

L'animal : un "aide-soignant" pas comme les autres

Le 7 juin prochain, le premier colloque international de zoothérapie aura lieu Porte de Versailles, lors du salon Autonomic. Rendez-vous des acteurs du handicap et de la dépendance pour une meilleure autonomie des personnes, ce salon recevra François Beiger, fondateur de l'institut français de zoothérapie. La conférence réunira plusieurs spécialistes de la santé venus du Canada, de Belgique, de Tunisie et de France. Portrait d'une "médecine" peu ordinaire.

La zoothérapie, ou thérapie assistée par l'animal, est "un programme structuré d'interventions ou de soins qu'un thérapeute prodigue à son patient, avec l'aide ou en présence d'un animal". Elle a pour objectif de "maintenir ou d'améliorer la santé des personnes souffrant de divers troubles, aussi bien physiques que cognitifs, psychologiques ou sociaux". L'animal fait du bien à l'homme. Si le concept peut sembler nouveau, l'idée, elle, ne l'est pas. En Belgique, au IX^{ème} siècle, on confiait à des patients convalescents l'entretien d'oiseaux ; à la fin du XVIII^{ème} siècle, l'Anglais William Tuke donnait à des malades atteints de troubles mentaux la charge de lapins et volailles. Plus tard, Florence Nightingale, fondatrice des techniques infirmières modernes, étaient l'une des pionnières dans l'utilisation d'animaux pour améliorer "la qualité de vie des patients". Durant la guerre de Crimée (1854-1856), elle avait une tortue à l'hôpital, convaincue, après moult observations, de la capacité des animaux à rassurer les hommes et à les reconforter. Enfin, à la fin des années 50 le psychiatre Américain Boris M. Levinson était l'un des premiers à décrire le "rôle de catalyseur social que peut jouer l'animal".

Il confirmait le bien-fondé de l'utilisation d'animaux de compagnie dans le traitement des troubles psychiatriques, et leur indubitable utilité pour les personnes à "des stades vulnérables" de la vie telles la maladie ou la perte d'autonomie. Ainsi, chez une personne âgée, l'animal peut "servir de soutien émotionnel dans la vie alors que le monde externe est en transition (deuil de membres de la famille ou d'amis), perte des responsabilités économiques, changement des rôles sociaux". Ou encore, dans le cadre d'une psychothérapie, "il se peut qu'une personne qui perçoit de la tristesse ou de la colère dans le regard de l'animal projette en réalité son propre sentiment intérieur sur celui-ci". Levinson a été l'un des premiers à faire de l'animal un "outil thérapeutique complémentaire".

Par la suite, et jusqu'à ce jour, les animaux de compagnie s'invitent dans les hôpitaux, les centres d'hébergement, les centres de réadaptation et autres établissements de santé. Force est de reconnaître que les animaux revêtissent une importance fondamentale dans la vie de beaucoup d'individus. Les études constatent que "toutes espèces confondues, environ 50% des gens possèdent un animal à la maison".

L'équipe de docteur Aaron H. Katcher de l'université de médecine vétérinaire de Pennsylvanie aux Etats-Unis, a observé que 98% des propriétaires de chiens parlent à leur animal, que 75% pensent "qu'il est sensible à leur humeur et à leurs émotions et que 28% se confient à lui". Véronique Barrois, médecin, fondatrice de la ferme européenne des enfants, souligne qu'il y a "dans cette communication non verbale entre le patient et l'animal, des choses qui nous échappent. Les recherches sur le système nerveux nous apporteront peut-être un jour la réponse".

Il semble que le seul fait d'être en contact avec un animal quel qu'il soit ait un effet positif sur la santé physique et mentale. Des études viennent confirmer ces observations : effets positifs sur la système cardiovasculaire, réduction du stress, de la pression artérielle et du rythme cardiaque, amélioration de l'humeur notamment chez les personnes dépressives, augmentation de l'espérance de vie, stimulant efficace pour garder la forme physique et améliorer ses capacités de concentration, réduire la dépendance aux médicaments. La relation homme-animal semble rejoindre "de nombreux aspects de la vie humaine : l'ordre et le contrôle sur sa vie (s'occuper de l'animal), les rapports interpersonnels (compagnonnage), la connaissance et la compréhension de l'environnement (les cycles de vie), le rôle social (être maître de l'animal) et l'activité physique (jeux, promenades)".

Conséquence majeure de la présence de l'animal : l'augmentation de l'estime de soi. Et même si l'attrait envers les animaux varie d'une personne à l'autre, la zoothérapie vient accompagner, voire

compléter, les interventions traditionnelles : "problèmes d'apprentissage, troubles de la personnalité, problèmes comportementaux, déficits cognitifs, retards de développement, problèmes relationnels, solitude et dépression, problèmes d'attention et de concentration, déficience intellectuelle, isolement, manque de stimulation sensorielle, réadaptation physique, délinquance, faible estime de soi, violence...".

Dans ce cadre, l'animal devient un outil, une source d'affection, de stimulation, un "facilitateur social". Dans le domaine de la rééducation fonctionnelle, il pallie des déficits ou les handicaps physiques, favorise l'autonomie. Ainsi, brosser et soigner un cheval, le monter permet d'améliorer les capacités psychomotrices, la force musculaire et l'équilibre. Le chien guide d'aveugle facilite le quotidien de son maître, contribuant de cette façon, à sa "réintégration dans un environnement plus convivial".

Des expériences menées avec des dauphins auraient permis de développer les "capacités à se concentrer, à imiter et à mémoriser" d'enfants autistes. Des chats et des chiens sélectionnés dans les refuges sont offerts à des personnes âgées afin de leur permettre une compagnie et une amélioration de la qualité de vie. Des chimpanzés apprennent le langage des signes. Les exemples ne manquent pas, les effets bénéfiques de la zoothérapie paraissent aussi prouvants que les exploits des animaux témoignant de leur talent et de leur intelligence.

EXPLICATIONS ET ANTHROPOMORPHISME

A ce jour, différentes théories tentent d'expliquer cette relation particulière entre l'homme et l'animal. Plusieurs raisons sont avancées : "la différence entre les espèces " est relevée, les "variations culturelles et historiques entre les populations humaines étudiées et les rôles différents que les animaux peuvent jouer dans la vie des gens (compagnie, gagne-pain ou source de nourriture)". Les impressions cliniques, les observations, les données recueillies ne permettent pas encore de théorie scientifique. De plus, la multidisciplinarité de la zoothérapie rend les tentatives d'explications complexes.

Toutefois, en éthologie, des recherches ont montré que "certaines caractéristiques physiques des bébés animaux provoquent chez l'animal adulte des comportements parentaux tels que nourrir et prendre soin des petits. La domestication des animaux sauvages mène à la néoténie, c'est-à-dire la rétention de ces caractéristiques physiques infantiles à l'âge adulte. Les humains sont aussi influencés par ces caractéristiques. On peut penser que les animaux domestiques ayant des traits néoténiques vont provoquer une réponse parentale chez l'humain. L'attendrissement et le besoin de prendre et de caresser que l'on ressent quand on voit un chaton ou un chiot illustre bien l'influence que peuvent avoir sur nous les caractéristiques néoténiques".

De même, on sait "que le toucher est extrêmement important chez l'être humain (...) Prendre soin d'un animal ainsi que le caresser peuvent aider à la formation de liens émotionnels ; de tels liens sont essentiels au développement humain normal"est-il expliqué dans un article sur passeport santé.

Travailler en institution avec un animal n'est pas toujours aisé. Son introduction ne fait pas toujours l'unanimité et les craintes d'allergies, les éventuelles peurs et phobies peuvent se rencontrer chez certains. Il semble donc important de sensibiliser le personnel et ne pas contraindre une personne à interagir avec un animal si elle ne le souhaite pas.

Quant à l'intervenant, il doit disposer d'une formation adéquate, savoir manipuler et entraîner correctement les animaux. Le choix de l'espèce n'est pas le fait du hasard, chaque animal se doit d'être soigneusement évalué. Son tempérament est à considérer ainsi que son état de santé, ce qui induit une visite initiale et annuelle chez le vétérinaire, la connaissance de la provenance de l'animal, le toilettage et l'entretien régulier.

La zoothérapie se pratique dans des contextes très différents, le titre de zoothérapeute n'est ni protégé, ni reconnu légalement ce qui peut engendrer des confusions avec d'autres types d'interventions notamment en Activité Assistée avec l'Animal (AAA). Toutefois, il est reconnu d'ordinaire que le zoothérapeute devrait posséder au départ une formation dans le domaine de la santé ou en relation d'aide (soins infirmiers, médecine, rééducation, ergothérapie, psychiatrie...) en plus d'une spécialisation lui permettant d'intervenir par l'intermédiaire des animaux. Aujourd'hui, diverses écoles proposent une formation en la matière. Depuis 1980, de nombreuses conférences internationales se sont tenues sur les relations homme-animal permettant ainsi d'échanger sur les réussites et les échecs de la thérapie assistée par l'animal.

Le neuropsychiatre Boris Cyrulnik, lors d'un entretien au magazine psychologies en 1998, soulignait que "si les humains ont eu une vision anthropomorphique des animaux, c'est bien parce que ces deux espèces se ressemblent. Et les points qu'ils ont en commun sont évidents. Jusqu'à récemment, les humains voyaient l'univers avec leurs idées plutôt qu'avec leurs yeux. Aveuglés par leur hantise de n'être pas l'espèce la plus évoluée, avec tous les droits que cela leur conférait, ils ont, pendant des millénaires, effectué une coupure idéologique entre eux et les animaux".

Il ajoutait que plus on apprenait sur les animaux, plus on saisissait la place de l'homme et de son langage " les animaux vivent dans un monde plus sensoriel, alors que les hommes vivent dans le monde de l'artifice verbal et technique". La thérapie assistée par un animal favorise un échange en dehors de "l'artifice verbal, face à un sujet que ne nous juge pas" soulignait Jean Lessard dans un article intitulé l'âme anthropomorphique, ce qui crée un climat de confiance et un "laisser-aller émotionnel" ajoutait-il.

Cependant, l'animal se doit de rester ce qu'il est. Il n'est pas "thérapeute", "parce qu'il fait partie d'une équipe soudée par un projet reposant sur un protocole solide. Se produit ensuite cette alchimie propre à la relation entre la patient et l'animal qui ouvre la porte", explique Florence Sdrot-Rabacz, érgothérapeute au centre Iris de Marcy-l'Etoile.

La recherche dans le domaine de la neurologie et de la linguistique a constaté l'évolution constante du cerveau chez les mammifères, peut-être est-ce désormais à l'homme de changer de regard sur un monde qui n'a pas fini de surprendre.