

DOSSIER D'INFORMATION : La zoothérapie

une alliance fructueuse

Les animaux revêtent une grande importance dans la vie de plusieurs personnes. Les études s'accordent pour dire que, toutes espèces confondues, environ 50 % des gens possèdent un animal à la maison. [...]

Pourquoi la présence d'un animal est-elle si importante pour tant de gens ? On croit que la relation homme-animal correspond adéquatement aux besoins psychosociaux de la personne en ce sens qu'elle rejoint 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 la vie), le rôle social (être le maître de l'animal) et l'activité physique (jeux, promenades). Cet effet positif de la présence animale a souvent pour conséquence de contribuer à l'augmentation de l'estime de soi. ■

l'animal, un complément d'intervention polyvalent

Les exemples du recours à l'animal dans un contexte thérapeutique sont nombreux, certains étant plus spectaculaires que d'autres. On a ainsi pu voir des reportages saisissants où des intervenants utilisent des dauphins afin de stimuler des enfants autistes. Plus près de nous, on peut penser aux programmes d'équithérapie où le cheval est utilisé pour développer la coordination, la force musculaire et l'équilibre de personnes handicapées physiquement. Ces usages sont très intéressants mais demeurent marginaux à cause des difficultés inhérentes à leur réalisation. En milieu urbain, les facilités de transport, d'adaptation et de manipulation du chien et du chat en font les favoris pour le travail de zoothérapie.

On peut utiliser l'animal auprès de personnes aux prises avec des problèmes divers. La liste suivante n'est pas exhaustive mais veut simplement illustrer la diversité de ces domaines, tous âges confondus, où la zoothérapie peut compléter les interventions traditionnelles : problèmes d'apprentissage, troubles de la personnalité, problèmes de comportement, déficits cognitifs, retards de développement, problèmes relationnels, solitude et dépression, problèmes d'attention et de concentration, déficience intellectuelle, isolement, manque de

stimulation sensorielle et retrait, accueil et intégration lors de l'hébergement, réadaptation physique, délinquance, faible estime de soi, violence.

Il existe des situations où l'on a recours à l'animal afin de pallier des déficits ou des handicaps physiques : les chiens-guides et les chiens d'assistance aux personnes en fauteuil roulant sont probablement les plus connus. Dans ces situations, il ne s'agit pas à proprement parler de zoothérapie. Le but recherché est de procurer aux personnes une plus grande autonomie. Cependant, selon certains, l'avantage le plus important serait peut-être de favoriser les interactions sociales de ces personnes et leur acceptation dans la société. Souvent, les gens ne savent pas comment réagir face à une personne handicapée. Ils évitent ainsi les interactions ou demeurent distants émotionnellement. La présence du chien d'assistance normalise les contacts sociaux et aide à éviter l'isolement social. ■

des bénéfices multiples

Peu importe la nature, la fréquence et la durée d'un programme d'activités de zoothérapie, l'animal s'avère un outil précieux. D'abord et avant tout parce qu'il constitue un stimulus simple, connu de tous. Il n'exige aucune compétence particulière de la part du client et ne l'oblige à aucune performance. Il peut servir de dérivatif à l'anxiété d'une personne face à un intervenant inconnu ou impressionnant. [...]

Le contact avec l'animal est apaisant. [...] Flatter un animal peut être réconfortant. Cela peut aider à calmer une peine mais aussi à favoriser le jeu et les rires. [...]

L'animal peut tantôt agir comme source de stimulation, tantôt servir d'agent de renforcement lors de l'accomplissement de certaines tâches, par exemple lors d'exercices de réadaptation physique. [...]

[...]

Dans les établissements de santé, l'animal peut agir comme facilitateur social, au sens où il favorise la conversation et les interactions entre les résidents en procurant des sujets de conversation neutres et non menaçants. [...] ■

la zoothérapie, une activité qui se prépare

D'entrée de jeu, précisons qu'introduire un animal au centre d'hébergement n'est en rien comparable à l'adoption d'un animal à la maison. Si dans ce dernier cas on peut présumer que tous les membres d'une famille se sont mis d'accord pour en faire l'acquisition, il en va tout autrement dans un milieu institutionnel. On peut supposer, sans grand risque d'erreur, que l'introduction de l'animal ne peut faire l'unanimité, ne serait-ce qu'en raison du nombre de résidents et d'employés qui augmentent la probabilité de retrouver allergies, peurs ou même phobies. Un tel procédé irait à l'encontre des règles de santé et de sécurité au travail.

Avant tout, il est donc important de sensibiliser le personnel de l'institution et de s'assurer que le milieu est prêt à accueillir les animaux. [...]

Le choix de l'espèce avec laquelle on estime atteindre le mieux nos objectifs de travail constitue une autre étape préalable au démarrage d'un programme. Il faut ensuite procéder à l'évaluation soigneuse des animaux que l'on voudra utiliser. Dans le cas des chiens et des chats, il est important que l'animal démontre un intérêt envers les humains et qu'il soit obéissant. L'animal choisi doit afficher un bon tempérament, c'est-à-dire qu'il doit être enjoué, stable émotionnellement et ne pas être agressif.

Il est très important de surveiller l'état de santé des animaux. En effet, certaines maladies infectieuses sont transmissibles de l'animal à l'humain. On parle alors de zoonoses. Bien que peu fréquentes, on doit cependant demeurer prudent. [...]

On ne doit jamais utiliser un animal dont on ne connaît pas l'état et l'histoire de santé ou pour lequel on a des doutes quant à ses aptitudes comportementales. Une régie d'hébergement et de manipulation des animaux utilisés doit être mise sur pied et respectée afin de leur assurer un bien-être maximal. ■

la zoothérapie sous toutes ses formes

Dans le langage populaire, l'appellation zoothérapie est un terme générique désignant l'impact positif présumé de la présence des animaux sur la santé humaine. Cette désignation groupe un grand nombre d'activités. [...]

Il existe une foule de programmes mettant en présence des humains et des animaux. En voici les formes principales :

• Possession d'un animal ou interaction des personnes avec des animaux

On croit cette action curative au sens où l'environnement de la personne est transformé de façon significative par la présence de l'animal. Les tenants de cette approche pensent que l'animal et les interactions orientées vers lui sont, en soi, thérapeutiques. [...]

• Placement d'animaux provenant de refuges chez des personnes âgées

[...] On sélectionne des chiens et des chats placés dans des refuges. On les éduque et les remet à des personnes âgées qui n'ont pas les moyens financiers de se procurer un animal. Ce dernier sert de compagnon à la personne et améliore sa qualité de vie.

• Visites de bénévoles

Cette activité est très populaire. Des bénévoles accompagnés de leur animal se rendent dans les centres d'hébergement et les hôpitaux. [...]

• Thérapie assistée par l'animal

C'est l'utilisation d'un animal par un intervenant dans le but de varier le programme thérapeutique régulier. L'animal sert d'outil facilitant l'instauration d'une alliance thérapeutique entre le client et l'intervenant. Lors de ces séances, celui-ci utilise l'habileté remarquable de l'animal à susciter une réponse chez les gens. L'intervenant y joue un rôle actif et orchestre les activités. Dans certaines institutions, la zoothérapie fait partie du plan de traitement régulier des résidents.

Nous croyons que l'appellation zoothérapie devrait être réservée à cette dernière activité. [...] ■

zoothérapie québec

Zoothérapie Québec est un organisme sans but lucratif créé en 1988. Il met à profit le lien particulier qui unit l'homme et l'animal pour développer des programmes qui s'adressent à des personnes présentant des problèmes d'ordre social, physique, psychologique ou cognitif. Il offre une gamme complète de services d'intervention, de formation, de consultation, d'évaluation et d'implantation de programme de zoothérapie. Reconnu par le milieu universitaire et collégial, il supervise des stages en psychologie, éthologie, travail social et santé animale.

Extraits de *La zoothérapie de A à Zoothérapie Québec*, François Martin Ph. D. et Carole Brousseau Ts, janvier 1998.

Signalons que la zoothérapie a pris naissance au cours des années 1950 dans un hôpital américain. Un psychologue, Boris Levinson, fut le premier à décrire le rôle des animaux comme aide à la socialisation. Il fut le premier à intégrer un animal dans ses séances de thérapie.