié par l'Université de Minnesota : [lien](#)

*Group Intervention: Equine Assisted Therapy in Children with Emotional and Behavioral Disorders, Lindsay J. Nelson, University of Minnesota Duluth.*

A cela s'ajoutent, une série de publications qui ont trait à l'hippothérapie sans spécifiquement traiter des troubles oppositionnels. En voici quelques références :

*Autisme et Zoothérapie : Communication et apprentissages par la médiation animale, Françoise Beiger et Aurélie Jean, Dunod, 2011*

*Activités équestres à intentions thérapeutique, Dr. Turmel-Turrou, Editions Charles Collet, Paris, 2014.*

*Institut français de Zoothérapie : [lien](#)*