

Bureau de conseil

## Le stress chez le cheval

L'apprentissage d'un cheval dépend de plusieurs facteurs : de son aptitude à apprendre, de sa motivation et également du taux de stress enduré. Le stress est, dans une certaine mesure positif, mais peut devenir néfaste pour le cheval.

Les chevaux sont-ils sujets au stress et dans quelle mesure ? Le stress est souvent considéré comme négatif dans la société actuelle et beaucoup de cavaliers s'interrogent sur la meilleure manière de former leur cheval.

### Le stress chez le cheval, c'est quoi ?

Le stress est à l'origine une réaction qui permet à tout être vivant, y compris les chevaux, de réagir aux situations difficiles. Elle est donc tout à fait normale, naturelle et même utile. Le stress devient un danger lorsqu'il est trop important. Face à une situation stressante, un danger, un événement nouveau ou imprévu, une frustration, un conflit ou une incertitude, par exemple, des substances chimiques sont libérées, afin que l'animal rassemble toutes les ressources nécessaires pour réagir. L'animal doit choisir entre trois situations : fuir, se battre ou subir. Le degré de réaction à un événement stressant varie suivant l'individu.

### Le stress positif

Les chevaux domestiqués doivent se soumettre au mode de vie que leur impose l'homme. Ils ont une grande faculté d'adaptation. Ils sont ainsi capables d'apprendre à ne plus craindre certains éléments,



La frustration engendre du stress négatif

comme les tracteurs ou les bâches, à obéir au cavalier. Pour cela, ils ont besoin d'une certaine dose de stress. On parle dans ce cas de stress positif. Celui-ci permet

à l'animal de fuir ou de combattre un danger et l'aide dans son apprentissage, car il facilite la mémorisation.

### Le stress négatif

Le stress a des conséquences négatives lorsqu'il devient trop important et chronique. Des études ont démontré chez plusieurs animaux, comme chez l'homme, qu'un stress trop élevé pendant un certain temps pouvait conduire à des problèmes d'immunité et même, à dose élevée, à des troubles de comportement, comparables à la dépression. En règle générale, tant que l'animal peut ou a l'impression de contrôler la situation, il ne sera pas dans un stress trop élevé. Le stress négatif survient lorsque le cheval doit subir une action et qu'il n'a pas le choix. Il y a dans la vie d'un cheval deux périodes marquées par des événements stressants : le sevrage et le débouillage. Les nombreux changements engendrent un stress pour l'animal et peuvent mener à des stéréotypies, conséquences d'un stress négatif, telles que le tic à l'ours ou le tic à l'air.

### Le phénomène de résignation acquise

La résignation acquise est un état de stress très élevé dans lequel l'animal se trouve lorsqu'il doit subir une action et qu'il ne peut la contrôler. Il se sent ainsi impuissant et finit par se résigner. Les

études n'ont pas prouvé que cet état existe chez les chevaux, mais c'est une hypothèse probable. Elle peut se produire si on inflige une pression continue à un cheval, sans but précis, ou si on donne de manière répétée des aides contradictoires. Celui-ci finira par se résigner et manquera de motivation. Cette résignation entraîne un traumatisme psychologique qui peut devenir irréversible.

Les symptômes sont caractérisés par un intérêt vers l'environnement diminué, des déficits dans la persévérance et la rapidité d'apprentissage, des troubles dans les interactions sociales ainsi que par une diminution de l'immunité.

Le stress négatif a donc non seulement une conséquence sur la mémorisation, mais aussi sur le psychisme du cheval. Il est ainsi nécessaire de réduire le stress des animaux lors de l'apprentissage.

### Comment diminuer le stress

Plusieurs éléments peuvent diminuer le stress d'un cheval. Son état d'anxiété dépend bien évidemment en partie de son tempérament, mais également de facteurs externes, tels que la détention, le management et l'entraînement. Une bonne détention des chevaux, leur offrant la possibilité d'avoir un

contrôle sur leur vie, peut réduire le stress. Par exemple, une détention dans un groupe stable leur permet de vivre en hiérarchie et le système de box terrasse de choisir leur place. Un entraînement basé sur la récompense, des aides claires et précises, permet au cheval d'anticiper les demandes et de se concentrer sur les aides du cavalier. Un apprentissage des événements stressants basés sur l'habituation à des événements

nouveaux peut également lui apprendre à faire face à des situations stressantes.

### Des chevaux motivés et attentifs

Les chevaux possèdent une grande capacité d'apprentissage. Ils ont pour cela besoin d'une certaine dose de stress. Toutefois, le meilleur moyen de les aider dans leur apprentissage est d'éviter de les soumettre à des situations trop

stressantes pendant une longue durée. Des chevaux motivés et attentifs sont le signe de stress positif et, à l'inverse, des chevaux apathiques et désintéressés peuvent être sujets à un début de résignation acquise, symptômes de dépression, comme on peut la rencontrer chez l'homme.

*Sabrina Briefer*



Le stress est à l'origine une réaction qui permet à tout être vivant de mobiliser ses forces pour réagir aux situations difficiles.

