

1. Présentation de la zoothérapie et médiation animale :

La zoothérapie est une thérapie utilisant l'animal comme médiateur. Elle s'exerce en séances individuelles ou en petit groupe. L'animal est consciencieusement sélectionné et éduqué, sous la responsabilité d'un professionnel appelé le zoothérapeute. C'est une méthode de travail qui tente de favoriser les liens naturels et bienfaisants, entre les humains et les animaux, et qui s'applique à toutes les activités impliquant l'utilisation d'un animal auprès de personnes, à des fins préventives, thérapeutiques ou récréatives. La zoothérapie mise sur la réceptivité dont fait preuve l'animal de compagnie et sur son potentiel de stimulation et de motivation.

Les médiations thérapeutiques entrent en jeu là où le travail thérapeutique ne peut se penser dans un espace qui se baserait sur la parole seule, parce que cette dernière est difficile ou impossible du moins d'emblée. Il est des fois où une activité particulière devient le support même de la thérapie. Les prises en charge des patients psychotiques en constituent l'exemple le plus généralisé. Une telle activité thérapeutique permet l'expression d'un langage autre que verbale, ce qui est intéressant quand celui-ci est délirant, voire inexistant. Un autre intérêt se situe dans la fonction tierce du médiateur qui prend place entre le patient et son thérapeute, quand la situation duelle pose problème." (Natacha AYMONT-GERBIER, (2000), *Médiations thérapeutiques*, Le journal des psychologues n°182, p21

2. A qui s'adresse la médiation ?

La médiation animale, présente des bénéfices pour des populations très variées, en adaptant les séances en fonction du caractère du (des) participant(s), de son âge, de son handicap, de sa pathologie et de sa motivation.

Ainsi la médiation peut être bénéfique aux enfants.

Qu'ils soient introvertis, timides, se dévalorisant ou ayant une mauvaise estime d'eux-même, aux enfants violents à l'école ou hyperactifs les séances peuvent les aider à verbaliser leurs émotions, leurs angoisses, à canaliser l'énergie et à travailler la notion de respect de l'autre (animal ou humain), de communication sans violence, de retravailler des vécus traumatiques, ou des choses ne s'étant pas jouées lors de la petite enfance... Elle peut aider à améliorer des difficultés spatio-temporelles.

Ensuite elle peut être un outil supplémentaire de travail chez des particuliers ou dans les institutions accueillant des enfants, adultes ou personnes âgées, atteintes de déficience intellectuelle, handicap psychique ou mental, autisme, psychose, trouble du comportement, hyperactivité, difficultés motrices, troubles d'organisation spatio-temporelle, introversion, dépendance, dépression, ainsi que pour les personnes âgées ou atteintes d'une démence de type Alzheimer.

Les séances peuvent donc être envisagées dans les institutions telles que: GEM, DAM, MAS, ITEP, IME, MECS, ESAT, Foyers de vie, hôpitaux psychiatriques, hôpitaux de jour, centres hospitaliers, hôpitaux locaux, maisons de retraite, centres d'hébergement et de réinsertion sociale, centres pour toxicomanes, écoles, crèches, centres de loisirs, etc.

Il faut préciser que des séances en médiation animale ne guérissent pas, mais elles permettent d'améliorer le quotidien en aidant à diminuer les symptômes du patient ou à freiner une régression, en apprenant à mieux se connaître et à mieux anticiper des réactions. Les séances seront donc effectuées en complément de la prise en charge et du suivi habituels.

3. Ses Bienfaits :

Les bienfaits

Les bienfaits de la zoothérapie sont vastes et sont différents selon la pathologie et les attentes du patient.

Chaque séance sera différente, et trois entités vont influencer les unes sur les autres, et vont rendre les séances uniques:

-le chien, avec ses caractéristiques, et son caractère.

-le patient, avec son histoire, sa problématique, ses angoisses, ses espérances, ses envies...

-le zoothérapeute avec ses connaissances, sa façon d'être, son vécu propre...

Et pour tous, l'humeur du jour...

Malgré tout on remarque des bienfaits communs lors des séances en médiation animale.

En effet, la présence d'un animal comme médiation va aider à mettre en mots des problèmes, des angoisses, des questionnements, dont le participant n'a pas toujours conscience. Ces ressentis inconscients s'expriment généralement par la violence, le passage à l'acte, le refus d'apprentissage ou encore le repli sur soi... Les séances vont aider le participant à prendre conscience de ses angoisses, ressentis.

Le chien facilite la verbalisation, soit parce que la personne projette sur le chien des sentiments qui lui sont propres (le thérapeute pourra alors mettre en mot ces ressentis et amener le participant à se les approprier), soit parce que le chien agit en miroir de la personne, ainsi, en observant l'attitude du chien, on peut émettre des hypothèses quand à l'état psychique de la personne (ex: le chien sera calme si la personne est détendue, ou au contraire excité si la personne est énervé.)

Cette prise de conscience de ses propres sentiments va permettre aux symptômes de s'atténuer, voire de disparaître.

La présence du chien va également faciliter la réalisation de mouvements difficiles à réaliser pour quelqu'un ayant des difficultés motrices, car ses mouvements seront réalisés pour le chien, sans y penser, grâce au jeu, à une promenade, des caresses, le brossage, des parcours "d'agility"...

Le travail de la motricité pourra être associé au travail des repères dans l'espace. Le participant devra faire réaliser au chien un parcours en le guidant (obstacles, slaloms...), ou devra envoyer des objets dans différentes directions imposées par le zoothérapeute. Il devra alors coordonner ses mouvements, mais aussi distinguer la gauche, la droite, l'avant, l'arrière, le dessus, le dessous...

Les séances de zoothérapie peuvent également permettre de responsabiliser le participant qui devient auteur de soins et de le valoriser. En passant du statut de soigné au statut de soignant, de passif il devient actif, se sent utile. L'animal apprécie les caresses, le temps que passe le participant à s'occuper de lui, et il lui rend par des marques d'affection.

Il permet au participant de reprendre confiance en lui, notamment lorsqu'il parvient à faire exécuter un ordre au chien, à le commander, se faire obéir et respecter de lui, ou lorsque le participant parvient sur plusieurs séances à apprendre un "tour" au chien, que lui seul lui a fait travailler.

La zoothérapie permettra aussi au participant d'apprendre à canaliser son énergie. En effet, s'il fait travailler le chien dans l'excitation, il ne parviendra pas à obtenir le moindre résultat. Il devra donc apprendre à calmer le chien, et pour cela, apprendre à se calmer lui-même. Il observera alors, aidé du zoothérapeute, la différence entre un travail dans le calme et un travail agité. Il pourra apprendre à

reconnaître lorsqu'il est prêt à se faire déborder par ses émotions, apprendra également à se contrôler lorsque l'énerverment arrive, et réaliser que s'énerver ne permet pas de mieux réussir. Il devra lui-même trouver les solutions adaptées à la fois à son caractère et à celui du chien. Ces exercices sensibilisent à la juste distance à avoir avec l'autre (le chien ne tolère pas toujours une trop grande proximité), au respect de l'autre, et permet d'apprendre à se faire respecter et écouter dans le calme et surtout sans aucune forme de violence.

En effet, chaque chien est différent (tout comme chaque personne), et une même attitude ne convient pas forcément à chacun des chiens. Le participant apprendra donc à observer ce qui fonctionne le mieux ou le moins, et s'adapter à celui qu'il a en face de lui...

Le chien va également être un excellent médiateur pour faire travailler la mémoire, notamment pour les personnes âgées. Celles-ci vont tenter de se remémorer le nom du chien, la fréquence de ses visites et vont mettre en lien la présence du chien avec les souvenirs de chiens ayant joué un rôle dans leur vie. À partir de ces souvenirs on va pouvoir stimuler leur mémoire.

Dans tous les cas, la simple présence du chien va apporter un moment de joie, de bien-être, et d'échanges. Cette présence agréable sera en elle-même bénéfique, que ce soit lors de séances à visée thérapeutique ou récréative.

4. Comment ça fonctionne :

La zoothérapie implique la présence d'un animal lors de séances à visée thérapeutique. La présence de l'animal va dans un premier temps motiver, et apporter du réconfort aux personnes présentes. Mais si cela n'allait pas plus loin que ça, on ne parlerait pas alors de zoothérapie mais plutôt de séance récréative (visite animalière).

En ce qui concerne la zoothérapie, l'animal seul ne suffit pas. C'est la présence du zoothérapeute, qui va interpréter et mettre en lien ce qui se passe lors de la séance, qui fera la différence. Ainsi le zoothérapeute permettra à la personne de prendre conscience de certains de ses sentiments, il expliquera les raisons pour lesquelles l'animal a eu telle ou telle réaction face au comportement de la personne, il mettra en mots les réactions de chacun, les sentiments supposés, il guidera les séances afin qu'elles s'orientent vers les objectifs à atteindre, en accord avec le personnel soignant ou la famille de la personne, etc. Chaque séance sera différente, et la présence d'un zoothérapeute est indispensable à un réel travail.

À simple titre d'exemple on peut imaginer une personne ayant un manque de confiance en elle. En fonction de ses préférences on va pouvoir mettre en place un atelier d'éducation ou d'agility. Au cours de cet atelier cette personne devra indiquer au chien ce qu'elle attend de lui, et devra pour cela avoir un ton "affirmé": "couché", "saute", "pas bougé"... Si ce ton est trop "timide", où si la personne ne croit pas en ce qu'elle fait, le chien risque d'hésiter, de ne pas suffisamment faire confiance en la personne pour faire ce qu'elle demande, ou de tester son autorité, en ne réalisant pas l'exercice correctement. Le zoothérapeute interviendra à chaque fois que le chien est en difficulté, mais aussi lorsque le chien réussit l'exercice, afin d'expliquer à la personne ce qui s'est passé, et il fera le lien avec l'attitude de la personne à ce moment précis. Mais petit à petit la personne apprendra les mots justes et le ton de sa voix sera plus sûr. Arriver à faire réaliser un exercice au chien, uniquement à la voix, va valoriser la personne et lui permettre de prendre un peu plus confiance en elle.

Pour des jeunes en difficulté sociale, ayant parfois connu la violence, ce type de travail permettra

de se rendre compte que l'on peut communiquer autrement, et se faire respecter. Il apprendrons à faire travailler le chien selon des méthodes positives, récompensant l'effort, mais ne relevant pas les échecs. Au travers de l'éducation, ils pourront apprendre des tours au chien, sans aucune forme de violence ou punition. Cette méthode de travail va leur permettre d'apprendre beaucoup sur eux et leurs émotions, et tentera de les faire sortir de la spirale de la violence.

On peut aussi imaginer une personne âgée qui refuse de faire ses exercices de rééducation, ou sa marche quotidienne conseillée. La présence du chien comme médiation va motiver cette personne qui fera l'exercice sans en avoir l'impression: la séance de marche deviendra une promenade pour le chien, la rééducation se transformera en un lancer de jouet au chien, ou en séance de brossage et sera réalisée avec plaisir.

Enfin, chez une personne ayant des symptômes tels que des automutilations, replis sur soi, refus d'apprentissage ou passages à l'acte, on peut supposer que ces symptômes sont liés au fait que la personne ne parvient pas à verbaliser une angoisse, un questionnement, dont elle n'a pas forcément conscience. Ne parvenant pas à les verbaliser, ils s'expriment différemment, par le corps, ou le passage à l'acte. La présence du chien va pouvoir agir comme un miroir, offrant à la personne la possibilité de retrouver dans le chien et son comportement, des sentiments propre à elle-même. Le zoothérapeute va pouvoir alors aider la personne à réaliser que ces sentiments qu'elle attribue au chien sont en réalité les siens. L'expression verbale de ces angoisses va permettre de diminuer, voire de supprimer, les symptômes initiaux.

Il existe une multitude d'applications possibles à la zoothérapie. Chaque projet mérite d'être examiné afin que l'atelier mis en place corresponde aux besoins de la personne. Ceci sera fait en partenariat avec les membres de la famille ou de l'institution.

5. Tarifs et séances

Une séance en médiation animale ou zoothérapie dure environ une heure. Elle se déroule au sein de l'institution (ou chez le particulier). Chaque séance sera différente selon les personnes participant, les objectifs de chacun étant défini en collaboration avec les membres de l'équipe soignante (ou avec la famille). Ils pourront s'inscrire dans les projets personnalisés d'accompagnement. La séance se déroulera de préférence à l'intérieur, dans un lieu calme, à l'abri dans la mesure du possible de toute distraction ou des regards d'autres personnes, ceci pour permettre aux participants de pouvoir s'exprimer librement, sans crainte d'être jugé et de permettre une meilleure concentration et attention. Ce qui se passe ou sera dit pendant la séance reste confidentiel, sauf si le participant exprime l'envie d'en parler.

Toutefois, des bilans auront lieu régulièrement, en présence des membres de l'institution (ou de la famille), afin de faire le point sur l'impact des séances et les changements observés.

Les séances pourront être individuelles ou en petits groupes, dans l'idéal de 4 à 5 personnes maximum, ceci pour obtenir l'attention et la concentration de chacun et de réaliser un programme qui puisse être adapté à tous. Mais selon le projet, les possibilités et contraintes de l'établissement ce nombre pourra être adapté. Il est impossible de décrire précisément le contenu d'une séance tant il varie en fonction des participants, de la volonté et des humeurs, de la personnalité et de la problématique de chacun. Elles seront adaptées à chaque situation, en respectant les capacités de chacun, mais également les envies et craintes. La recherche d'un moment de plaisir sera privilégiée

et non la performance. Les possibilités sont grandes : jeu, brossage, relaxation, éducation, agility, promenade... Ces supports ont pour but de favoriser la relation et de permettre une meilleure connaissance de soi. Les situations rencontrées lors de la séance seront mise en mots, parlées, en présence des participants, dans le but de mettre en mots leurs ressentis, émotions, mal-être, etc, leur offrant ainsi un lieu d'écoute, d'expression, d'attention, un espace de bienveillance...

La séance commencera et se terminera par un temps réservé à l'expression où chacun pourra s'exprimer sur le sujet de son choix, qu'il s'agisse du contenu de la séance ou d'un autre sujet qui lui tient à cœur, sur son humeur...