

ENQUÊTE

Par Véronique Spring

Les thérapies assistées par l'animal (TAA)



Photo - Cyane Bire-Galing

Cette approche, appelée aussi médiation animale ou zoothérapie, trouve ses origines dans l'Antiquité, car les Anciens reconnaissaient les capacités de guérison des animaux.

En 1790, des lapins et des poulets étaient inclus dans les thérapies pour les malades mentaux.

En 1867, on avait recours à des animaux de ferme au centre pour épileptiques de Bethel (D).

Dans les années 60, le psychologue américain Boris Levinson fut le premier à décrire les bienfaits apportés par les animaux à ses patients (des enfants).

La science s'y est évidemment intéressée et a validé les différentes observations et études qui ont été faites à ce sujet.

Les principaux effets reconnus sont :

- impacts sur la santé mentale et émotionnelle des bénéficiaires
- baisse de l'anxiété et du stress
- meilleure communication et interactions sociales
- amélioration de l'estime de soi et de la confiance en soi
- diminution des douleurs - avec comme conséquence une baisse de la médication - et amélioration de la qualité de vie (ou de fin de vie)

En Suisse, il y a encore des réticences à laisser entrer des animaux en milieu carcéral (problèmes liés à la sécurité et évidemment au respect du bien-être et de l'intégrité de l'animal). Cela n'a pas empêché les établissements de la plaine de l'Orbe de se lancer, en 2023 dans une nouvelle expérience, celle d'accueillir Snatch un beagle faisant partie de l'association "Chiens de Coeur".

Ses visites régulières et interactions apportent beaucoup aux détenus : il n'est pas rare que leur parole se libère, qu'une meilleure communication s'instaure, que des souvenirs et des émotions soient partagés.

« Il nous regarde comme des êtres humains, et non comme des criminels, sans préjugés, sans jugement »¹.

Les thérapies assistées avec le cheval

J'ai choisi de me pencher davantage sur celles-ci pour cette enquête.

Elles comportent plusieurs axes :

- **L'hippothérapie** (prise en charge par l'AI) est principalement pratiquée par des physiothérapeutes qui utilisent le mouvement mécanique du cheval pour faire de la réadaptation lors de problèmes moteurs : équilibre, coordination, latéralisation à la suite à d'un AVC, un accident ou dans le cas d'infirmité motrice cérébrale par exemple.
- **L'équimotricité® ou psychomotricité accompagnée par le poney**
Cette méthode, qui concerne le développement psychomoteur global de l'enfant sera davantage centrée sur la coordination, l'équilibre, le tonus musculaire, la latéralisation et la motricité fine. Le travail s'effectue par binôme : un enfant monte, tandis que l'autre tient le poney. Tout en effectuant un parcours avec des postes spécifiques, les aspects psychomoteurs sont sollicités, ainsi que l'écoute de l'autre, la communication, la collaboration, le travail en équipe.
- **L'équithérapie** concerne aussi l'aspect corporel mais en se focalisant davantage sur le relationnel, le psychisme, l'émotionnel et la communication. Certaines assurances complémentaires prennent en charge ces traitements.
- **L'équicoaching** : cette approche de développement personnel et professionnel favorise la transformation individuelle grâce aux interactions entre le cheval et l'humain. Elle repose sur le postulat que les chevaux, qui sont des animaux sociaux sensibles et intuitifs, ont la capacité de révéler des aspects de notre personnalité, de notre comportement et de nos émotions que nous ne sommes pas toujours à même de percevoir (effet miroir).

Il est à noter que chaque thérapeute a sa manière d'aborder

Photo - Cyanne Bire-Galling

“ le CHUV s'est intéressé à plusieurs projets de thérapie assistée par animal, notamment en neuro-réhabilitation

l'accompagnement de l'humain avec le cheval, en fonction de sa sensibilité, de son propre parcours et de qui il est.

Fabienne Débieux (Le Crin d'Herbe) est une infirmière diplômée en équithérapie et formée en équimotricité qui a choisi d'allier son ancien métier à son amour pour les chevaux et la Nature. Elle reçoit chez elle à Ogens depuis dix ans des enfants atypiques de 6 à 16 ans ayant des troubles du neuro-développement (TDHA, troubles du spectre autistique TSA, troubles DYS ou ayant subi du harcèlement à l'école). Elle donne aussi des formations en zoothérapie.

Après 3 séances d'introduction, Fabienne donne un retour de ses premières observations aux parents, éducateurs ou adultes référents ainsi que des propositions de prise en charge en fonction des besoins de l'enfant et/ou des adultes qui l'entourent. Les parents peuvent assister la première fois. Ensuite Fabienne leur propose, sauf exception, de laisser l'espace à leur enfant.

Structurées de la même manière d'une fois à l'autre, les séances durent une heure. Elles sont ritualisées pour offrir un cadre sécurisant.

Elles ont lieu par tous les temps, mais leur contenu est adapté en fonction de la météo. Elles visent le moyen à long terme (de 6 mois à une année, voire 2-3 ans à raison d'une fois par semaine ou tous les 15 jours). Cela dépend de la problématique de l'enfant et des objectifs à atteindre.

La régularité est importante, mais Fabienne s'adapte aux disponibilités et possibilités budgétaires des parents.

Le bénéficiaire peut monter ou pas, choisir son cheval, être choisi par lui ou accepter celui que propose Fabienne. La majorité des enfants aime monter, mais pour certains d'entre eux, cela peut se révéler très angoissant (trop d'informations sensorielles à gérer, une sensation de flottement due à la perte de contact avec le sol).

L'enfant apprend les règles de sécurité, à lire les signaux donnés par l'animal et comment entrer en contact avec lui. Les hyperactifs apprennent à se calmer, à marcher pour éviter d'effrayer le cheval et de perturber l'activité.

Les thérapies assistées par l'animal

Les bénéfices constatés sont principalement :

- une meilleure concentration
- une amélioration de la confiance en soi, de l'affirmation de soi
- une meilleure régulation des émotions
- une meilleure perception de son corps qui est mieux habité
- un apaisement (enfant plus relaxé, moins anxieux).

Le défi consiste évidemment à parvenir à transposer tout ce qui a été acquis ici au quotidien (école, maison, ...).

Si Fabienne prend grand soin de ses bénéficiaires petits et grands, les chevaux ont également toute son attention. Il est important pour elle que non seulement leurs besoins de base soient satisfaits (nourriture à disposition, mouvement et présence de congénères), mais qu'ils puissent travailler chacun de manière équilibrée : deux séances maximum par jour par cheval avec minimum une heure de pause entre deux.

Claudio d'Alessio (Chevalliance) reçoit des êtres de 7 à 77 ans cabossés ou perdus ou qui ont de la peine à se projeter dans la vie.

Son travail peut parfois consister à aider des propriétaires blessés par leur chevaux ou qui ont eu un accident à cheval pour restaurer le lien et la confiance entre l'humain et l'animal.

Aimant ce qui est ouvert il ne tient pas à suivre de méthode précise. Son approche sensible et intuitive invite l'humain à traverser les difficultés auxquelles il est confronté, à se découvrir et à grandir à travers ses interactions avec les chevaux. Celles-ci vont oeuvrer sur tous les plans : physique, mental, émotionnel, énergétique et spirituel.

Depuis une dizaine d'années, il propose "des bains de troupeau" ou "bains de chevaux". Toutefois, suivant les besoins, il arrive qu'il ne travaille qu'avec un seul cheval.

Les équidés ne sont pas montés, car les rapports ne sont alors pas les mêmes (dominant-dominé).

En pénétrant dans le parc où les chevaux broutent en liberté, c'est une famille qu'on rencontre et qui choisit de se mettre au service de celui ou de celle qui est en demande.

Ce qui est particulièrement fascinant, c'est que chaque membre de cette famille vient parler d'une des facettes de la personne.

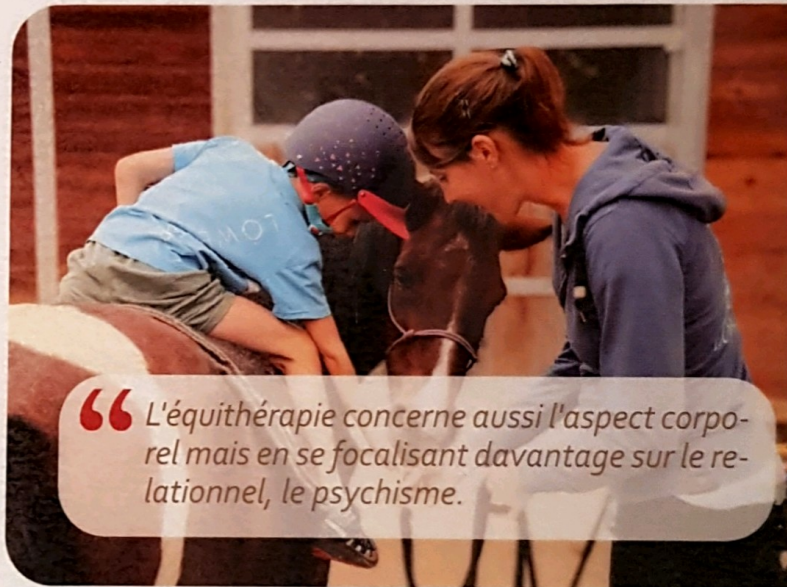
Il peut arriver qu'une partie du troupeau reste à part et ne désire pas participer. Claudio, qui les considère avec respect comme des partenaires à part entière, les laisse libres de venir ou non. Le cheval n'est jamais contraint. Ceux qui choisissent de collaborer s'impliquent totalement dans la séance.

Le rôle de Claudio consiste à observer ce qui se passe en écoutant à la fois son ressenti et son intuition. Il suit le mouvement, le flux, totalement immergé dans l'instant présent.

Il se définit comme un intermédiaire entre le quadrupède et l'humain, puisqu'il garantit à la fois la sécurité et le bien-être de l'un comme de l'autre.

Il transmet les messages du cheval par le décodage de son langage corporel, les interactions qu'il observe et les éléments plus subtils qu'il peut ressentir. Il accorde du crédit à ce que lui dit son partenaire à quatre pattes car celui-ci voit les failles que la personne ne peut ou ne veut voir.

Il met aussi des mots sur les maux ou nomme ce qu'il perçoit derrière des silences ou non-dits, toujours dans le respect et l'écoute de son vis-à-vis.



“ L'équithérapie concerne aussi l'aspect corporel mais en se focalisant davantage sur le relationnel, le psychisme.

Les séances durent généralement une heure, mais peuvent aller jusqu'à une heure et demie.

La première demande un peu de temps, non seulement pour que Claudio puisse cerner la problématique, comprendre le fonctionnement du demandeur, s'il y a une cohérence entre son langage verbal et corporel.

Il est essentiel que le courant passe pour qu'une suite soit envisageable.

Les rendez-vous espacés de trois semaines à un mois, permettent que le travail effectué (qui agit également sur les structures internes) soit intégré.

Certains êtres viennent 1-2 fois et un déclic s'étant produit, ils ne reviennent pas.

Les améliorations les plus frappantes concernent l'attitude de la personne face au monde. Ayant pris de l'assurance, elle ne lui tourne plus le dos.



Les bénéficiaires acquièrent un axe, ils apprennent à tenir debout, redescendent dans leur bassin, habitent mieux leur corps. Par leur positionnement interne, ils constatent qu'ils ont la capacité d'arrêter un cheval de 500 kgs. Ceux qui avaient perdu confiance en eux-mêmes comprennent ainsi qu'ils ont un réel impact et qu'ils ne sont donc pas rien.

Claudio accueille tout le monde, mais explique que tout le monde ne signifie pas n'importe qui. Il arrive que des gens soient désireux de participer, mais les chevaux ne veulent pas travailler avec eux. S'il se sent en danger (présence d'énergies lourdes, d'entités par exemple), le cheval peut adopter des comportements de fuite, de peur, voire devenir menaçant. Dans ce cas, il vaut mieux éviter de forcer les choses, afin d'assurer la sécurité de chacun. La personne sera alors réorientée vers d'autres thérapies.

Claudio propose également des formations avec le troupeau. Si quelques thérapeutes sont là pour acquérir un outil, la majorité des participants vient pour se découvrir à travers un véritable parcours initiatique.

Et le bien-être des animaux dans tout ça ?

Aucune de ces thérapies ne devrait se faire au détriment de l'animal qui doit pouvoir être totalement libre de choisir de se mettre ou non au service de l'humain. Il n'a pas à être contraint de quelque manière que ce soit.

Le médiateur a d'ailleurs une grande responsabilité envers son partenaire puisqu'il doit tout autant être à son écoute, veiller à son bien-être et au respect de son intégrité. L'humain, comme l'animal, sont ici sur pied d'égalité.

Dans ce contexte, la **delphinothérapie** pose de réelles questions. Les dauphins en captivité dans des bassins ne sont pas respectés sur le plan de leurs besoins de base.

Si de nombreux parcs ont fermé leurs portes en Europe, cette pratique continue dans des pays malheureusement moins regardants quant à la souffrance animale.

Les parents qui cherchent des solutions pour aider leur enfant ne sont évidemment pas forcément conscients de ce que cela implique. Toutefois il est temps que nous apprenions à avoir plus de respect et de gratitude envers le Vivant.

En conclusion

La technologie et le savoir-faire humain atteignent parfois des limites et c'est là que les animaux peuvent faire toute la différence. En nous acceptant tels que nous sommes, sans jugement, avec patience et bienveillance, ils nous permettent de réaliser que nous appartenons à quelque chose de plus grand. C'est parce qu'ils viennent réveiller certaines parties de nous encore en sommeil, qu'ils nous reconnectent à cette force de vie qui nous habite tous.

Merci au peuple animal pour son amour inconditionnel.
Un remerciement tout particulier à Fabienne Débieux et à Claudio d'Alessio pour le temps qu'il m'ont consacré.

Pour aller plus loin

- **Fabienne Débieux** : www.lecrindherbe.ch
- **Claudio d'Alessio** : www.chevalliance.ch
- **Peyo un cheval à l'hôpital** : Facebook : Les Sabots du Coeur - <https://lessabotsducoeur.org/>
- **USA : des prisonniers prennent soin de chiens abandonnés** : https://www.youtube.com/watch?v=xR4uBWizp_4&t=54s
- **Chiens de coeur** : <https://chiensdecoeur.ch/>
- **Snatch, le chien qui permet aux détenus de créer du lien social** : <https://chiensdecoeur.ch/wp-content/uploads/2023/06/Snatch.pdf>
- **L'animal en pédopsychiatrie Ani'mobile** : <https://www.hopitalduvalais.ch/lhopital-du-valais/actualites/en-detail/2025/3/18/zootherapie-une-nouvelle-approche-therapeutique-en-pedopsychiatrie>

Bibliographie

- *"Zoothérapie, le pouvoir thérapeutique des animaux"*, José Sarica en collaboration avec Nassera Zaïd, Arthaud, 2017
- *"Grand manuel de zoothérapie"*, sous la direction de François Beiger, les nouveaux chemins de la santé, Dunod, 2022
- *"Zoothérapie, une révolution dans le domaine du soin"*, Mélissa Snauwaert et Audrey Desrosiers, Guy Trédaniel, 2024

Formations

- **ASRZ Association Suisse Romande de Zoothérapie** : <https://www.asrz.ch/>
- **Zoothérapeute** : <https://www.ecoleagape.ch/>
- **ASTAC Association Suisse romande de Thérapie Avec le Cheval** : <https://www.therapiecheval.ch/>
- **Equimotricité©** : <http://www.equimotricite.com/>

Notes

1-Tiré d'un article publié en juin 2023 par Terre & Nature