

Technique d'Endo-tape Série #1

par Paul Dufresne

Cette première série sur la technique d'Endo-tape a pour but de la définir et de démontrer son effet sur le bien-être émotionnel du cheval. J'étudie cette technique depuis quelque temps déjà. Initialement, j'étais de l'opinion qu'elle était utile seulement pour les gens qui en ont une bonne maîtrise. Quelques cliniques en Alberta au printemps passé m'ont vite fait changé d'idée! En effet, quelques jeunes participantes avaient de la difficulté avec leurs chevaux. Ils étaient rigides et anxieux et les jeunes filles essayaient de les maîtriser en démontrant un bon leadership. Je leur ai montré quelques exercices qui relaxent la nuque et l'encolure du cheval et d'autres qui lui apprennent à céder aux aides. Cependant, leurs chevaux avaient besoin de plus que cela. J'ai demandé l'assistance de mes étudiantes de niveau plus avancé. Ces étudiantes avaient de l'expérience avec la technique d'Endo-tape et elles l'ont utilisée avec les chevaux des jeunes filles afin qu'ils se détendent et soient moins réactifs à leur environnement. Elles ont par après appris aux jeunes filles comment l'appliquer. Celles-ci ont appris l'Endo-tape rapidement et le niveau d'anxiété de leurs chevaux s'est vite dissipé. Voilà ce qui démontre que quiconque peut apprendre l'Endo-tape, peu importe l'âge ou le niveau d'expérience! Evidemment, j'ai par la suite changé le format de mes cliniques pour que cette technique soit utilisée dès le début. Je pense qu'il est impératif d'enseigner toute technique qui encourage la relaxation du cheval et aide les gens à interagir avec leur animal de façon sécuritaire et agréable.

Alors, qu'est-ce que la technique d'Endo-tape? Les gens sont plutôt sceptiques lorsqu'ils me regardent taper un cheval avec un fouet muni d'une balle à son extrémité! Mais en très peu de temps, ils sont confondus! Ils voient des chevaux qui se montrent dominants, ou rigides et anxieux, ou encore explosifs, se transformer en compagnons détendus et motivés à apprendre. Les gens se demandent souvent qu'est-ce qui rend l'Endo-tape si efficace.

L'Endo-tape est en fait une stimulation du système neuromusculaire du cheval qui cause la production d'endorphines, une neuro-hormone qui est responsable des sensations de bien-être. La production d'endorphines est stimulée non seulement par les tapes données au cheval avec un «endo-fouet», mais aussi en encourageant le cheval à abaisser son encolure et déplier sa nuque. Les tapes données au cheval deviennent avec le temps un signal qui peut être utilisé aussitôt que l'animal montre des signes d'anxiété. Cette technique peut être appliquée sur plusieurs parties du corps du cheval et permet ainsi à n'importe qui, les enfants ou les personnes handicapées, d'aider son compagnon équestre à se détendre.

Pour comprendre pourquoi l'Endo-tape est efficace, il faut considérer la nature même du cheval. Le cheval est un animal de proie et qui a évolué des mécanismes lui permettant de produire de l'adrénaline très rapidement lorsqu'il se sent menacé par son environnement. La technique d'Endo-tape semble neutraliser la production d'adrénaline. Certains chevaux sont très réactifs et souvent se retrouvent dans un état d'excitation prolongée. D'autres semblent plus aptes à discerner les stimuli menaçants de ceux qui ne le sont pas, et par conséquent ils sont moins réactifs. Avec la technique d'Endo-tape, les gens possèdent un outil qui leur permet de modifier les comportements du cheval, et ainsi de créer un environnement beaucoup plus sécuritaire.

Un autre avantage de la technique d'Endo-tape dont il faut tenir compte est qu'en produisant une sensation de bien-être chez le cheval, celui-ci est prédisposé à apprendre et il est plus tolérant aux stimuli environnementaux. Chaque fois que mon cheval est nerveux et inquiet, je le tape et je l'encourage ainsi à se détendre. Je continue avec l'apprentissage seulement lorsque le cheval se calme. L'Endo-tape s'avère une technique très utile chez les chevaux qui ont été abusés ou encore qui ont de la difficulté à s'adapter à l'environnement de l'humain. Pensez-y : lorsque vous vous sentez bien, n'êtes-vous pas plus réceptif aux défis que présentent de



Poulain âgé de deux mois ayant peu d'expérience avec le licol et qui n'a jamais été tapé auparavant. Il est calme et abaisse son encolure sans résister.



Zone d'administration des tapes, en ordre d'importance.

nouvelles situations?

La technique d'Endo-tape produit un état émotionnel positif qui facilite tous les aspects de l'apprentissage: rendre le cheval toute épreuve, céder aux aides, déplier la nuque, améliorer la qualité des allures (pas, trot, petit galop), maîtriser les manœuvres complexes telles l'appuyer, le changement de pied, l'épaule en dedans et le piaffe. Cette technique est aussi utile lorsqu'un cheval est en réhabilitation et doit recevoir des thérapies.

J'introduis la technique en demandant au cheval de rester immobile. Par contre, si le cheval se montre très inquiet et qu'il désire se déplacer, je le lui permets. En effet, empêcher le cheval de bouger aurait pour effet de renforcer sa perception que la situation est dangereuse. Le cheval doit porter un licol et une courte longe. Avec la longe, je demande au cheval de tourner la tête légèrement vers moi. Il faut empêcher le cheval de regarder du côté opposé. En cas contraire, le réflexe de relaxation sera plus lent à s'établir. Je tape le cheval avec la balle de façon rythmique en commençant par des tapes douces, sans qu'elles soient trop douces et qu'elles chatouillent le cheval. Je progresse par la suite avec des tapes plus fermes. La première zone que je tape se trouve où la jambe du cavalier se situe lorsqu'il est assis sur le cheval. Ici je ne veux pas dire l'endroit spécifique où la jambe serait mais plutôt la zone générale autour de cet endroit. On peut utiliser n'importe quel rythme pourvu que celui-ci soit régulier. Changer le rythme ou l'intensité des tapes est une excellente façon de retrouver l'attention du cheval si celui-ci devient distrait. J'observe le cheval et je remarque les comportements qui indiquent la relaxation: saliver, mâcher, abaisser l'encolure, détendre les muscles faciaux. Lorsque ces comportements sont présents, je demande ensuite au cheval de se déplacer sur un cercle, au pas, toujours en le tapant lorsque son encolure est en extension et que sa nuque est souple et dépliée. Si le cheval devient anxieux et excité, je lui demande d'exécuter un «mini-sweep». Le but du mini-sweep est d'encourager le cheval à s'incurver et à regagner son équilibre. En premier lieu, je demande au cheval de se déplacer sur un cercle tout en me déplaçant avec lui. Puis, je m'arrête et en tenant la longe un peu à l'opposé de la position du cheval, je l'incite ainsi à déplacer son arrière-main latéralement. Je lève ensuite la longe pour inciter l'avant-main à se déplacer latéralement avec l'arrière-main. Une fois qu'il a ralenti, je tape le cheval jusqu'à ce qu'il se détende.

Après que le cheval maîtrise l'exercice au pas, je lui demande de l'exécuter au trot. S'il devient excité, je ralentis ou j'arrête le cheval et j'applique l'Endo-tape. Je recommence l'exercice lorsqu'il est de nouveau calme.

La technique d'Endo-tape est un outil indispensable lorsqu'on enseigne au cheval à être toute épreuve. Lorsqu'un stimulus est introduit et que le cheval devient anxieux, l'Endo-tape neutralise l'anxiété et permet au cheval de retourner dans un état de relaxation. Certes, chaque cheval réagit différemment aux stimuli de l'environnement. Néanmoins, le cheval s'habitue plus facilement à ceux-ci si le réflexe de relaxation développé par l'Endo-tape est bien établi.

Dans la deuxième série sur la technique d'Endo-tape, je vais discuter comment (1) développer des réponses plus sensibles aux aides, (2) contrôler la nuque, (3) apprendre au cheval à exécuter les transitions entre les allures de façon contrôlée et (4) le préparer aux manœuvres plus complexes. Je vais aussi démontrer comment un cheval en réhabilitation peut bénéficier de cette technique. Je suggère de toujours terminer une leçon avec une session d'Endo-tape. La dernière impression du cheval en sera une de relaxation



Cheval tapé près d'une bâche volant au vent. Il est calme et curieux.



Cheval qui accepte la bâche se posant sur lui.



Cheval tapé au pas sur un cercle. La relaxation est évidente..

profonde. Essayez de taper votre cheval à plusieurs endroits et voyez lesquels votre compagnon préfère!

To the best of my knowledge, Endotapping was developed by J.P. Giacomini. Allen Pogue also uses his variation. All good trainers and clinicians modify techniques to suit their needs, and the needs of their students - both human or equine. This technique, when combined with shape control and Natural Horsemanship, I have found to be an exceptional way to lead a horse and facilitate a very healthy partnership.

[Back to Article Index](#) / [Technique d'Endo-tape Série 2](#)