



Pas bête, la zoothérapie !

Amélioration de la condition physique, de l'humeur et de l'état de santé mentale en général... Les bienfaits des interactions entre patients et animaux sont reconnus par les professionnels de la santé.

La zoothérapie ou la thérapie par la médiation animale est encore peu connue en Belgique. Pourtant, elle ne date pas d'hier. C'est en 1953 que le pédopsychiatre américain Boris Levinson reçoit en urgence, un dimanche, un couple de parents, accompagné de Johnny, leur enfant autiste. Jingles, le chien du médecin, se faufile sans permission dans le cabinet de consultation. Les adultes assistent alors à un «miracle». Jingles s'approche du bambin, le renifle doucement et le lèche. Le jeune patient, refusant jusqu'alors à communiquer avec qui que ce soit, commence à lui parler et demande même à le revoir ! C'est ainsi que le spécialiste a jeté les

bases de la Pet Facilitated Psychotherapy (psychothérapie facilitée par l'animal) qui a été affinée par la suite par d'autres thérapeutes.

Heureux ensemble

Au fil du temps, il a été démontré que les contacts avec un animal peuvent, notamment, augmenter la longévité des personnes âgées, baisser la tension artérielle chez les cardiaques et améliorer des capacités psychomotrices chez les handicapés physiques.

«Aujourd'hui, la zoothérapie est une technique thérapeutique qui permet d'offrir une aide particulière à des enfants et à des adultes souffrant de difficultés



La zoothérapie est pratiquée par un intervenant qualifié et spécialement formé pour cette pratique

relationnelles, psychologiques, émotionnelles ou liées à un handicap», explique la psychologue Daphné Stadnik, fondatrice du Centre de zoothérapie Izis à Limelette. «Pour parvenir aux objectifs thérapeutiques, l'animal est un médiateur et non un thérapeute, j'insiste sur ce point.»

Vecteur de communication

Pourquoi la présence d'un animal peut-elle provoquer le changement ? Tout d'abord, c'est une question de contexte. Parfois, la thérapie classique qui passe par la parole dans un cabinet ne convient pas. Un enfant autiste, par exemple, est mal à l'aise avec les humains. Un animal, en revanche, est un «facilitateur» et offre une porte d'entrée pour entamer une thérapie. En second lieu, on parle d'effet «miroir». La personne s'identifie à son compagnon à quatre pattes et en parlant de lui, elle va

parler d'elle-même. Un enfant hyperactif, par exemple, peut dissenter indirectement de lui en évoquant le chien ou même exprimer sa ressemblance. Daphné Stadnik travaille avec différents animaux : chiens, chats, boucs, lapins, canards, poules et coqs. «Les chiens, les chats et les lapins sont bien entendu les plus populaires, mais on peut travailler avec n'importe quel animal», poursuit-elle. «Le choix de l'animal n'est jamais anodin et appartient toujours au patient.» La zoothérapie est indiquée aux personnes âgées souffrant de démence, aux adultes psychotiques, aux enfants autistes et à ceux ayant de petits troubles comportementaux, tels l'agressivité, les phobies et les inhibitions. ■

À qui s'adresser ?

En Belgique, la zoothérapie est à ses débuts et il n'y a aucune réglementation dans ce domaine. N'importe qui peut s'improviser zoothérapeute. Or pour exercer ce métier, une bonne formation est indispensable. Il faut travailler dans des installations conformes et sécurisantes. Renseignez-vous avant de faire votre choix, faites une étude sur Internet, n'hésitez pas à vous faire montrer le certificat ou le diplôme du praticien. Une chose est sûre : la zoothérapie a fait ses preuves. On peut donc saluer l'initiative de l'Université de Liège qui a lancé en janvier 2016 une formation unique en Belgique francophone, proposant un certificat en médiation animale & relations à la nature, destiné aux professionnels de la relation d'aide et de soin (médecins, infirmiers, psychologues, éducateurs, kinésithérapeutes).



Zoothérapie du Nord

À consulter

www.centredezoothérapie.be
www.institut-zoothérapie.be