

**ET SI CHIENS ET CHATS ÉTAIENT DE PRÉCIEUX ALLIÉS POUR LES PSYCHOTHÉRAPEUTES?**  
PHARMAGAZINE A VISITÉ LE CENTRE DE ZOOTHÉRAPIE IZIS. REPORTAGE.

# ZOOTHÉRAPIE: ces animaux qui nous font du bien

CHIENS, CHAT, POULES, LAPINS..., AU CENTRE DE ZOOTHÉRAPIE IZIS, CES PETITS COMPAGNONS À PLUMES ET À POILS FONT LE BONHEUR DES ENFANTS, DES ADOS MAIS AUSSI DES ADULTES QUI ONT DES AFFINITÉS AVEC LES ANIMAUX. ATTENTION, IL NE S'AGIT PAS SIMPLEMENT ICI DE SE DIVERTIR. TRUFFE, YUKI, PLUCHE ET LES AUTRES SONT LÀ AVANT TOUT POUR APPORTER UNE AIDE PRÉCIEUSE LORS DES SÉANCES DE PSYCHOTHÉRAPIE MENÉES PAR DAPHNÉ STADNIK, PSYCHOLOGUE À L'ORIGINE DU PROJET.

*Thomas Coucq*



LES ANIMAUX PERMETTENT DE MIEUX ENTRER EN COMMUNICATION AVEC LA PERSONNE

**M**arina a 14 ans. À première vue, c'est une ado comme les autres. Elle n'est pourtant pas venue au Centre de zoothérapie Izis par hasard. Elle souffre d'un syndrome d'Asperger, une forme d'autisme un peu particulière dans laquelle le langage et le développement cognitif sont relativement préservés. Elle éprouve toutefois des difficultés à communiquer et à interagir avec son entourage, ce qui n'est pas sans lui poser quelques problèmes au quotidien et à l'école notamment. Un combat qu'elle mène au jour le jour, avec ses hauts et ses bas.

## Des retrouvailles attendues

Comme tous les ados de son âge, elle a aussi ses passions. «J'ai toujours aimé les animaux, et particulièrement les dauphins», nous confie-t-elle. Assister à ces séances de zoothérapie est donc intéressant à plus d'un titre pour elle...

Aujourd'hui, pas de dauphin mais des compagnons à quatre pattes: Cléo, Yuki, et Truffe, sa petite préférée. La chienne lui fait d'ailleurs un accueil chaleureux sous les œillades de Yuki, impatiente elle aussi de la saluer. Et à voir le sourire qui se dessine sur les lèvres de Marina lorsque Truffe vient fourrer son museau humide entre ses mains, on comprend que ces retrouvailles étaient attendues...

Cléo, Yuki, et Truffe ne sont pas là par hasard: ils participent à une séance de zoothérapie.

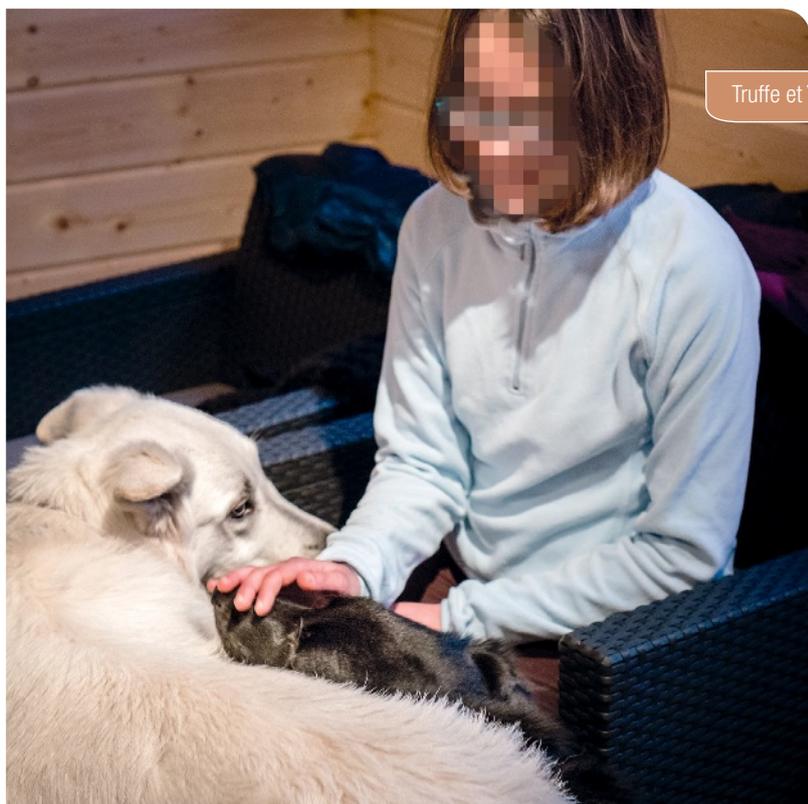


## UN CHIEN À LA MAISON CONTRE L'AUTISME

Les enfants souffrant d'autisme éprouvent de grandes difficultés à interagir avec leur environnement. Le simple fait d'avoir un chien à la maison pourrait-il changer la donne? Des chercheurs se sont en effet rendu compte que les enfants souffrant d'autisme ayant vécu avec un chien avaient plus confiance en eux et étaient plus à l'aise socialement que les enfants qui n'avaient jamais vécu avec un animal.

Chiens, chats et autres animaux domestiques pourraient également servir de «lubrifiant social». Si un visiteur pose par exemple une question à propos de l'animal, certains de ces enfants, pourtant parfois peu enclins à répondre, s'engagent plus facilement dans la conversation.

Source: University of Missouri, Journal of Autism and Developmental Disorders



Truffe et Yuki font un accueil chaleureux à Marina.

## Une vraie thérapie

Cléo, Yuki, et Truffe ne sont pas là par hasard. Ils participent en effet à une séance de zoothérapie... et apportent leur soutien à Daphné Stadnik, psychologue et psychothérapeute. «La zoothérapie consiste à utiliser l'animal pour que la séance de psychothérapie soit plus dynamique, ludique et efficace», explique Daphné Stadnik. «Les animaux sont des "portes d'entrée". Ils nous permettent de mieux entrer en communication avec la personne. Tout cela dans le but de permettre un changement au niveau psychologique ou en termes de bien-être.» Améliorer la confiance en soi, l'autonomie, être plus en contact avec les autres, mieux les respecter, exprimer ses émotions, réussir à se calmer..., ces objectifs sont d'ailleurs définis avant de commencer ces séances de thérapie assistée par l'animal.

## GAGNEZ 10 ANS DE VIE GRÂCE À MÉDOR!

Avec l'âge, on a plus toujours l'énergie de sortir pour de longues balades et a fortiori pour un footing. Qu'à cela ne tienne, il suffit parfois d'être bien accompagné!

Selon une étude, après 65 ans, les personnes qui ont un chien à la maison auraient la condition physique de personnes 10 ans plus jeunes qu'elles!

Une cure de jeunesse tout simplement due aux promenades quotidiennes indispensables au bien-être de leur compagnon à quatre pattes.

Conséquence: les risques de maladies cardiovasculaires ou de troubles osseux ou cardiovasculaires sont revus à la baisse!

Et ce n'est pas tout: le fait d'avoir un animal de compagnie était également associé à une meilleure santé mentale! Bien dans sa tête, bien dans son corps. Un adage à portée de laisse!

Sources: University of St Andrews, Preventive Medicine

## Une relation de confiance

Au Centre Izis tout est pensé pour offrir un cadre propice aux échanges. «Lorsque la personne arrive, elle doit suivre un petit parcours. Cela permet de mettre en place un petit rituel: on entre sur le site, on dit bonjour aux animaux et on choisit celui avec lequel on veut travailler», explique Daphné Stadnik. L'activité réalisée avec un chien, un chat, un lapin, une poule... est ensuite l'occasion d'échanger. Une manière d'utiliser la relation à l'animal pour aider les personnes à parler plus facilement et créer un lien de confiance. «Certains enfants par exemple ne parlent pas facilement d'eux-mêmes lorsqu'ils font face aux regards des autres. Un animal par contre ne juge pas et vous apprécie pour ce que vous êtes. Il peut aussi avoir des attitudes d'écoute ou réagir au langage non verbal. Ce qui aide les personnes à se confier mais leur permet aussi de se projeter et de réagir sur elles-mêmes. Les enfants vont d'ailleurs souvent choisir un chien plutôt qu'un autre en fonction de leur personnalité.» Marina, par exemple, a un petit faible pour Truffe et son caractère calme et doux. «Elle convient bien aux enfants plus renfermés et est très câline...», confirme Daphné Stadnik. «Des enfants plus (hyper)actifs préféreront par contre Yuki, qui est une chienne un peu plus vive.»

## Éviter les écueils

La zoothérapie ne consiste en effet pas simplement à laisser les enfants ou le patient en contact avec les animaux sans encadrement. «Un des risques est en effet qu'on ne fasse plus de la thérapie mais qu'on fasse simplement de l'animation avec des animaux», précise Daphné Stadnik. «Un travers dans lequel on peut très vite tomber si le thérapeute n'est pas formé à la zoothérapie!» Il ne s'agit donc pas simplement de passer un moment agréable avec un animal – même si faire des papouilles à Médor ou Mistigri ne peut pas faire de mal! – mais bien de profiter de sa présence pour en retirer des bienfaits thérapeutiques.

Accompagner une thérapie, ça ne s'improvise d'ailleurs pas... même pour un chien ou un autre animal. «Les animaux doivent être éduqués et en bonne santé», ajoute Daphné Stadnik. «Il ne s'agit pas d'avoir un chien agressif. Les animaux doivent être parfaitement dressés, répondre à des ordres de base, chercher le contact et ne pas être anxieux.»

«Les animaux doivent être éduqués et en bonne santé», explique Daphné Stadnik. «Il ne s'agit pas d'avoir un chien agressif. Les animaux doivent être parfaitement dressés!»



## DES CHIENS RENIFLEURS DE CANCER!

Les chiens sont connus pour avoir un odorat particulièrement fin.

Et pour cause, ils posséderaient environ 200 millions de cellules olfactives contre 5 millions chez l'homme.

Un médecin américain a donc tenté d'exploiter cette particularité en mettant au point une méthode de dépistage un peu particulière. Le principe? Faire renifler un échantillon d'urine à un chien pour y repérer

la présence de composés volatils cancéreux, et donc d'un éventuel cancer de la prostate.

Les premiers résultats seraient encourageants: un berger malinois aurait ainsi détecté avec succès la présence d'un cancer dans 91% des cas.

Source: Européen Urology

**Un public varié**

La zoothérapie s'adresse à un public varié : enfants ou ados avec une difficulté à l'école ou dans la famille, personne atteinte d'un handicap mental, physique ou d'une pathologie mentale... «Nous accueillons pas mal d'enfants qui souffrent de troubles du comportement et sont par exemple violents à l'école, en décrochage scolaire ou hyperactifs», explique Daphné Stadnik. «Avec ces enfants, le simple fait de promener un chien en laisse, au-delà de la conversation qu'on peut avoir, peut permettre de leur apprendre à se calmer, à avoir des attitudes claires envers l'animal. Il s'agit d'un apprentissage par l'expérience qui leur permet aussi d'apprendre des choses sur eux-mêmes, et donc sur leur bien-être.»

**Un révélateur pour enfant timide**

«Nous recevons également pas mal d'enfants très repliés sur eux-mêmes qui sont solitaires et manquent de compétences sociales pour se faire des amis. Le contact avec les animaux permet à ces enfants de mieux se connaître et de prendre confiance en eux... C'est un premier tremplin pour aller vers les autres et vers le monde extérieur!» La zoothérapie est d'ailleurs très efficace dans le cadre de l'autisme (voir encadré). «L'animal constitue alors une accroche pour communiquer avec ces enfants qui ont du mal à entrer en contact avec le monde extérieur.»



Le centre Izis accueille toute une ménagerie : deux chiens, deux chats, quatre lapins, cinq poules et deux canards... Et de nouveaux pensionnaires pourraient bientôt être accueillis, deux bébés bœufs notamment.

**ZOOThÉRAPIE: UN ANIMAL? OUI, MAIS LEQUEL**

Chiens, chats, lapin, poules..., la zoothérapie n'est pas l'apanage des animaux domestiques ou de petites tailles. Certains zoothérapeutes font par exemple appel à des lamas, des dauphins (dolphinothérapie) ou encore des chevaux (hippothérapie)... Dans ce dernier cas, le travail avec l'animal peut intégrer une dimension kinésithérapeutique supplémentaire.

Reste qu'il ne suffit pas de mettre des personnes dans le besoin avec des animaux quels qu'ils soient pour pouvoir évoquer une «thérapie». L'animal n'est pas thérapeute en soi... Un accompagnement adéquat par un psychothérapeute formé reste indispensable pour en tirer un réel bénéfice.

**Un centre par/pour les animaux**

Deux chiens, deux chats, quatre lapins, cinq poules et deux canards..., le centre Izis accueille toute une ménagerie, qui s'agrandira peut-être encore à l'avenir. «L'objectif de notre centre est aussi d'aider les animaux. Nous recueillons donc en priorité des animaux qui sont sans toit ou qui allaient être abandonnés. Nous recueillerons d'ailleurs bientôt deux bébés bœufs», précise Daphné Stadnik. «Le fait que ce sont des animaux qui ont été abandonnés ou maltraités peut d'ailleurs faire écho chez les participants aux séances de zoothérapie. Certains enfants s'investissent par exemple

dans cette question du sauvetage des animaux.» Comme Marina qui a d'ailleurs écrit un poème sur le sujet... Une façon de rendre la pareille à ces animaux qui lui font du bien, l'aident à avancer et à prendre confiance en elle... Mais la séance de zoothérapie arrive à son terme. Yuki, Truffe, et Cléo ont terminé leur journée de travail et s'apprentent à prendre un peu de repos bien mérité. Marina, elle, rejoint sa maman et quitte le centre le sourire aux lèvres.



Gabriel et Daphné Stadnik nourrissent les lapins et leur construisent un abri. Autant d'activités qui servent de «porte d'entrée» à la discussion.

**PLUS D'INFOS**

Le Centre de zoothérapie Izis à Limelette propose aux particuliers ainsi qu'aux services médico-psycho-sociaux des séances de thérapie par la médiation animale à destination des enfants, des adolescents ou des adultes (individuels ou en groupe). Les professionnels reçoivent au centre ou se déplacent dans les services extérieurs (école, hôpital, maison de retraite, centre de jour...).

Envie d'en savoir plus?

- ▶ Tél.: 0474/605.571
- ▶ E-mail: [dstadnik@gmail.com](mailto:dstadnik@gmail.com)
- ▶ Web: [www.centredezoothérapie.be](http://www.centredezoothérapie.be)

Merci à Daphné Stadnik, psychologue et psychothérapeute spécialisée en zoothérapie, à Mélanie Cabanetos, éducatrice spécialisée, et à Anna Hendricks, stagiaire, au Centre de zoothérapie Izis.

