

***Dr Andrea LAU (D)***

21/08/2015

(Traduction française : Sophie KOEHLER-NIKLAS)

## **La thérapie par les animaux - un traitement médical créatif**

Mesdames et Messieurs, Chers collègues,

Tout d'abord, je tiens à vous remercier chaleureusement pour votre invitation. Ce n'est pas une première pour moi de présenter la thérapie par les animaux. Cette fois-ci pourtant, le thème général de votre congrès et le fait que je doive parler de la thérapie par les animaux en tant que traitement médical créatif, m'ont amenée à réfléchir sous un autre angle à ce que nous faisons en collaboration avec les chiens et les chevaux dans notre clinique. Où est la créativité dans la thérapie par les animaux ? Avant aujourd'hui, je ne m'étais jamais vraiment posé la question.

En cherchant un fil rouge entre la créativité dans la thérapie et mes connaissances en thérapie par les animaux, je me suis tout d'abord penchée sur la définition générale de la créativité et sur ce que j'entendais par elle. Elle est définie sous Wikipédia comme étant une propriété des systèmes vivants. Les humains perçoivent des stimuli extérieurs et les assimilent - c'est-à-dire qu'ils font pour ainsi dire avec leur environnement en adaptant leur mode de pensée ou en créant consciemment ou inconsciemment. On part là du principe que la créativité n'apparaît que dans un système d'individus ou un environnement établi. Cela va tout à fait dans mon sens, car la thérapie par les animaux sous-tend un relationnel entre patient, animal et thérapeute.

Pour aller plus loin, l'étymologie du mot créativité est le mot latin « Creare », ce qui signifie créer quelque chose de nouveau, découvrir, engendrer ou bien produire. Une autre racine du mot créativité vient du latin « Crescere », le fait de se dérouler ou de croître. Ce double visage de la créativité - entre action et laisser se dérouler les choses - se retrouve également dans sa conception moderne.

De tout temps, la création a toujours préoccupé l'humanité. Dans les mythes l'entourant, les hommes s'expliquent eux-mêmes, ainsi que leur place dans l'univers. La mythologie et les schémas de pensée de l'histoire montrent toujours une interaction entre l'ordre et le chaos, la discipline dans le travail et la liberté. De même en neurobiologie moderne, le processus créatif résulte d'une dialectique entre la déstabilisation, désorganisant la connaissance préalable et l'élaboration, mettant de l'ordre. Mais il ne faut pas oublier que ces définitions élaborées par la recherche sur la créativité ne s'appliquent qu'à la créativité classique.

La créativité hors du commun, soit le Génie, ne se laisse que difficilement analyser de manière empirique, psychologique ou par l'expérimentation. Cette forme particulière n'est pas pertinente dans le cadre de la thérapie par les animaux, car nous voulons nous concentrer sur la créativité classique - c'est à dire nous baser sur la vision du psychologue américain Joy Paul Guilford (1897-1987), qui après s'être dédié à la recherche sur l'intelligence, s'est tourné à partir de 1950 vers le sujet longtemps négligé de la créativité. Il a contredit la pensée prépondérante de la prédominance des surdoués et a ouvert la porte à une compréhension plus large de la créativité.

Citation : « Chaque être humain est créatif ! ».

Selon la théorie scientifique depuis Guilford, la pensée est mise en exergue – la créativité étant une forme particulière de la pensée. Les performances créatives, lorsqu'elles ont une utilité pour les autres, sont reconnues en tant que telles, et le processus créatif doit être quantifiable et exploitable. C'est là que nous atteignons la limite de la thérapie par les animaux selon moi, car son processus créatif est utilisable et bénéfique, et pourtant difficilement quantifiable. C'est là un thème d'actualité, notamment pour la recherche en psychothérapie : est-ce que seul quelque chose de quantifiable est utile ? Quelle est l'importance de la relation thérapeutique, qu'elle soit entre le patient et le thérapeute ou qu'elle inclue l'animal ?

Voilà pour la théorie de la créativité et une première tentative d'établir un lien avec la thérapie par les animaux.

Le consensus général en pédopsychiatrie a longtemps été de considérer seulement la thérapie par la musique, la danse ou l'art comme les seules thérapies créatives.

Alors que la thérapie par les animaux était déjà depuis longtemps présente aux États-Unis et dans d'autres pays, elle restait pourtant marginale en Allemagne. Et ce, malgré le fait que le premier hôpital sur le sol européen à proposer au 19<sup>ème</sup> siècle ce type de thérapie soit allemand, le centre v. Bodelschwingsche à Bethel – qui le propose encore aujourd'hui. À la fin des années 80, des associations et organisations allemandes commencent à introduire des services de visite d'animaux dans les hôpitaux et les centres de soins. L'idée de la présence d'animaux dans un établissement public de santé a rapidement suscité, chez beaucoup, des objections.

Pourtant Sigmund Freud déjà pensait que les animaux avaient un rôle déterminant. Et ce même s'il attendit son 69<sup>ème</sup> anniversaire avant de prendre un chien lui-même. Ce que Freud appréciait chez les chiens est connu grâce aux mémoires de sa fille Anna – à savoir leur charme, leur fidélité et leur loyauté sans conditions, tout comme le manque de toute ambivalence dans leur rapport avec les humains. Ils étaient pour lui la personnification de l'amour absolu. Freud voyait également une grande affinité entre animaux et enfants. Dans des moments de difficultés à parler avec Anna, chacun endossait le rôle d'un chien pour communiquer ensemble sous forme de poèmes. Ceci leur permettait d'exprimer des choses qu'ils ne pouvaient que très difficilement dire sans l'aide du chien. Selon les mémoires de sa gouvernante, Freud avait même avec lui, lors de certaines séances thérapeutiques, son Chow-chow Jofie.

L'œuvre standard de la thérapie moderne par les animaux est de Boris Levinson, « Pet-oriented child psychotherapy », datée de 1962.

Le pédopsychiatre Levinson décrit la première fois où il reçoit un jeune patient qui suivait une thérapie chez un collègue sans succès. Le Golden Retriever Jingles du thérapeute se promène au même moment dans le cabinet. Celui-ci se dirige en remuant la queue vers les parents et l'enfant, renifle le garçon et lui lèche les mains. L'enfant, habituellement totalement étranger au monde qui l'entoure, ne s'effraie pas, au contraire de ses parents, mais se dirige vers le chien et le caresse. Levinson, indécis sur la façon de traiter le patient, décide de laisser le garçon jouer seul avec le Retriever pendant plusieurs sessions. Lui-même n'est que partiellement présent et participe rarement à leur jeu. Le chien a brisé la glace et le pédopsychiatre décide donc de l'utiliser comme passerelle pour établir progressivement un contact avec le patient. Le chien facilite les premiers rapprochements, l'ouverture, la confiance, l'établissement d'une base de communication et d'interaction pour la thérapie. Le garçon sort lentement de son mode de défense, le rejet, qui avait fait échouer toutes les tentatives précédentes de traitement. Il devient plus réceptif à la psychothérapie. Levinson décide alors d'intégrer systématiquement son Retriever - et par la suite d'autres animaux de compagnie - comme co-thérapeute dans ses séances, particulièrement dans les cas d'enfants ayant du retard dans le développement émotionnel ou affectif. Lors de rendez-vous à son cabinet, de jeux dans le jardin ou de promenades, il applique le principe qui a fait ses preuves : laisser s'établir une relation avec l'animal et faciliter le transfert progressif de cette relation sur le thérapeute. Ainsi le chien offre de multiples possibilités d'identification ou de projection pour les petits patients. Levinson est l'un des premiers qui, à travers son expérience et grâce à des mesures physiologiques, démontre les effets relaxant et calmant des co-thérapeutes animaux sur ses patients. La fonction centrale de « briseur de glace », de « passerelle » ou même de « porte de

communication » sera, lors d'études postérieures, soulignée et étoffée, particulièrement avec les patients autistes.

En 1973, Condoret, un vétérinaire français, s'intéresse à son tour à l'utilisation des animaux dans le processus thérapeutique – et ce, suite à l'observation fortuite de la fascination d'une jeune fillette autiste pour l'envol d'une colombe, celle-ci suivant de son regard si particulier l'animal et imitant les mouvements de ses ailes.

Mon expérience de la thérapie par les animaux a commencé en 2003. Le service où j'étais alors médecin en chef, s'est vu attribuer une assistante sociale chargée de développer une nouvelle offre thérapeutique : l'équitation. J'avais moi-même beaucoup de préjugés concernant cette nouvelle option. Mais je réalisai rapidement que les patients arrivaient enfin à s'ouvrir grâce au cheval. Les relations thérapeutiques positives se créaient plus facilement. Les enfants amélioraient leurs compétences sociales et consolidaient ainsi leur confiance en eux.

Une discussion concernant ce thème a débouché un jour sur l'envie de travailler avec un chien d'accompagnement thérapeutique. En novembre 2006 est arrivée au sein de la clinique de jour Laila, une chienne labrador âgée de 14 mois, rejetée par sa famille, apeurée et affamée. Notre interne l'avait quasiment interceptée sur le chemin de la fourrière. Elle ne pouvait malheureusement pas la garder chez elle et l'avait presque laissée au pied de son médecin chef. Quelques mois plus tard, au printemps 2007, nous avons commencé une formation à l'"Académie pour les chiens de thérapie et d'accompagnement des personnes handicapées". Celle-ci s'est soldée par le succès complet à l'examen théorique et pratique. Une seconde certification fut délivrée deux ans plus tard. Dans les années qui suivirent, nous avons coopéré avec d'autres institutions qui pratiquaient également la thérapie par les animaux, formant ensemble un réseau, ce qui nous a permis d'échanger régulièrement sur nos compétences, de rester toujours à la pointe des connaissances scientifiques concernant la thérapie par les animaux et de suivre par exemple le congrès humains-animaux à l'université berlinoise de Humboldt.

Au fil du temps, nous avons, en plus de notre travail avec les chevaux et les chiens, également travaillé avec des chèvres et des lapins qui vivaient dans le jardin de notre clinique. Rapidement, le travail avec les chiens et les chevaux s'est révélé le plus efficace. Entretemps, Laila et moi avons changé d'employeur. Nous avons alors pu créer une nouvelle clinique de jour spécialisée en pédopsychiatrie. Le point fort thérapeutique de cette clinique était le travail avec les chiens et les chevaux. Trois nouveaux chiens certifiés se sont joints à Laila pour participer à la thérapie en fonction des besoins thérapeutiques.

Au niveau international, on part du principe que la thérapie par les animaux est définie par l'intervention ciblée des animaux dans le cadre d'un concept multiple de thérapie. Ce faisant plusieurs conditions sont à respecter :

1. Il faut définir un objectif thérapeutique que la thérapie assistée par les animaux doit atteindre et elle doit être pratiquée dans un cadre de traitement défini
2. La thérapie est effectuée et accompagnée par un spécialiste qualifié
3. La thérapie est documentée.

Le plus important est que l'animal intervenant ne travaille ou n'agisse pas seul, mais en tant que soutien au médecin ou thérapeute. C'est pourquoi il est pour moi très important de parler de chien accompagnateur de thérapie et non pas – comme c'est souvent le cas - de chien thérapeutique.

Dans notre concept de soin, nous intégrons les définitions précédemment évoquées, mais aussi le modèle de la « biophilie », l'amour du vivant. Un concept que Willson définit comme à l'origine de la fascination et la préoccupation croissante pour la nature, et générant la nécessité de communication avec son environnement. Les bébés déjà s'intéressent de manière innée au monde qui les entoure et à tout ce qui bouge. Carl Rogers déclare, dans sa théorie du relationnel dans « La psychothérapie de la personne », que l'être humain, un être social, a un besoin inné d'amour et d'affection qui est le fondement de son développement.

L'homme a toujours été fasciné par la force et particulièrement par les facultés exceptionnelles des

animaux, pas seulement au niveau individuel mais aussi tout au long de l'histoire. Il a tout tenté pour les imiter, comme par exemple la grâce et la rapidité du vol des oiseaux. Le développement culturel des sociétés est intimement lié à leur environnement proche. Depuis des milliers d'années, les animaux les ont influencés et ont été à leur contact direct. Cet intérêt pour la faune et la flore semble presque être gravé dans le patrimoine génétique des hommes.

Des domaines scientifiques techniques se sont même développés sur la base même de l'imitation de la nature - comme la bionique. L'homme a appris grâce aux oiseaux et aux pingouins comment construire des avions consommant moins d'énergie. La nanotechnologie a permis de créer des surfaces se nettoyant presque d'elles-mêmes en imitant les feuilles de lotus.

Ceux qui vivent avec des animaux sont convaincus que la communication entre hommes et animaux est possible. Les psychologues et biologistes ont découvert que les chiens comprenaient bien mieux les mimiques et la gestuelle humaine que nos parents génétiques les plus proches, les chimpanzés. Non seulement les chiens adultes, mais aussi les chiots âgés de 8 semaines, ont de meilleurs résultats que les primates lors des tests de communication non verbale. Ils sont même meilleurs dans ce domaine que leur ancêtre, le loup. Ceci peut être considéré comme la preuve que ces capacités ont été avec le temps ancrées dans l'ADN des chiens. Des éthologues hongrois ont également prouvé que les chiens se lient autant avec nous que nous avec eux. Ils ont pu démontrer que les résultats des recherches d'Ainsworth sur les liens étroits entre parents et enfants en bas-âge peuvent aussi être appliqués aux relations entre animaux sociables de compagnie, comme les chiens.

S'appuyant sur cette base théorique, l'intervention des animaux dans la thérapie doit donner à nos patients un espace d'expérimentation - en leur donnant la possibilité d'apprendre par eux-mêmes, de développer leur confiance en eux tout en créant et en développant la relation aux autres. Les patients doivent avoir diverses possibilités de rentrer en contact avec les animaux, par exemple en les regardant évoluer, en les caressant ou en prenant soin d'eux. Nous partons du principe que l'authenticité des animaux crée une atmosphère dans laquelle la confiance peut s'épanouir. En les fréquentant, on acquiert des compétences comme la prise de responsabilité ou la fiabilité. Les animaux font passer des signaux clairs et établissent des limites précises, tout en suscitant la fascination et la stimulation. Ils éveillent la curiosité et demandent beaucoup d'attention. En agissant sans aucun préjugé vis-à-vis des humains, ils ont un effet relaxant et déstressant, et se révèlent un médium précieux dans le travail d'intégration, un dialogue non verbal étant avec eux possible. Les animaux ont enfin une influence motivante et améliorent la qualité de vie. Leur fréquentation encourage le respect envers les êtres vivants, l'attention portée aux autres, l'empathie et la responsabilisation – et favorise la sensibilisation à la protection de l'environnement.

Une analyse des besoins et du travail déjà existant avec les animaux dans les services de pédopsychiatrie, fut effectuée en 2005 en Allemagne par le biais d'un questionnaire envoyé aux établissements et leurs équipes. Sur un retour de 62,5%, 64% des cliniques se sont déclarées prêtes à donner à leur patient l'opportunité d'avoir des contacts avec des animaux. 59 de ces établissements avaient déjà mis en place la thérapie avec les animaux. Ce sont le plus souvent les chevaux qui intervenaient, dans 90% des cas. Seuls 20% évoquent des chiens.

Nimer et Lundahl ont publié en 2007 une méta-analyse de plus de 49 études. De celle-ci, on déduit que les chiens, en tant que meilleur ami de l'homme, ont les effets les plus bénéfiques lors d'une thérapie avec les animaux. On se demande donc pourquoi les chevaux sont les plus utilisés par les cliniques. Même si les chevaux demandent un entretien plus intensif, ils sont selon moi préférés par les cliniques car ils sont tenus à l'extérieur des établissements. Par contre, les chiens sont plus proches et veulent rester en votre compagnie. Ils demandent donc aux thérapeutes plus d'attention et d'investissement. Et ils ne sont pas uniquement un dispositif thérapeutique, mais – lorsqu'on les choisit – ils font partie de notre vie, même pendant les jours fériés et les week-ends. Ceci pose également le problème souvent évoqué du respect des règles d'hygiène et des risques pour la santé - sans parler aussi des règles de protection des animaux et de l'investissement financier.

L'étude « Heimtierhaltung – Chancen und Risiken für die Gesundheit » ('Avoir un animal de compagnie – Chances et risques pour la santé'), publiée par l'institut Robert Koch, pourrait servir de base à un plan d'hygiène à l'attention des cliniques. Ses auteurs démontrent clairement l'influence positive des animaux de compagnie sur l'état de santé des malades dans les établissements de santé. On doit tout de même faire attention aux contre-indications à leur présence dans les hôpitaux. D'un point de vue médical, leur contact doit être évité dans les cas de fortes allergies, d'asthme et de dermatite atopique, tout comme dans les cas graves de maladies auto-immunes. C'est également à proscrire face à des troubles psychiques profonds.

En 2010, Anke Prothmann de Munich a publié une étude sur la présence animale dans les hôpitaux pour enfants en Allemagne. Moins de 12% des 322 cliniques pour enfants interrogées proposent créant l'intervention des animaux. 62% des médecins en chef ont souhaité recevoir plus d'informations sur la mise en place de thérapie par les animaux dans les cliniques pour enfants. Le travail avec les animaux se déroule actuellement surtout dans les domaines de la physiothérapie, la psychothérapie et la thérapie occupationnelle. Les préoccupations concernent essentiellement l'hygiène et les risques éventuels sur la santé, ou encore le financement.

Comment les animaux entrent-ils en jeu dans la thérapie ?

Je vais tenter de répondre à cette question sans me restreindre à mon expérience dans ma spécialité de pédiatre et de pédopsychiatre – ce que je constate pouvant aussi bien s'appliquer à la gériatrie et la psychiatrie générale. Les mêmes échos positifs viennent également des cliniques neurologiques, particulièrement en réadaptation fonctionnelle.

L'expérience la plus longue avec les animaux reste probablement dans le domaine de la psychothérapie. Selon Klosinski, la psychothérapie est un soin thérapeutique avec des méthodes psychologiques, mais comportant également un apport et un soutien spirituels. Au centre se tient l'homme et ses relations, ses particularités dans sa communication et son environnement social. La relation entre le patient et le thérapeute a été démontrée scientifiquement comme le facteur le plus influent dans la réussite de la thérapie.

Boeck-Singemann et d'autres expliquent que le développement sain de l'enfant n'est possible qu'au sein du processus relationnel. La psychothérapie est donc un lieu où l'on vit de nouvelles expériences qui touchent au relationnel et aux liens personnels.

Schneider et Harley recherchent lors d'une étude sur 85 participants, en quoi un animal peut influencer les patients potentiels dans leur perception du thérapeute. Ceux-ci sont jugés comme plus dignes de confiance et plus sympathiques après visionnage de vidéos où ils sont avec leur chien. Les participants sont également plus disposés à s'ouvrir. On en a déduit que les animaux ont une influence sur la manière dont les patients voient leur thérapeute.

Lorsqu'un animal est dans la pièce, ce n'est pas seulement le malade qui interagit avec lui mais aussi le médecin avec l'animal. C'est alors que nous nous dévoilons en révélant une partie de nous-même, notamment comment nous sommes vis-à-vis des autres, et devenons plus transparents. Plus le patient est jeune, plus cette transparence est importante pour l'établissement de la confiance qui est la base de la relation thérapeutique.

La thérapie par les animaux peut être utilisée dans des séances individuelles ou en groupe. De manière individuelle, on utilise par exemple la thérapie non directive par le jeu avec l'animal. Dans cette situation, le patient doit avoir le plus possible de liberté. La tendance auto-réalisatrice décrite par Carl Rogers part du principe que les enfants créent d'eux-même une atmosphère dans la thérapie propice à leurs besoins de progrès. De plus, les animaux déploient l'action la plus bénéfique lorsqu'ils sont libres et entrent sans restriction en contact avec les humains. La condition est l'envie - ou plutôt l'accord de l'enfant et de ses parents. Le patient doit choisir lui-même ce qu'il veut faire avec l'animal. Son maître ne lui donne d'ordres que lorsqu'on ne peut l'éviter, car il est avant tout un soutien émotionnel pour le chien. Les enfants ont comme instruction, pendant la thérapie, de pouvoir faire ce qu'ils désirent ou ce que le chien souhaite, à condition de ne pas lui faire mal. Un panier rempli de jouets est mis à leur disposition. Le thérapeute reste en retrait, offre un soutien si celui-ci est demandé.

Une autre option est la thérapie comportementale avec les animaux, par exemple pour combattre certaines phobies. L'animal peut avoir un effet réconfortant lors de l'exposition à la situation déclenchant les angoisses - surtout lorsque le thérapeute se retire et que le patient n'ose pas encore l'affronter seul. Le chien aide à la relaxation et donne un sentiment de sécurité, tout en agissant comme un amplificateur positif.

Une autre option est la modification du comportement par le comportement même du chien. Par exemple dans le cas d'un patient impulsif et agité, le chien reste à distance dès qu'un comportement dépasse les limites. Par contre, il se laisse caresser dès que la situation est calme et décontractée. Cette réaction prompte et impartiale du chien permet au patient de modifier son comportement problématique.

Les expériences acquises dans le domaine de la thérapie familiale par les animaux sont surtout avec les chevaux. Le cheval, animal de troupeau, est tout à fait indiqué pour le travail sur la famille, car il recherche - tout comme les humains - le contact avec les autres. L'interaction cheval-famille met souvent en lumière les aspects typiques de la cohabitation familiale. De plus, l'interprétation du comportement du cheval par la famille permet de dévoiler la dynamique familiale.

Les animaux peuvent également accompagner les thérapies de groupe. Dans notre clinique, il y a des groupes de promenade avec les chiens qui ne sont pas à but sportif, mais une activité de psychomotricité avec les patients. Particulièrement, les patients qui ont des troubles ou handicaps de la motricité et qui ont eu par le passé des difficultés au cours des exercices, vont être plus motivés grâce à la coopération avec le chien. Ils font alors de nouvelles expériences positives de leur propre autonomie.

Dans la littérature, on décrit notamment un programme de thérapie de groupe pour des petites filles victimes d'abus sexuel entre 9 et 13 ans. Au cours de ce programme, le chien a eu un effet actif contre la peur, tout en encourageant la communication. Il a aidé les petites filles à passer du rôle passif de la victime à celui actif de la personne qui surmonte la situation. Souvent les enfants parlent pour la première fois d'une expérience traumatisante en présence du chien, avant de pouvoir l'évoquer au sein du groupe. Le chien est considéré comme entièrement digne de confiance. Ce qu'on lui raconte reste avec certitude entre vous et lui.

Une autre étude démontre que les enfants ayant subi des abus répondent particulièrement bien aux animaux qui viennent de la SPA et qui ont également eu par le passé des expériences similaires. Ceci ouvre des possibilités de discussion sur les relations, les limites, le respect de celles-ci et la sollicitude responsable. J'ai pu moi-même l'observer avec ma chienne labrador, qui avait été rejetée par sa première famille dans le passé et entretemps souffrait depuis plusieurs années d'arthrose. Ceci devient une accroche dans la thérapie avec les enfants ayant eu des maladies chroniques ou ayant vécu un rejet de la part de leur famille d'origine, et leur permet de se confronter à leur propres problèmes psychiques et somatiques - et ensuite de réfléchir à l'intérêt qu'il peut y avoir à ne pas malgré tout s'isoler socialement, aller à l'école, réussir quelque chose et à entrevoir des perspectives d'avenir. Notamment lorsqu'ils entendent que, par exemple, Laila a malgré son passé réussi sa formation et a trouvé une mission dans sa vie.

Comme déjà évoqué précédemment, nos chiens interviennent dans des cas spécifiques. Laila travaille notamment avec des patients dépressifs, souffrant de problèmes relationnels et de traumatismes précoces. Paul, un labrador mâle de 5 ans, surnommé Power-Paul, a beaucoup de plaisir à jouer au foot et à se défouler avec des jeunes garçons hyperactifs. D'un autre côté, il fait comprendre aux enfants hyperactifs et perturbés socialement que l'on peut être un vrai gars et tout de même être délicat. Ruby quant à elle, un berger des Shetland femelle, est particulièrement qualifiée pour les patients anxieux. En tant que chien de berger, une de ses qualités est de toujours tout faire pour garder le groupe ensemble. Une autre chienne vient juste de passer avec succès son examen et travaille avec sa maîtresse, une de nos psychologues cliniciennes, surtout comme amplificateur positif dans la thérapie comportementale. Sa fourrure est très douce, elle se laisse caresser avec plaisir.

Dans ce qui suit, je vais aborder les cas où la thérapie par les animaux s'est montrée, selon les critères scientifiques actuels, très efficace.

Dans la méta-analyse en 2007 de Nimer et Lundahl - déjà évoquée précédemment - des progrès importants ont été constatés dans le comportement des autistes. Les recherches de Mme Prothmann vont également dans ce sens en démontrant que ces enfants sont plus motivés par un lien social avec les animaux qu'avec les humains. Ils pouvaient non seulement identifier les sentiments et besoins des animaux, mais ils n'avaient aucune impulsion agressive dans leur relation avec eux. Mme Prothmann procéda à une étude à Leipzig sur 14 enfants autistes pour connaître l'influence directe d'un chien sur leurs capacités de communication et d'interaction. Ils ont non seulement montré un grand intérêt pour l'animal, mais ils se sont orientés plus longuement et intensément vers lui au détriment du partenaire humain dans l'interaction. Les enfants les plus enthousiastes ont été, comme escompté, ceux atteints du syndrome d'Asperger.

Pour les troubles intériorisés, par exemple les cas de dépression ou d'anxiété, on obtient des résultats moyens à bons sur les variables comportementales et somatiques, et de légers à moyens sur les améliorations de l'état mental. Ces effets restent stables dans le temps. Ce qui est très intéressant, c'est que les chiens accompagnateurs de thérapie ne se détournent pas des enfants dépressifs – des enfants en retrait social et avec un niveau d'activité très bas. Et ce même s'ils ne s'occupent dans un premier temps pas de l'animal. Les chiens restent proches et recherchent le contact corporel. Dès que l'enfant montre un peu plus d'initiative, l'animal réagit de suite avec plaisir et accentue de manière idéale le comportement recherché.

Dans les cas de troubles anxieux, l'observation durant la phase diagnostique montre que les enfants touchés recherchent particulièrement le contact avec le chien, et le caressent de manière intensive. Cette attention apporte avant tout un apaisement intérieur. Notre corps libère lors de contacts agréables massivement des hormones, de l'ocytocine. C'est le cas lors de caresses. L'ocytocine a des propriétés relaxantes, réduit l'anxiété et bloque en même temps la production d'hormones à l'origine du stress.

Odendahl a observé 18 maîtres pour déterminer l'influence de leur relation avec leur chien sur la production d'hormones liées au stress par rapport à la lecture d'un livre. Il trouva que le taux de bêta-endorphine, d'ocytocine, de prolactine et de dopamine augmentait durant les contacts avec le chien, alors que l'hormone de stress cortisol se réduisait de manière significative. Ce changement avait lieu à la fois chez l'homme mais aussi chez l'animal. Actuellement on peut lire dans la presse plusieurs articles rapportant que des soldats américains et allemands souffrant de syndromes post-traumatiques après leur mission en Afghanistan, ont réussi à vaincre leurs symptômes et à retrouver une vie normale avec l'aide de chiens accompagnateurs de thérapie. Ceci s'observe également dans le cas des personnes traumatisées par des abus sexuels. Les victimes abusées par des personnes proches ont perdu toute confiance envers les autres. Les animaux offrent alors un contact dénué de toute peur et de l'affection – encourageant la production d'hormones relaxantes.

On demande beaucoup au chien lorsqu'il intervient pour des patients ayant un déficit d'attention, souffrant d'hyperactivité et de troubles du comportement social. Au cours de la thérapie avec les animaux, les enfants qui souffrent de ces pathologies ont besoin de plus de guidance que ceux souffrant de troubles intériorisés.

À côté du travail thérapeutique avec les chiens, notre clinique propose individuellement aux patients de participer à des séances d'équitation thérapeutique. Au cours de celles-ci, on travaille sur l'ici et maintenant. Le plus important reste le bien-être acquis au contact du cheval et le plaisir à être sur son dos.

Dans la phase de premier contact, les patients apprennent à connaître le cheval en tant qu'être vivant avec ses besoins et sa façon d'être. Le thérapeute devient un exemple qui montre entre autres comment s'occuper du cheval ou comment le diriger. Le contact corporel est facilité par les soins apportés à l'animal. Il favorise la responsabilisation du patient.

Des questions vont émerger durant la montée à cheval ou la discussion postérieure : « De quoi ai-je envie pour cette heure d'équitation ? », « Comment monter à cheval de façon à me sentir à l'aise ? », « Quelle est l'allure du cheval la plus agréable pour moi ? », « Où et comment dois-je entrer en contact avec le cheval ? »

La séance d'équitation est l'occasion aussi de proposer des exercices copiés de la voltige. Le patient se laisse alors guider et peut commencer à parler librement, ou l'on peut aborder avec lui des questions ou des problèmes d'actualité. Pour approfondir ce travail, nous pouvons offrir des séances individuelles de voltige thérapeutique, ou une thérapie d'interaction parent-enfant avec le cheval.

Comme décrit précédemment dans la thérapie accompagnée par le chien, nous faisons surtout intervenir les chevaux dans les cas de patients anxieux, dépressifs ou touchés par l'autisme – mais aussi avec les patients souffrant d'un état de stress post-traumatique.

Le travail avec les animaux, comme les chiens ou les chevaux, reste au premier plan au sein de notre clinique, et ce dans le cadre de la pédagogie basée sur l'expérience de l'action et en tant qu'étape sur le chemin thérapeutique.

Pour résumer, on peut parler, concernant l'apport des animaux, d'un éventail large de bienfaits bio-psycho-sociaux – à la fois mentaux et psychologiques – donnant lieu à un bien-être émotionnel ; un renforcement de l'image, de la conscience de soi, ou de l'amour-propre ; un meilleur contrôle personnel et de l'environnement donnant un sentiment de sécurité et une réduction de l'anxiété ; une diminution du stress psychologique ; une augmentation de l'état de calme et de détente ; une amélioration de l'intégration sociale ; une mise en place de mécanismes de régression, de projection et de déstagement des sentiments négatifs ; des effets antidépresseurs et anti-suicidaires ; ou enfin un développement des compétences et performances mentales.

C'est sans compter le rôle des animaux dans la lutte contre la solitude sociale et l'isolement, non seulement par le contact direct mais également en tant que vecteur de communication avec les autres : encourageant la proximité, l'intimité et le contact corporel ; donnant des sujets de conversation ; diminuant l'agressivité ; encourageant la confiance ou l'empathie ; améliorant l'ambiance générale du climat social et le rendant par exemple plus favorable au sein des services hospitaliers ; favorisant des interactions plus coopératives et réduisant l'agressivité et l'hyperactivité.

Enfin des conséquences physiques et physiologiques peuvent être aussi énumérées : la réduction des facteurs de risque d'accident cardiovasculaire par la baisse de la tension artérielle, l'abaissement des fréquences respiratoire et cardiaque ; les modifications biochimiques et neuroendocriniennes permettant la réduction de la douleur ; la libération de bêta-endorphines et l'augmentation de la dopamine lors des séances de tendresse favorisant la détente et l'état euphorique ; la relaxation grâce à la prévisibilité dans le comportement des animaux ; la détente musculaire et l'amélioration de la motricité ; l'encouragement vers une régularité et une structuration de la journée améliorant l'état général.

Pour revenir à la créativité et sa définition évoquée au début, il me paraît évident que le travail de thérapie par les animaux repose sur un système individualisé dans un environnement reconnu. De plus, le caractère à la fois actif et passif de la créativité se retrouve dans ce type de thérapie : je peux apprécier de manière passive les moments d'intimité en caressant le chien accompagnateur, ou en me laissant porter sur le dos du cheval - mais je peux également être actif en m'occupant de l'animal, en le nourrissant ou en le brossant, par exemple.

La pédopsychiatrie peut être vue comme une aide au développement lorsque l'on constate un retard émotionnel et social. Pousser le patient vers de nouvelles étapes et le soutenir dans son développement ont pour moi un aspect créatif évident. Ses progrès semblent, pour lui, être des découvertes ou nouveautés dans son évolution personnelle.

Les chiens et les chevaux accompagnateurs de thérapie deviennent alors des intermédiaires dans la créativité. Les évolutions dans ce type de thérapie m'évoquent les constatations faites par la recherche sur la créativité, définissant son processus par la dialectique entre la déstabilisation désorganisant la connaissance préalable et l'élaboration mettant de l'ordre, ainsi que l'alternance entre la discipline et la liberté.

Je constate toujours un consensus entre patient, thérapeute et animal, dans la quête du but fixé dans le cadre de la thérapie. Cela peut se traduire par exemple par l'exposition in vivo des patients souffrant d'anxiété ; ou par l'orientation vers un nouveau mode de pensée ou d'action moins déstabilisant pour les patients dépressifs et traumatisés, leur offrant plus de liberté en leur permettant de mieux fonctionner afin d'affronter le quotidien à l'école ou au travail, en famille ou avec des amis.

Les pédopsychiatres, les thérapeutes et parfois les pédiatres, ont besoin avec les enfants de plus d'instruments concrets dans le cadre du travail thérapeutique qu'avec les adultes. Plus l'enfant est jeune, plus il leur faut se détacher de la parole pour privilégier le « faire ensemble ». Ainsi on dessine, construit, joue ou fait de la musique.

Nous utilisons également ces méthodes classiques dans notre clinique. Mais l'expérience acquise par notre équipe thérapeutique lors de ces dix dernières années avec les chiens et les chevaux accompagnateurs de thérapie a donné à notre travail des impulsions nouvelles et déterminantes d'abord individuellement pour les patients, mais aussi dans l'évolution générale de notre clinique.

En tant qu'équipe thérapeutique, nous cherchons toujours à évoluer dans notre travail en créant en permanence grâce à la coopération des animaux. L'année dernière, nous avons mis en place le concept du groupe d'activité physique avec le chien, et nous avons aussi amené tous les patients dans une écurie dans le cadre d'un stage intensif. Cette période a été très éprouvante à la fois pour les hommes et les animaux. Mais dans la plupart des cas, elle a permis de faire des bonds en avant dans la maturité émotionnelle et les compétences sociales des patients. Enfin, nous planifions une future mise à contribution des chevaux dans le cadre de traitement intensif pour les interactions parent-enfant et les thérapies multifamiliales.

J'espère avoir pu aujourd'hui, par cette présentation, piquer votre curiosité face aux possibilités de la thérapie par les animaux dans le cadre de la pédopsychiatrie, mais aussi vous avoir démontré le caractère créatif (évident pour moi) de cette forme de thérapie.

Je vous remercie beaucoup pour votre attention.