

La thérapie assistée par l'animal

Quand les effets bénéfiques que peut avoir la relation Homme/Animal sont utilisés de façon thérapeutique

Livia Nocerini

Les effets bénéfiques de la relation Homme/Animal sont connus depuis fort longtemps ; les premières documentations dont on dispose remontent au 9^e siècle où, à Geel (en Belgique), des animaux contribuaient au bien-être de personnes souffrant de troubles mentaux. Des expériences analogues furent répétées au 18^e et 19^e dans des hôpitaux anglo-saxons et à Bielefeld (Allemagne).

Les premiers résultats ont cependant été rapportés seulement dans les années 1960 par Boris Levinson, un psychologue qui travaillait avec des enfants.

Depuis environ 20 ans maintenant, les recherches, les expériences dans ce domaine se multiplient et les constatations vont, dans les grandes lignes, tous dans le même sens: la relation Homme/Animal peut avoir des effets bénéfiques pour l'Homme tant au niveau physiologique, que psychologique et social. La communauté scientifique internationale s'accorde cependant pour dire que dans ces 3 domaines, il n'y a toujours pas de bilan définitif de l'utili-

sation planifiée des bénéfices de cette relation.

En effet, *la relation Homme/Animal* a tellement évolué que des découvertes dans ce domaine ne cessent d'être faites. Le rôle que l'Homme fait jouer à l'Animal, la fonction qu'il lui donne dépendent de son époque, de son pays d'origine, de son environnement socio-culturel, de l'histoire de sa propre civilisation et cette relation a de tout temps été chargée d'ambivalence et de paradoxe. Ainsi, actuellement, selon le contexte dans lequel on se trouve, l'Animal est honoré (dans certaines religions), adulé et chéri (palliant par sa présence à un

manque d'affection à recevoir ou à donner), mutilé (en soumettant l'aspect de l'Animal à des standards esthétiques), victime de sévices ou de cruauté (au même titre que les enfants humains; de sorte que des études montrent que ces sévices dans les familles sont un bon indicateur de la violence familiale) et sacrifié en masse (pour diverses raisons visant à protéger l'Homme et ses acquis); beaucoup le qualifient de "membre de la famille", mais n'hésiteraient pas à le reléguer à l'asile en cas de déménagement...

Le terme même de "propriété" que l'Homme s'octroie par rapport aux animaux domestiques est chargé de lourdes conséquences pour l'Animal: il le met dans une relation de dépendance avec tous ses avantages et inconvénients, donnant parfois à l'Homme-Propriétaire beaucoup plus de droits que de devoirs.

Voici quelques *exemples illustrant l'évolution de cette relation* et ses conséquences:

- les écoles de vétérinaires ont été obligées d'accorder une importance croissante à la reconnaissance de l'existence du lien de l'Homme à l'Animal, notamment en ce qui concerne la notion de deuil vécu lors de la perte d'un animal.



La nature de ce deuil peut en effet être semblable à celle éprouvée lors de la perte d'un être humain: son expression a cependant toujours été sujette aux règles sociales en vigueur ("on ne pleure pas pour un animal") et cette négation du ressenti se répercute souvent au niveau psychique. D'autre part, les vétérinaires comportementalistes, qui intègrent la relation Homme /Animal dans leur travail doivent être de plus en plus nombreux pour répondre à la demande croissante des propriétaires (en matière d'éducation canine par exemple)

- dans certaines *thérapies familiales*, l'animal domestique est considéré comme membre du système fonctionnant et son existence est reconnue lors des séances de thérapie (il peut jouer un rôle très important pour l'enfant en cas de séparation des parents p.ex.)

- en Grande-Bretagne, le gouvernement demande aux éleveurs de cochons, sous peine de fortes amendes, d'*améliorer la vie de leurs animaux*: paille et foin doivent être fournis en quantité, et des ballons doivent enrichir leur environnement (afin qu'ils s'ennuient et se battent moins). Il va sans dire que cette nouvelle a fort surpris les fermiers (surtout en cette période de fléaux de tous genres)

Le domaine de la relation Homme/Animal tend donc à devenir un *domaine à part entière*, né de l'intersection de 2 mondes: celui de l'Homme et celui de l'Animal. C'est un domaine nouveau, complexe et encore largement et en tous cas insuffisamment connu de l'Homme.

- on s'y trouve submergé de faits nouveaux, d'observations nouvelles, mais en même temps, il manque les outils adéquats pour comprendre, enregistrer, quantifier les phénomènes auxquels nous assistons. En effet, la plupart des outils de recherche dont nous disposons sont à la mesure de l'Homme et non de l'Animal.

- en même temps, il confronte, pourtant dans un même but, le praticien et le scientifique (par exemple éducateur canin et éthologue), ce qui provoque parfois des étincelles

IAHIAO

Ses objectifs:

1. To provide a forum for ideas and information among multi-national organizations concerned with the study and promotion of the mutual welfare of people and animals in their environment
2. To promote new research, educational and practical developments in this field including the giving of international awards
3. To support, facilitate and organize international meetings on the scientific, educational and practical aspects of human-animal interaction
4. To promote the publication of literature supporting the Association's aims and activities."

www.iahaio.org

- il a besoin pour progresser de la collaboration de professionnels de tous les bords, chacun ayant son langage, son histoire, ses buts... (sociologues, psychologues, psychiatres, pédo-psychiatres, assistants sociaux, éducateurs, généralistes, éthologues, vétérinaires, spécialistes en comportement animal, juristes, philosophes, et la liste est encore longue)

Selon que l'on soit pessimiste ou optimiste, on peut percevoir l'intrication de tous ces secteurs de travail comme l'annonce de beaucoup de problèmes à venir ou bien un moyen de découvrir de nouvelles possibilités afin de faciliter la cohabitation de toutes les créatures sur terre.

Un essai de mieux comprendre, de systématiser et d'essayer d'expliquer ce qui se passe entre l'Homme et l'Animal est le but de l'*IAHIAO* (International Association for Human/Animal Interactions Organizations) qui depuis sa création en 1990, a pour rôle d'offrir une structure de coordination pour les associations qui ont les mêmes buts. Environ 50 pays en sont actuellement membres (p.ex. AFIRAC -Association Française d'Information et de Recherche sur les Animaux de Compagnie- en France, ETHOLOGIA en Belgique). L'*IAHIAO* organise tous les 3 ans un congrès international regroupant les nouvelles recherches ou expériences faites (voir les coordonnées de l'*IAHIAO*, ses objectifs et les recommandations résultant des derniers congrès en fin d'article). Ces recommandations avaient trait:

- en 1995 (Genève): aux devoirs et responsabilités des propriétaires et des

gouvernements permettant de régler la présence des animaux de compagnie et assurant une cohabitation harmonieuse avec les animaux dans notre vie

- en 1998 (Prague): à la nécessité d'établir des standards pour les programmes offrant des TAA et AAA, et d'offrir des formations au personnel, afin de donner une garantie aux bénéficiaires et d'assurer la qualité de vie des animaux concernés

- en 2001 (Rio de Janeiro): à l'introduction d'animaux dans les écoles

- le 10e congrès se tiendra à Glasgow (Ecosse) en octobre 2004: "People and Animals: A timeless Relationship"

Actuellement, en ce qui concerne l'*utilisation à visée thérapeutique des effets de la relation Homme/Animal*, on tend à s'accorder sur les termes suivants:

- Thérapie Assistée par l'Animal, TAA (Tiergestützte Therapie, TGT; Animal Assisted Therapy, AAT). Certains auteurs francophones utilisent encore le terme "Thérapie Facilitée par l'Animal", alors que dans les pays anglo-saxons, on rencontre encore la dénomination "Pet Assisted Therapy" quand il s'agit d'un animal de compagnie. En Allemagne, la formulation "Tier als Therapie begleitend" apparaît souvent (Carola OTTERSTEDT). Dans le domaine pédagogique, on utilise en Allemagne la formulation "Tiergestützte Pedagogik".

La TAA n'est ni une technique, ni une pratique. C'est une approche, une optique de travail. Elle associe la thérapie (ou

Résolutions de Genève (1995)

1. To acknowledge the universal non-discriminatory right to pet ownership in all places and reasonable circumstances, if the pet is properly cared for and does not contravene the rights of non-pet owners.
2. To take appropriate steps to ensure that the human environment is planned and designed to take the special needs and characteristics of pets and their owners into account.
3. To encourage the regulated presence of companion animals in schools and school curricula, and to work to convince teachers and educators of the benefits of this presence through appropriate training programmes
4. To ensure regulated companion animal access into hospitals, retirement and nursing homes and other centres for the care of people of all ages who are in need of such contact.
5. To officially recognize as valid therapeutic interventions those animals that are specifically trained to help people overcome the limitation of disabilities ; to foster the development of programmes to produce such animals ; and to ensure that education about the range of capabilities of these animals is included in the basic training of the health and social service professions."

Résolutions de Prague (1998)

1. Only domestic animals which have been trained using techniques of positive reinforcement, and which have been, and will continue to be properly housed and cared for, are involved.
2. Safeguards are in place to prevent adverse effects on the animals involved
3. The involvement of assistance and/or therapy animals is potentially beneficial in each case.
4. Basic standards are in place to ensure safety, risk management, physical and emotional security, health, basic trust and freedom of choice, personal space, appropriate allocation of programme resources, appropriate workload, clearly defined roles, confidentiality, communication systems and training provision for all persons involved."

Résolutions de Rio (2001)

1. Programmes about companion animals should, at some point, allow personal contact with such animals in the classroom setting: Depending on school regulations and facilities, these animals will be kept, under suitable conditions, on the premises ; or be brought to school by the teacher; or come to visit, in the context of a visiting programme, together with their owners; or accompany, as a service dog, a child with special needs.
2. Any programme involving personal contact between children and companion animals must ensure: a) that the animals involved are: safe (specially selected and/or trained); healthy (attested by a veterinarian); prepared for the school environment (e.g. socialized to children, adjusted to travel in the case of visiting animals); properly housed (either in the classroom or while at home); always under supervision of a knowledgeable adult (either the teacher or the owner) b) that safety, health and feelings of each child in the class are respected.
3. Prior to the acquisition of classroom animals or visitation of the class by programme personnel with companion animals that meet the above criteria, both school authorities and parents must be informed and convinced of the value of such encounters.
4. Precise learning objectives must be defined and should include: enhancement of knowledge and learning motivation in various areas of the school curriculum; encouragement of respect and of a sense of responsibility for other life forms; consideration of each child's expressive potential and involvement
5. The safety and well-being of the animals involved must be guaranteed at all times."

en matière de pédagogie, l'éducation) en tant que telle aux bénéfiques de la relation Homme/Animal. Domaines où l'on rencontre p.ex. la TAA: en psychologie, en psychiatrie, en pédo-psychiatrie, mais aussi en ergothérapie (fréquemment en Allemagne), en psychomotricité, en kinésithérapie, etc. La relation à l'Animal est intégrée dans le processus thérapeutique.

Activités Assistées par l'Animal, AAA (Tiergestützte Aktivität, TGA; Animal Assisted Activities, AAA). Dans cette catégorie se rangent toutes les activités qui intègrent la présence ou les interactions avec des animaux, qui ont des effets bénéfiques, mais n'en sont pas pour autant des thérapies au sens propre du terme: visites de bénévoles avec des animaux chez des personnes âgées ou des enfants placés en institutions p.ex.

Autre illustration d'un essai de systématiser les choses:

en ce qui concerne le cas particulier des chiens p.ex., l'ADE (Assistance Dogs Europe), qui a été créée il y a quelques années et aura son siège à Bruxelles, essaie de définir au niveau européen des "standards" du point de vue terminologie, méthodes d'éducation, buts, suivi etc .. Elle a lors de sa dernière session en octobre 2002 à Paris classé les chiens associés aux thérapies dans une catégorie spéciale à côté des "chiens d'assistance". Les chiens d'assistance ne font pas l'objet de cet article: ils assistent individuellement de façon permanente une personne dans son handicap: chiens d'aveugle, chiens assistant les personnes invalides qui sont en fauteuil roulant, chiens pour personnes malentendantes, atteintes de Parkinson ou d'épilepsie). Une mention particulière devrait cependant avoir trait aussi aux autres animaux.

Parallèlement aux efforts pour comprendre, systématiser, clarifier, évaluer et même quantifier les bénéfiques que la relation Homme/Animal peut avoir, les personnes concernées par le travail même et les chercheurs développent des moyens afin de protéger l'Animal et les animaux concernés. Les recommandations de l'IAHIAO en sont un exemple, mais devraient encore être affinées. La création d'autres organismes interna-

tionaux ayant ce même but serait également à saluer. Un premier essai au niveau européen de proposer une formation continue aux personnes travaillant en TAA a été fait à Hannovre (Allemagne) par l' "Institut Soziales Lernen mit Tieren". L'ouverture à l'interdisciplinarité est ici primordiale.

D'un point de vue individuel, je ne peux que confirmer que parmi les professionnels que j'ai côtoyés lors de mes diverses formations, une bonne partie d'entre eux consacrent beaucoup de leur temps au bien-être de l'animal qui travaille avec eux: je ne parle pas ici du bien-être physique, que toute personne ayant affaire avec des animaux doit garantir, mais bien du bien-être "général" qui garantit l'équilibre de l'animal. Il me manque ici des mots pour exprimer en termes adaptés au règne animal des notions comme "équilibre mental" ou "équilibre psychique".

Même si l'animal avec lequel on travaille en TAA vit par rapport à l'homme dans une relation de dépendance relative, cette notion peut être dépassée quand la relation devient une forme de *collaboration*.

La collaboration, qui est une forme de partenariat, permet de garder dans une relation un équilibre qui ne nuit à aucun des concernés. Elle permet également d'exclure l'utilisation de l'animal en tant qu'instrument.

L'instrumentalisation de l'animal signifie que l'on considère l'animal comme source alimentaire, énergétique ou source de compétences sensorielles ou motrices.

En TAA, l'instrumentalisation est incompatible avec une éthique qu'il convient de respecter. En outre, le professionnalisme, base de toute TAA, permet de ne pas tomber dans ce piège.

Il y a indéniablement, lorsqu'on parle de TAA *deux mots-clés: le lien et le sens*.

Tout bon thérapeute sait que la relation qu'il devra avoir avec la personne dont il s'occupe (quelle que soit la nature de cette relation: aide, soutien, guidance..) sera d'office bienveillante, mais tout de même teintée de neutralité affective. Il



paraît impensable pour un thérapeute d'investir émotionnellement toutes les personnes avec lesquelles il travaille. Les animaux, eux, peuvent susciter et donner de l'attachement, sans que pour autant leur vie et celle de la personne qui en est la cible s'en retrouvent plus compliquées.

Cet *attachement affectif* qui peut être extrêmement massif et rapide provoque en thérapie ce que j'appellerais un "effet d'ancrage". Après 1 à 3 séances déjà, la personne a "accroché", c'est-à-dire a décidé de revenir régulièrement, même si par rapport à la thérapie même, elle n'a pas encore d'idée précise de ce à quoi elle veut aboutir. Une ambivalence (c'est-à-dire avoir à la fois envie et pas envie) initiale est plus facilement surmontée et peut faire prendre des décisions favorables au bon moment: p.ex. surmonter une envie de fuguer ("j'ai pensé à A....(nom de l'animal) et ça m'a donné le courage de revenir"), surmonter ses mouvements émotionnels agressifs ("je suis fâché pour ce que vous m'avez dit ; je reviens uniquement pour voir le chien"). En clair, cette période où l'attachement affectif à l'animal prime permet au thérapeute et au patient d'installer un processus thérapeutique solide.

Un autre phénomène qui peut avoir lieu dès le début de la thérapie, est celui

que j'appelle l'effet "bouée de sauvetage": des personnes très déprimées, au sens psychiatrique du terme, investissent l'animal d'une image de "sauveteur" héroïque; on aborde ici le rôle "mythique" que chaque animal peut jouer pour l'Homme ("j'ai eu des intentions suicidaires ce week-end, mais j'ai pensé à S... (nom de l'animal); je me suis dit qu'il fallait que je revienne"). Comme si ces personnes rassemblaient leur dernières forces de vie, elles se raccrochent à l'image d'un animal bienveillant qui ne les décevra pas quand elle le reverront.

Il va sans dire que le thérapeute devra pouvoir être à l'aise dans ce genre de situation, tout en restant intègre et en respectant le principe de réalité.

Je renvoie ici le lecteur à B.CYRULNIK, qui a bien souligné le lien que la théorie de l'attachement a établi entre la psychanalyse et l'éthologie: les critères utilisés pour différencier les Hommes et les Animaux sont aujourd'hui estimés être quantitatifs et non plus qualitatifs.

Venons-en maintenant au deuxième mot-clé de la TAA: le sens.

Si nous laissons à l'Animal une *liberté de choix*, il pourra interagir en toute liberté avec l'Homme (ici: le patient et



le thérapeute) et de cette interaction naîtra un "dialogue" une *communication authentique*.

Nous abordons ici la notion de "liberté" qu'il convient de discuter en 2 mots : les animaux avec lesquels on travaille sont en principe uniquement des animaux domestiques. Parmi les animaux domestiques, on donnera la préférence aux races, mais aussi aux individus les plus sociables et à l'aise dans le contact avec l'Homme.

Une fois que tous les besoins primaires de l'animal sont assouvis, (nourriture, eau, sommeil, contacts aux pairs...) et que nous le rencontrons dans un espace qui lui permet de faire un choix entre interagir avec nous ou ne pas le faire - comme nous avons pris soin de choisir comme collaborateur/partenaire des animaux très sociaux - les probabilités qu'il aura envie d'interagir sont fort grandes. Il apprendra vite

que l'Homme (ici thérapeute et patient) lui laisse la liberté de choisir ou non la proximité des humains et pourra se retirer là où l'homme ne le suivra pas (que cet *espace de liberté soit physique ou mental*).

Le principe de l'interactivité garantit à l'animal de pouvoir faire un choix (dans ce cas la relation entre le thérapeute et le patient change) et au patient de pouvoir continuer le travail thérapeutique.

La communication Homme/Animal est véhiculée par le *langage analogique* (je renvoie ici à Watzlawick) qui, "particulièrement condensé et chargé de signification, est le langage des rêves, des contes de fées, des mythes, des hallucinations et manifestations analogues. C'est le langage de l'hémisphère droit qui est la clé naturelle ouvrant les domaines de l'esprit où seuls peuvent se produire les changements thérapeutiques".

Ce même langage véhicule aussi l'empathie qui permet de quitter l'individualité et de ressentir le vécu de l'Autre (Humain ou Animal). L'empathie permet en santé mentale l'ouverture de nombreuses portes que la pathologie bloquait.

Les effets à long terme (parfois plusieurs années), de la TAA, sont nombreux et se réduisent difficilement dans le cadre d'un article; en voici quelques-uns:

- évolution, maturation de la personnalité grâce au vécu d'une relation significative
- revalorisation narcissique
- réintégration sociale facilitée
- renforcement de l'identité humaine
- développement des compétences sociales
- rupture de stéréotypes
- développement de l'empathie
- etc....

La TAA a été initiée au CHNP (Centre Hospitalier Neuropsychiatrique) en 1997, grâce à des thérapies accompagnées d'un chien.

Depuis 1 an, l'asbl ATP (Association d'Aide par le Travail Thérapeutique aux Personnes Psychotiques), qui gère 3 ateliers thérapeutiques: les ATW (Walferdange), les ATN (Schieren) et les ATD (Ateliers Thérapeutiques Ditgesbach à Ettelbruck) et en projette un 4e dans le Sud du pays, a permis d'élargir le champ de la TAA et des AAT associés en mettant à la disposition du CHNP son site avec des animaux qui y vivent.

L'ATP, dont les ateliers d'Ettelbruck comportent un atelier "Ferme", un atelier "Vannerie" et un atelier "Hippothérapie" se sont vus accordés ce 20 juin dernier une aide substantielle par le Fonds Johnson et Johnson (qui est géré par la Fondation Roi Baudouin) pour un projet de *travail interactif avec des animaux* alliant quelques-uns des principes de travail de l'auteur de l'article à la philosophie de l'asbl: solidarité et entraide des malades. Le fonds J & J soutient les projets qui portent sur l'humanisation des soins de santé.

Voici pour terminer une "recette" pour permettre le travail avec les animaux: 1. Aborder chaque animal avec le respect dû à tout "alien", 2. Ne pas demander à un animal plus qu'il ne veut donner.

Congrès à Glasgow (2004):

www.Glasgow2004.com

Ethologia:

<http://users.skynet.be/ethologia>

Institut Soziales Lernen mit Tieren:

www.lernen-mit-tieren.de