

Médiation animale :

Soigner l'humain,

renouer

avec le Vivant

Les animaux ont des droits - le droit d'être protégés par l'homme,
le droit à la vie et à la multiplication de l'espèce, le droit à la liberté
et le droit de n'avoir aucune dette envers l'homme.

Luther Standing Bear



Réalisation Question Santé asbl - Service Education permanente

Texte Céline Teret/Question Santé

Graphisme Carine Simon/Question Santé

Remerciements Remerciements à : Bénédicte de Villers, docteure en philosophie, fondatrice de l'asbl Canimôme, coordinatrice du Certificat universitaire en médiation animale et relations à la nature (Université de Liège/ULiège) et directrice d'un centre de jour pour personnes en situation d'handicap mental (La Bastide, Bruxelles) ; Claire Diederich, docteure en sciences vétérinaires et professeure d'éthologie et de bien-être animal (Université de Namur/UNamur) ; Margot Godeau, éducatrice spécialisée et hippothérapeute (Equi'lien, Andenne) ; Laura Serenellini, psychologue et zoothérapeute (ANIMI Zoothérapie, Braine-le-Comte) ; Véronique Servais, psychologue, docteure en arts et sciences de la communication, professeure d'anthropologie de la communication et responsable du Certificat universitaire en médiation animale et relations à la nature (Université de Liège/ULiège) ; Anne-Dominique Rousseau, ancienne animatrice culturelle et hippothérapeute, aussi conseillère en médiation animale et administratrice de la Fédération de professionnels intervenant en médiation animale (AMAT-Belgium), pour leurs témoignages et constats de terrain.

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Editeur responsable Olivier Balzat – 72, rue du Viaduc – 1050 Bruxelles

D/2023/3543/3

De quoi on parle *ici* ? (Et de quoi on ne parle pas ?)

Santé mentale, handicap, social, éducation... Dans différents domaines, les pratiques associant l'animal ont le vent en poupe. Certaines ont des **objectifs thérapeutiques précis**, clairs et cadrés. D'autres ont des **visées plus ludiques et récréatives**, tout en participant aussi, à leur façon, au bien-être des personnes – enfants comme adultes – qui en bénéficient. Ce qui rejoint cet éventail de dispositifs ? L'idée d'une **relation d'aide et de soin via la rencontre entre un être humain et un animal, accompagnée par un·e intervenant·e en médiation animale**.

Empruntant des sentiers de traverse, ces pratiques en médiation animale souhaitent créer une relation qui permettra à l'être humain de cheminer vers un mieux-être. « Chic, un moyen un peu alternatif de (se) soigner ! », vous direz-vous ? Hop hop hop, ne nous précipitons pas ! Ce n'est pas si simple, vous le lirez. Et puis, surtout, si on prenait le temps de se décentrer un chouia et de penser ces pratiques au-delà de notre seul et unique bien-être à « nous », êtres humains. **Si on sortait de cette vision anthropocentrée**, comme on dit dans le jargon, à savoir « cette croyance que l'être humain serait l'entité la plus importante de notre univers » (Heu... vraiment ? « On » croit ça ?!). Et interrogeons-nous un instant...

Dans cette relation d'aide et de soin,
visant le bien-être humain,
quelle est la place du bien-être animal ?

Il s'agit bien là d'une invitation à faire un pas de côté. Et même, un pas plus loin encore...

Est-ce que ces pratiques participent à (re)créer du lien avec le vivant
à une époque où le contact humain avec la nature
a tendance à s'étioler ?

C'est sur ces questions-là qu'a émergé l'envie de réaliser la présente publication. Sur ces braises-là que nous avons soufflé pour alimenter le feu de nos réflexions. Et pour nourrir ces réflexions, les étayer et les confronter, nous aurions bien voulu donner la parole aux principaux concernés : les animaux. Mais ça n'a pas été possible, vous comprendrez aisément pourquoi.

Alors, nous nous sommes tournés vers des personnes qui côtoient souvent les animaux, des **personnes pour qui le contact à l'animal est une passion, des personnes qui ont inscrit la médiation animale et le bien-être animal au cœur de leurs pratiques professionnelles**. Il s'agit de praticiennes de terrain, spécialisées en hippothérapie, zoothérapie et/ou médiation animale, et par ailleurs psychologues, éducatrices et/ou animatrices. Il s'agit aussi d'académiques : une professeure en anthropologie de la communication, une autre en éthologie (à savoir : la science des comportements des espèces animales dans leur milieu naturel) et bien-être animal, ainsi qu'une philosophe aux casquettes multiples, proches de la médiation animale. Certaines d'entre elles sont également impliquées dans le Certificat universitaire en médiation animale et relations à la nature de l'ULiège.

Vous le constaterez, toutes les personnes qui ont partagé leur parole ici sont des femmes. A l'image de ce secteur de la médiation animale, porté essentiellement par des femmes. Et à l'image, également, des métiers du *care*, donc ces infirmières, aides-soignantes, assistantes sociales, institutrices... qui « prennent soin » des personnes (mais qui peinent à être reconnues et valorisées à leur juste valeur).

(Prendre soin de l'être humain, prendre soin de l'animal...
des enjeux au cœur des questions de genre ?)

Tel n'est pas l'objet de la présente publication (d'où l'utilisation des parenthèses), mais puisque cette question ne sera pas abordée dans les pages qui suivent, nous la déposons ici, histoire de vous titiller un peu... Nous vous laissons le loisir de cogiter sur le sujet ou non.

Parenthèse refermée, entrons dans le vif du sujet...

Un animal, c'est bon pour la santé !

La présence des animaux fait du bien aux êtres humains. C'est le cas depuis bien longtemps, mais depuis un demi-siècle, pléthore d'études fleurissent sur le sujet. Des études qui démontrent qu'avoir à ses côtés **un animal de compagnie** améliore la santé, physique et mentale. Posséder un chien, par exemple, favorise l'activité physique, stimule le système immunitaire, réduit les risques de maladies cardiovasculaires et allonge la durée de vie. Caresser son animal de compagnie baisse la tension artérielle, diminue le niveau de cortisol, l'hormone liée au stress, et augmente l'ocytocine, l'hormone de l'attachement¹. On parle d'ailleurs de « ronronthérapie » lorsque le ronronnement d'un chat permet à une personne de s'apaiser, de se relaxer. Ce qui a donné lieu à l'ouverture de nombreux « bars à chats » à travers le monde (en Belgique aussi : à Charleroi, Liège, Namur, Bruxelles, La Louvière), des endroits où il est possible de boire un café tout en profitant de la présence de chats et, si un lien se crée, d'en adopter un.

Spécialiste en éthologie et bien-être animal, Claire Diederich revient sur certaines de ces études : *« Les premières études datent des années 80 et les publications scientifiques ont fortement augmenté ces vingt dernières années. Elles montrent que les gens font état de relaxation, de détente, de bien-être, en présence d'un animal. A aussi été démontré le fait que les personnes souffrant des problèmes cardiovasculaires avaient moins besoin de médicaments et se remettaient plus vite si elles possédaient un animal. Quant aux études sur la libération du neuromédiateur ocytocine en présence d'un animal, elles ont permis de mettre en évidence que des liens se créent comme entre êtres humains, que des comportements pro-sociaux peuvent aussi être orientés vers le vivant. »*

Il est également démontré que prendre soin et être responsable d'un animal, c'est valorisant. Ou, avec les mots de Véronique Servais, psychologue et professeure d'anthropologie de la communication : *« La possibilité de prendre soin d'un autre être, c'est réaffirmer son humanité. »* Avoir un animal de compagnie atténue aussi le sentiment de solitude.

Les **animaux sauvages**, eux aussi, nous feraient du bien. Un exemple parmi tant d'autres : récemment, des chercheurs d'une université allemande ont démontré qu'écouter les oiseaux chanter réduit l'anxiété, la paranoïa et les pensées irrationnelles. Ce n'est pas tout : regarder les mésanges, rougegorges, buses et autres petits et grands oiseaux serait également bon pour la santé mentale².

En quoi les animaux de compagnie et sauvages
ont un impact positif sur notre santé ?

Covid ou la ruée vers les animaux de compagnie

Durant la période de pandémie Covid, l'adoption d'animaux de compagnie a explosé. Avoir un chat à ses côtés pour briser la solitude et apaiser son stress, se balader avec son chien pour casser la routine et se changer les idées. Mais il y a aussi eu un revers à la médaille de cet engouement, au détriment du bien-être animal. Outre le fait que les trafics d'animaux ont augmenté, beaucoup de personnes n'avaient pas conscience de ce que cela impliquerait d'avoir un animal chez soi et de s'en occuper. Résultat : après la pandémie, nombre d'animaux de compagnie ont été abandonnés³. Par ailleurs, les animaux de compagnie - et avec eux, l'offre de nourriture et d'accessoires en tout genre - représentent un véritable business, aux profits juteux.

Qu'est-ce que cela implique d'avoir un chat,
un chien, un canari, un poisson rouge ?

A qui profite le business des animaux de compagnie ?





Un chien pour soigner... Heu, vraiment, docteur ?

Dans un cadre thérapeutique aussi, les bienfaits procurés aux patients au contact d'animaux ont fait l'objet de multiples expériences et études à travers l'histoire. *« De façon assez spontanée et naturelle, il y a toujours eu des expériences de soin et des lieux de soin qui ont compris l'importance de la nature et de la présence d'animaux pour les êtres humains. On a des témoignages de ça depuis l'Antiquité »*, souligne Bénédicte de Villers, philosophe passionnée par la médiation animale.

Quelques exemples. Au 18^e siècle, l'Anglais William Tuke confie des lapins et des volailles à des personnes en situation de handicap mental, y voyant là tous les bénéfices possibles sur la concentration, le sentiment de responsabilité et les capacités sociales. Également Anglaise, l'infirmière Florence Nightingale introduit des animaux – entre autres, une tortue – dans les hôpitaux, constatant que ces êtres vivants sont des facteurs de guérison. Dans les années 50, aux États Unis, Boris Levinson, psychologue et professeur en psychiatrie, trace les contours des premières thérapies assistées par l'animal... un peu par hasard. Lors d'une consultation dans son cabinet, Levinson remarque en effet qu'un enfant autiste, avec qui il n'arrive pas à entrer en relation, s'ouvre et se met à communiquer grâce à la présence fortuite du chien du thérapeute dans la pièce⁴. Depuis lors, la présence d'animaux dans un cadre thérapeutique fait ses preuves et est parfois utilisée en complément de soins traditionnels, permettant par exemple de réduire les traitements d'antidépresseurs grâce à leur effet d'apaisement.

Soigner les êtres humains par la présence des animaux, l'idée ne date donc pas d'hier, mais ces deux dernières décennies, il semblerait qu'elle suscite un regain de curiosité et d'intérêt. **Zoothérapie, thérapie assistée par l'animal, interventions assistées par l'animal, médiation animale...** Une multitude de pratiques fleurissent çà et là, au point qu'aujourd'hui, il est parfois difficile de s'y retrouver dans toutes ces pratiques ! Au point aussi que, dans le secteur, les praticien·nes de

terrain s'inquiètent parfois de la tournure que pourrait ou peut prendre cet effet de mode. D'autant que, pour l'heure, le secteur est peu réglementé et l'accès à la profession libre. Donc, qui veut peut se prétendre zoothérapeute ou intervenant·e en médiation animale. Des dérives sont donc possibles...

La notion de *zoothérapie* puise ses origines dans le monde anglophone. Elle a souvent pour synonyme la *thérapie assistée par l'animal*. Quant à l'appellation médiation animale, elle est plus récente et utilisée dans les pays francophones. Elle est aussi plus englobante : elle permet de rassembler autour d'un même terme différentes pratiques, assez disparates, mais qui ont en commun d'être des pratiques associant des animaux à une démarche d'aide et/ou de soins.⁵

« Je préfère l'appellation médiation animale de par son ouverture et la pluralité des activités et de pratiques très hétérogènes qu'elle induit. Que ce soit quelqu'un qui vienne faire la lecture à des enfants dans une bibliothèque accompagné d'un chien, ou un thérapeute qui reçoit dans son cabinet avec des chats, ou une visite à la ferme avec un groupe d'enfants en situation de handicap, pour moi, tout cela entre dans le champ de la médiation animale. J'aime aussi l'idée que ces dispositifs permettent au thérapeute d'être inventif et de co-construire un chemin digne d'intérêt autant avec l'animal qu'avec le patient. » (Bénédicte de Villers, philosophe)

Peut-on dire que l'animal
« soigne »
l'être humain ?

Thérapie ? Bien-être ?

Rencontre !

Pour tenter de différencier ces pratiques, on va plutôt explorer les objectifs poursuivis lors du dispositif de médiation. Deux champs d'action⁶ se dessinent alors :

- **les thérapies associant les animaux**, pour lesquelles il y a une demande d'acte thérapeutique et des objectifs d'intervention thérapeutiques, précis et définis à l'avance, en collaboration avec une équipe de soins ;
- **les activités associant les animaux**, dont les objectifs sont ludiques et créatifs, même si elles peuvent avoir, in fine, des effets thérapeutiques non prévus et participer au bien-être de la personne.

Mais les « effets thérapeutiques » de la médiation animale restent sujets à débat dans le secteur, tant ils sont difficilement mesurables :

« Est-ce thérapeutique ? Il y a une cristallisation autour de cette question. La difficulté, c'est aussi qu'on peut difficilement dire à l'avance si ça sera thérapeutique ou pas... » (Véronique Servais, psychologue et professeure d'anthropologie de la communication)

« Pendant longtemps, on a essayé d'objectiver l'effet thérapeutique des animaux comme si les animaux eux-mêmes, presque de façon causaliste, allaient produire un effet de détente, de relaxation, antidépressif. En parlant de médiation animale, plutôt que de zoothérapie ou de thérapie par l'animal, on ne fait pas peser exclusivement sur l'animal ce pouvoir d'être thérapeutique. On n'attend pas de lui cette action de guérir l'âme humaine à l'endroit où elle est blessée. En médiation animale, on est loin des protocoles standardisés, on est dans de la création d'espaces de collaboration instaurés avec des animaux qui tracent des chemins de découvertes. » (Bénédicte de Villers, philosophe)

Hippothérapeute fraîchement à la retraite, Anne-Dominique Rousseau est également formée à la médiation animale et superviseuse dans ce domaine. Elle adopte, elle aussi, plus facilement le terme de médiation animale, « *moins équivoque* » et « *plus général* », selon elle. « *Ce terme parle mieux de ce qui se passe : une médiation. La médiation animale n'est pas forcément une thérapie, et peut relever du bien-être, du développement personnel.* »

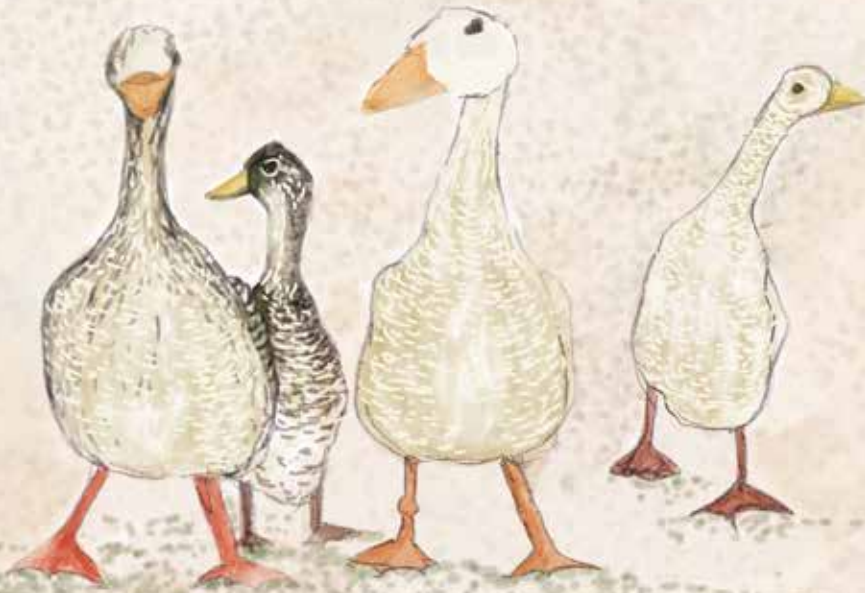
Aussi diversifiées soient-elles, les pratiques de médiation animale ont ceci en commun qu'elles **mettent en relation**, qu'elles **favorisent la rencontre entre trois êtres**. Dans le milieu, on parle d'ailleurs de « relation triadique » (concept proposé par Véronique Servais) entre :

- **un animal** : chiens (cynothérapie) et chevaux (hippothérapie) le plus souvent, mais aussi chats, lapins, hamsters, ânes, poules... Des animaux domestiques - jamais sauvages - et familiarisés avec ce genre de pratique.
- **un·e participant·e** (ou bénéficiaire, usager, patient...) : un public large, enfant, adolescent ou adulte, mais le plus souvent des personnes en situation de handicap mental ou physique, en souffrance psychologique, en difficulté sociale, en dépression, en burn-out... Que ce soit dans le cadre d'un accompagnement en individuel ou collectif, au travers d'une démarche privée/familiale ou via une institution (centre de jour, d'hébergement, hôpital, maison de repos, école...).
- **et un·e intervenant·e** (ou référent·e, thérapeute, zoothérapeute...) formé·e en médiation animale ou toute pratique de thérapie assistée par un animal. Si l'intervention s'inscrit dans un cadre et des objectifs thérapeutiques, l'intervenant·e disposera également d'une formation de base dans le domaine psycho-médico-social (psychologue, psychothérapeute, kinésithérapeute, ergothérapeute, infirmier·e, psychomotricien·ne, éducateur·trice spécialisé·e). Lorsque la pratique a un objectif davantage récréatif, ces référent·es sont souvent issues du secteur de l'animation, de l'éducation ou du coaching.

Dans cette rencontre, on dit souvent que l'animal est le médiateur, le relai. A cette définition de base, Véronique Servais - qui, rappelons-le, coordonne le Certificat universitaire en médiation animale et relations à la nature - préfère ce qu'elle qualifie de « définition forte » : « *La médiation animale est un système vivant qui met en relation* ».

Quelle différence y a-t-il entre une thérapie
et une activité associant l'animal ?

Les effets thérapeutiques de la médiation animale
sont-ils mesurables et prévisibles ?



Un métier difficile, aux contours flous

« C'est un métier difficile d'être médiateur animal, tient à souligner Bénédicte de Villers, qui accompagne et forme les professionnel·les de ce secteur. Pour une heure d'activité avec les animaux, il y a beaucoup de travail derrière. Il faut aussi faire face aux exigences des institutions et des parents. Parfois en institution, l'équipe est soutenante, mais parfois aussi les éducateurs ne s'investissent pas. L'intervenant se sent alors très seul. C'est donc important de faire reconnaître que c'est un vrai métier et que cela nécessite une formation longue. »

L'AMAT Belgium⁷, fédération des professionnels intervenant en médiation animale, œuvre pour plus de reconnaissance de ce secteur. Anne-Dominique Rousseau, qui en est administratrice, rappelle elle aussi que la médiation animale ne s'arrête pas aux seules séances. Il y a le quotidien avec les animaux, avant et après la séance... et même bien au-delà. Les animaux « retraités », notamment : comment continuer à assurer leurs besoins fondamentaux et leur bien-être quand ils ne « rapportent » plus ? Qui les prend en charge ? Autre question fondamentale : le remboursement de ces séances de médiation animale. Pour l'instant, rien. Sauf, si la médiation animale est assurée par un·e thérapeute conventionné·e (psychologue, kiné...) ou si on parvient à la glisser dans la case « thérapies alternatives » proposée par certaines mutuelles. *« De plus en plus de médecins prescrivent des séances de médiation animale aux enfants et ados, alors qu'il n'y a pas encore de reconnaissance INAMI pour ce secteur »*, déplore Anne-Dominique Rousseau. Qui plus est, qui dit pas de reconnaissance, dit aussi manque d'accès à la médiation animale pour les personnes disposant de peu de moyens. Et risque de creuser les inégalités sociales en santé...

La médiation animale est-elle
suffisamment reconnue dans notre société ?

Quelle aide aux professionnel·les
et aux bénéficiaires pour y avoir accès ?



Quand *l'animal* pose un *autre* regard sur l'humain

On l'a dit, le contact avec les animaux et à la nature procure des bienfaits sur la santé humaine. Educateur à HAIM asbl, un organisme de soutien et de services aux personnes handicapées à Andenne, Guillaume évoque quelques-uns des **bénéfices constatés** sur les résidents participant une fois par semaine aux séances d'hippothérapie proposées par Margot Godeau : *« Il y a les aspects rééducation et kiné, en marchant sur le sable aux côtés du cheval, en brossant l'animal... Se coucher sur le cheval, ressentir sa chaleur corporelle, ça les relaxe. Ces séances leur permettent aussi de sortir, d'être dehors, de s'oxygéner. »* Les bienfaits du **cadre naturel**, Laura Serenellini les constate elle aussi : *« Rien qu'être dehors, observer la nature, regarder les animaux, même de loin si on n'est pas à l'aise, c'est déjà bénéfique. Le contact avec la nature, ça amène l'apaisement, c'est prouvé au niveau neurologique. »*

Parmi les effets positifs observés sur différents publics au cours de sa carrière d'hippothérapeute, Anne-Dominique Rousseau parle entre autres de *« détente physique et mentale »*, de *« réactivation de la capacité d'entrer en relation avec d'autres personnes »*, de *« développement de la confiance en soi, de l'attention à l'autre et de l'écoute »*, ou encore *« d'accès à des souvenirs, à revoir, redire sa propre histoire. »*

Mais d'autres pratiques thérapeutiques, passant par l'art, la musique ou le mouvement, par exemple, peuvent aussi contribuer à se mouvoir et travailler la conscience du corps, à développer estime de soi et relation aux autres, à favoriser mieux-être et bien-être de la personne...

Alors, pourquoi passer par l'animal pour se soigner ?

Qu'est-ce que l'animal apporte de « plus » ?

Quelle est sa spécificité ?

En quoi est-ce différent d'une interaction avec un être humain ?

Je sais comment faire une

cabane dans les arbres.

Je pourrais t'apprendre...

Si tu avais la patience...



« Il y a plein de réponses possibles à ces questions-là, lance d'emblée Véronique Servais de l'ULiège. Moi je crois que ça change la façon dont on s'expérimente soi-même comme vivant. On est sur un registre affectif, émotionnel, intellectuel, complètement différent d'une interaction avec un humain. Le rapport aux animaux **redonne le sentiment d'être vivant**. Il y a une sorte de réanimation, quelque chose qui est revivifié, remis en route. Ça réveille, ça remobilise plein de dimensions de soi qui peuvent être laissées de côté. On expérimente aussi le fait **d'être en relation sans enjeux**. On peut donc être pleinement dans la relation. Il y a quelque chose de l'ordre de l'animal à qui on peut faire confiance, qui ne trahit pas. **Le corps et le toucher, le contact et l'intime**, apportent également une dimension de réassurance, de réconfort, que seul un animal peut apporter. Un professionnel de la santé va très rarement prendre un patient dans ses bras, le cajoler. L'animal permet ça. Ça ouvre plein de pistes possibles, de portes qui restent fermées tant qu'on reste dans une interaction purement humaine. Il y a aussi l'accordage des corps, des rythmes entre l'animal et l'humain. Cet **accordage kinésique** est unique, il se produit plus difficilement avec un interlocuteur humain. »

Ce contact peau à peau avec l'animal qu'on ne peut reproduire dans d'autres dispositifs thérapeutiques, la zoothérapeute Laura Serenellini en parle également : « L'animal apporte par sa chaleur, par le toucher physique et le toucher du cœur. Il se rend aussi disponible pour nous. L'humain verbalise, il est beaucoup dans la parole et en oublie son corps. Cette déconnexion entre le mental et le corps est d'ailleurs à l'origine de beaucoup de pathologies et de situations à problèmes qu'on rencontre. L'animal, lui, fonctionne dans l'authenticité, sa pensée et son corps sont liés. »

Véronique Servais – et elle n'est pas la seule – évoque aussi le regard différent apporté par l'animal : « Par le regard qu'il porte, l'animal offre **la possibilité d'être une personne différente**. Le point de vue de l'animal a d'autres références que les références humaines, du thérapeute, de l'éducateur... Donc ça ouvre des possibles qui ne seraient sans doute pas du tout ouverts s'il n'y avait que des humains. Pour cela, évidemment, il faut considérer que les animaux ont une subjectivité, un regard qui est le leur, et accepter de se voir vu par les animaux... »

Non loin de cette idée, celle de l'animal **non jugeant** : « *L'animal ne va pas s'arrêter à l'apparence, poursuit Laura Serenellini. Ce qui compte pour lui, c'est l'interaction avec la personne et pas le milieu de vie ou la culture de la personne. Il accepte le handicap, la difformité. Il ne va pas s'arrêter aux critères d'apparence, il va voir ce qui est en profondeur. La magie de l'animal, c'est aussi qu'il perçoit des choses que nous, thérapeutes, on ne perçoit pas.* »

Quant à la philosophe Bénédicte de Villers, elle parle d'opportunité de coconstruire la relation de soin : « *C'est une façon de concevoir autrement le soin, de mettre en évidence que ce n'est pas "Moi, soignant, qui vais te faire du bien à toi, patient, parce que je sais ce qui est bon pour toi". On fait ensemble en se laissant surprendre par ce que l'altérité animale va pouvoir apporter, dans l'ici et maintenant de la rencontre.* »

Un **ici et maintenant** souvent relaté, d'ailleurs : « *Les compétences relationnelles sont travaillées dans l'ici et maintenant de la mise en relation, avec tout ce que ça comporte d'émotions, de peurs..., explique encore Véronique Servais. On n'en parle pas en théorie, c'est expérimenté, c'est dans la mise en relation directe. Et ça, c'est impossible à faire en situation thérapeutique, où on est souvent dans l'analyse, dans la narration, dans le discours, de choses qui se sont produites ou qui devraient se produire. Ici, on est dans le moment.* »

Et pour conclure : « *La liste est donc très longue ! Je pense qu'il y a énormément de spécificités, qui ne sont pas nécessairement mobilisées toutes à chaque fois, mais qui selon le travail qu'on va faire avec l'animal, vont pouvoir entrer dans l'équation.* »

De l'animal *partenaire*... au *bien-être* animal

Mais ne nous y trompons pas : « *Les animaux ne sont pas des thérapeutes, c'est la relation qui soigne* », comme le souligne l'hippotherapeute Anne-Dominique Rousseau. Et dans cette relation, l'animal ne peut être considéré comme un outil, comme un instrument au service du patient et du thérapeute. **L'animal est un partenaire.** C'est en tout cas le parti pris par la plupart des praticien·nes de la médiation animale (alors que d'autres considèrent leurs animaux comme des outils et les traitent comme tels au détriment du bien-être animal, ce qui suscite inquiétude et mécontentement dans le secteur).

Audrey Desrosiers, zoothérapeute québécoise et autrice de l'ouvrage *Au bout du museau : La révolution zoothérapeutique*, le partage en ces mots : « *L'animal en zoothérapie n'est pas un accessoire, il n'est pas un objet. L'animal en zoothérapie est une alliance qu'on fait avec le vivant. C'est cette alliance là qu'il faut respecter et honorer, qui va faire que c'est aussi thérapeutique.* »⁸ Autrement dit par l'hippotherapeute Margot Godeau : « *Si l'animal ne va pas bien, ça ne marchera pas !* »

La question du **bien-être animal** est donc un enjeu fondamental niché au cœur des pratiques de médiation animale. Le bien-être animal induit aussi bien l'état physique que mental ressenti par l'animal. En somme et en toute logique, pour qu'il soit disponible dans la relation, l'animal doit être bien dans sa tête et bien dans son corps. Et pour ce faire, ses besoins physiologiques (nourriture, sommeil, logis...) et comportementaux doivent être comblés au quotidien.

Au sein de son centre, Laura Serenellini travaille avec une équipe composée d'une ribambelle d'animaux : chiens, chevaux, chats, poules, canards, cochons d'Inde... « *Mes animaux sont mes partenaires. Je les connais bien. Chacun a sa personnalité. Ils sont aussi influencés par leurs hormones, leur biologie, leur environnement... Il y a un suivi vétérinaire, je veille à leurs besoins, je m'adapte pour que leur environnement soit le plus agréable possible pour répondre à leurs besoins, même s'ils ne sont pas en liberté totale.* »

« Pour que les chevaux aident au mieux les autres, il faut qu'ils soient bien eux-mêmes. Je les considère comme mon égal. Et à force de les connaître, on sait quels sont leurs points de stress, émotionnels et physiques », souligne Margot Godeau. Cette hippothérapeute, passionnée par les chevaux depuis sa plus tendre enfance, a plusieurs cordes à son arc pour veiller au bien-être des chevaux et poneys. Elle s'est en effet formée à l'équimotricité, à la communication animale, au shiatsu équin et au reiki animal. « Si ces types de soins peuvent faire du bien aux humains, ça peut faire du bien aux animaux aussi. Les animaux nous apportent tellement qu'il faut pouvoir le leur rendre. »

Dans les pratiques de médiation animale,
quelle place au bien-être animal ?

Comment éviter que l'animal
ne soit un instrument, un outil thérapeutique ?



Liberté, consentement, adaptation

Allergies dues aux animaux, gestes de sécurité... Une série d'éléments doivent être pris en compte par les intervenant·es en médiation animale afin de prévenir et limiter les potentiels risques encourus par les participant·es en présence des animaux. Mais qu'en est-il pour les animaux ?

Par exemple, « *peut-on dire que les animaux sont stressés par ces pratiques ?*, s'interroge Claire Diederich, spécialiste en bien-être animal. *Oui, pour certains. Il y a certaines contraintes physiques et psychologiques qui peuvent peser sur les animaux. Par conséquent, il est essentiel que les intervenants en médiation animale connaissent bien leurs animaux et soient suffisamment informés et formés pour pouvoir détecter les signaux d'inconfort, parfois très subtils, des animaux.* »

Outre son bien-être au quotidien, une série de points d'attention sont portés à l'animal lors de la séance de médiation animale. « *Pour que l'animal ne soit pas un outil, il faut laisser dans la séance la place à ses comportements naturels, à l'expression de ses besoins, de sa curiosité* », souligne Anne-Dominique Rousseau. Pour l'hippotherapeute, il est en effet important que durant la séance « *l'animal puisse exprimer qui il est* » et qu'il y ait « *des espaces pour ses propositions à lui* ».

Il s'agit donc de créer un « *espace de collaboration* », suggère Bénédicte de Villers, qui le décrit comme étant un espace où « *on respecte les libertés de chacun et où on s'adapte. Si je veux pousser le chien vers cet enfant pour qu'il communique, je pousse tout le monde et je force, je ne fais pas quelque chose d'intéressant et je ne serai certainement pas thérapeutique...* »

Dans cet espace-là, **le consentement tant des participant·es que des animaux est donc de mise**. Pas de médiation animale si le ou la participant·e ne le souhaite pas. Pas de médiation animale non plus, si l'animal ne le souhaite pas. Pour les praticiennes de terrain, cela fait partie des fondamentaux. « *Il faut être à l'écoute de la personne et du cheval. Si l'un ou l'autre ne veut pas, je ne force pas* », partage Margot Godeau, qui, à côté d'une activité de séances « classiques » d'hippothérapie, propose aussi des visites en maisons de repos et autres institutions avec ses mini-poneys.

Lorsque l'animal n'a pas envie d'interagir, l'idée est de lui donner la possibilité de contrôler la situation et, s'il le souhaite, de se retirer de l'interaction. En somme, donner le choix à l'animal de participer ou pas. **C'est dans cette liberté-là que se situe aussi le respect du bien-être de l'animal.** Claire Diedrich en parle : « *Certaines pratiques se font avec des animaux en totale liberté, mais d'autres se font avec des animaux dont les mouvements sont limités. Le cheval est tenu en longe, le chien en laisse... Si l'animal trouve que cette situation lui provoque une contrainte, comment va-t-il rendre la situation moins pénible ? En essayant de s'y soustraire.* » Idéalement, les dispositifs de médiation animale doivent donc prévoir « *des zones de repli, une porte de sortie, de façon à ce que l'animal puisse aller récupérer ou ne pas y aller* », poursuit Bénédicte de Villers.

On l'aura compris, les pratiques associant les animaux nécessitent de faire preuve de souplesse, d'adaptation et de créativité. « *Dans un contexte d'hippothérapie, les objectifs thérapeutiques fixés au départ peuvent être revus et adaptés en cours de route. On en discute ensemble, avec les équipes éducatives et de soins, avec la personne ou sa famille. Il faut savoir tout le temps se remettre en question. D'autant que les attentes de départ peuvent aussi évoluer avec l'animal, tant la personne se découvre autrement à son contact.* » (Margot Godeau)

Travailler avec plusieurs animaux afin d'avoir une alternative à portée de main. Prévoir des temps de pause. Limiter la durée et la fréquence des interactions. Et après la séance, prévoir un moment pour que les animaux puissent « *évacuer leurs tensions car ils prennent au niveau émotionnel* » (Anne-Dominique Rousseau). Et parfois aussi, décider d'annuler une séance (et donc, pour celles et ceux dont c'est le métier, de perdre des rentrées financières), « *parce que l'animal n'a pas envie ou est souffrant* » (Laura Serenellini). Autant de **stratégies d'adaptation** pour les intervenant·es en médiation animale afin de respecter le bien-être de leurs partenaires animaliers.

Quels sont les points de vigilance pour respecter à la fois
Le bien-être animal et
Le bien-être humain dans la relation ?

En quoi peut-on parler de « consentement »
pour l'humain mais aussi pour l'animal ?

Au tribunal, des chiens de confiance

Récemment, les procès des attentats de Paris et de Bruxelles ont projeté sur le devant de la scène des dispositifs de soutien aux victimes hors du commun : le recours aux chiens d'audience. Présents lors d'auditions, dans les tribunaux ou les commissariats, ces chiens de justice, aussi appelés « chiens de confiance », accompagnent les victimes (ou les prévenues) pour les aider à surmonter l'épreuve difficile du témoignage. La médiation animale, une nouvelle niche dont s'est emparé le secteur de la justice. Ces chiens peuvent apporter un réel soutien aux personnes, enfants ou adultes, mais ils sont aussi de véritables capteurs d'émotions négatives. Il est donc essentiel que les signaux d'inconfort des chiens de justice soient identifiés (d'où la présence indispensable de leur maître), qu'ils puissent disposer de moments de pause et de repos... Bref, que leur bien-être à eux figure aussi au sein du dispositif.

Les chiens de justice pour aider les victimes,
mais qu'en est-il de leur bien-être ?



Ni baguette magique, ni panacée

Si les thérapies et activités associant les animaux font de plus en plus parler d'elles, elles n'ont pas réponse à tous les maux. Tout d'abord, parce que parfois la médiation animale peut développer des comportements inattendus, bien loin des souhaits initiaux. Anne-Dominique Rousseau en énumère quelques-uns : *« Une sortie d'émotions négatives, le développement de la résistance et de l'opposition, ou encore des problèmes physiques, dus aux risques de chute, blessure ou allergie. »*

Par ailleurs, des **attentes de départ trop importantes** donnent lieu à des déceptions, comme l'explique la psychologue et zoothérapeute Laura Serenellini : *« Les gens viennent avec cette attente de la baguette magique. Souvent, les personnes arrivent chez moi en mode "dernier recours", parce que la "méthode classique" de la psychologie et les médicaments, ça n'a pas fonctionné. Mais moi, je ne peux pas garantir que la thérapie associant l'animal fonctionnera davantage, ça dépend de beaucoup de facteurs, notamment du bénéficiaire lui-même. Cette pratique ne correspond pas toujours à ce dont le patient a besoin. »* Et si ça ne correspond pas, Laura Serenellini explique avoir recours à d'autres outils : la musique, le théâtre, le mouvement...

« Il y a parfois beaucoup trop d'attentes de la part des familles ou des personnes elles-mêmes, constate également Margot Godeau. Le cheval n'est pas un animal magique. Il faut être patient et ne pas chercher à obtenir absolument des résultats immédiats. Les effets, c'est vraiment au cas par cas. Parfois, on n'atteint pas les effets attendus, les objectifs fixés. Il faut aussi que la famille soit impliquée dans le processus et que la personne le veuille. » Et autre agent facilitant : la collaboration active des équipes institutionnelles - maisons de repos, hôpitaux, centres du secteur du handicap, écoles...

Véronique Servais en parle, elle aussi : *« Comme il y a beaucoup de récits miraculeux qui circulent – car il y a des rencontres miraculeuses, ça arrive (le gamin qui n'a jamais parlé et qui se met à parler, par exemple), beaucoup de gens s'attendent à des miracles. Or, il se peut qu'il ne se passe rien.*

Et parfois, même quand il ne se passe rien en apparence, il peut se passer beaucoup, en fait, dans ce qui est vécu, expérimenté... Mais ce n'est pas quelque chose de spectaculaire, contrairement à ce que les médias mettent parfois en avant. »

En quoi la médiation animale n'est pas une thérapie miracle ?
Faut-il fonder tous ses espoirs
dans les pratiques thérapeutiques associant l'animal ?



Animal *chéri*, animal banni...

Cherchez l'ambivalence

Ces deux dernières décennies, le rapport à l'animal et le bien-être animal brillent davantage dans le regard sociétal. Véronique Servais qui, au début de sa carrière, avait le sentiment que ces sujets étaient « *disqualifiés* », voire considérés comme des « *trucs de mémés à chiens* », perçoit des avancées. « *Aujourd'hui on a le droit de dire qu'on se préoccupe du bien-être animal sans qu'on vous rie au nez. Il y a 15 ans d'ici, c'était considéré comme de la sensiblerie. Il y a un changement sociétal important.* »

Bénédicte De Villers le constate aussi : « *Ces 20 dernières années, le secteur de la médiation animale s'est déployé... C'est un phénomène global que cette attention au bien-être des animaux et à la façon dont on les éduque, moins dans la contrainte et davantage dans la confiance. Aujourd'hui, on envisage beaucoup plus un bien-être global de l'animal : des conditions d'hébergement, des façons de répondre à ses besoins, mais aussi de respecter ses libertés et ses besoins cognitifs, de relations sociales, d'espace...* »

Le bien-être animal a également pris du galon sur le terrain législatif, en témoignent les récents codes du bien-être animal adoptés par les régions bruxelloise et wallonne, notamment. En Belgique et dans d'autres pays, une série de mesures sont prises pour davantage protéger les animaux de compagnie, de cirque, d'élevage... Anne-Dominique Rousseau tempère néanmoins : « *Il y a d'un côté de grosses avancées au niveau du statut de l'animal, considéré comme un être sensible. Les législations, les mentalités et la sensibilité générale évoluent. Mais, d'un autre côté, de puissants lobbies gardent la main, soit au niveau politique, soit économique. Les mondes du sport de haut niveau et de l'agro-alimentaire continuent leur fuite en avant, avec des pratiques délétères mais qui rapportent le plus possible. De l'élevage intensif au business lié aux animaux de compagnie...*

Le monde économique se rue là-dessus. » De plus, comme le fait remarquer Véronique Servais, les animaux gardent un statut ambigu : « Ils restent la propriété de quelqu'un. En Occident, nos modes de rapport avec les animaux et avec la nature restent très marqués par l'appropriation et la domestication. »

Notre société entretient-elle un rapport ambivalent avec l'animal ?

Pourtant, « la façon dont nous traitons nos animaux proches devrait déteindre sur la façon dont nous traitons les autres humains et l'environnement. Cela devrait nous rendre plus humain, mieux dans notre peau, plus responsable et plus humble », poursuit Anne-Dominique Rousseau. On n'est pas loin de ce que l'International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO) qualifie de *One Health* (Une Santé), un concept affirmant que « la santé et le bien-être des animaux, des personnes et de l'environnement sont inextricablement liés. » Cette association internationale a d'ailleurs été un pas plus loin en adoptant un autre concept, celui de *One Welfare* (Un Bien-être) qui reconnaît « l'interdépendance entre le bien-être animal, le bien-être humain et l'environnement ».⁹

Alors, prêt·e à *renouer* avec le *vivant* ?

Réchauffement climatique, perte de biodiversité... C'est une réalité non discutable aujourd'hui, les écosystèmes et les êtres vivants sont menacés. Face à la crise écologique mondiale, les mouvements de protection de la nature et de défense des animaux viennent interroger la domination des êtres humains sur le vivant. Et **différentes luttes se croisent**. Véronique Servais le remarque : « *Les animaux commencent à être vus comme des opprimés, au même titre que les femmes, les personnes racisées, les minorités, les travailleurs, les immigrants... Tout cela entre dans une critique sociale et politique de la société capitaliste d'exploitation.* »

Dans ce contexte de crises et de luttes,
La médiation animale participe-t-elle
à interroger notre rapport sociétal au vivant ?

Bénédicte de Villers aspire, humblement, à ce que les pratiques associant les animaux - si du moins elles respectent le bien-être animal - apportent leur pierre à l'édifice : « *Espérons qu'à leur mesure, qui est petite, les dispositifs de médiation animale et de relation à la nature soient des lieux d'éveil, de conscientisation, des lieux où on peut faire autre chose autrement, nouer des relations d'un autre type. Ces îlots donnent espoir, même si on a souvent le sentiment qu'ils pèsent peu au regard des grandes industries et des grands systèmes d'exploitation. Prenons la consommation de viande, la destruction de la biodiversité et des habitats, la gestion des jardins zoologiques, l'urbanisation, le tourisme auprès des animaux... Ça reste de la domination et de l'exploitation animale. On est face à des paquebots démesurément grands, souvent financés outrageusement, parfois soutenus politiquement. Le déséquilibre des forces est tel qu'il y a beaucoup pour désespérer...* »

Si la médiation animale entre de plus en plus dans le paysage, c'est sans doute aussi parce qu'elle s'inscrit dans un contexte où la société a tendance à reconnaître plus que jamais l'idée d'un **contact**

au vivant et à la nature nécessaire au bien-être psychologique et physique de l'être humain. Etreindre un arbre, se promener en forêt, écouter le chant des oiseaux... ont de plus en plus la cote. Anne-Dominique Rousseau revient sur ce besoin de retour à la nature : *« Nous, les humains, avons vécu la majorité de notre histoire au contact intensif de la nature. Nous nous en sommes éloignés avec la révolution industrielle. Et depuis la fin du 20e siècle, la biodiversité se détériore et les espaces naturels se détruisent de façon critique. Nous avons donc besoin de vivre au contact de cette nature. »* Et l'hypothérapeute de pointer aussi le **« syndrome du manque de nature »** (ou *nature-deficit disorder*). Développé par le journaliste et auteur américain Richard Louv en 2005, ce concept permet de pointer le fait qu'en passant plus de temps dedans, loin de la nature, enfants et adultes s'exposent à de nombreux problèmes physiques et mentaux. *« Les balades en forêt, le jardinage, les animaux domestiques, ce sont des façons de recréer ce contact à la nature de façon un peu artificielle, poursuit Anne-Dominique Rousseau. Mais quand ça ne suffit pas, quand ça reste trop absent de la vie, les séances de médiation animale peuvent offrir une version accompagnée de ce retour vers la nature. »*

Mais, comme pour bien des choses, cet engouement pour le retour à la nature n'est pas à l'abri d'une récupération à des fins douteuses. *« Je crains l'utilitarisme... »,* partage Véronique Servais. *Ce truc de but conscient, comme quoi "On a besoin de ça"... On a besoin de rétablir un rapport sensoriel avec le vivant donc on va y aller une heure par jour, faire des exercices, aller à la rencontre d'un animal, puis le reste du temps, on va continuer comme avant. Si c'est fait dans un objectif individuel, c'est sans espoir. Le capitalisme peut aussi récupérer ça. »*

La professeure en anthropologie de la communication invite d'ailleurs à se tourner vers un autre mode de rapport à la nature et à l'animal qui gagnerait à être valorisé : *« La familiarité... C'est le fait de visiter souvent le même endroit, le lieu où on habite, un arbre... et de tisser des liens de familiarité avec eux. Ces liens se développent avec des animaux, même sauvages, et avec la nature, qui n'est alors ni appropriation, ni domestication, ni rejet dans une nature extérieure. »* Anne-Dominique Rousseau interroge elle aussi cette tendance humaine à *« refuser la nature sauvage, la nature telle qu'elle est »,* à vouloir *« tout cadrer, tout contrôler »*.

Véronique Servais propose enfin de sortir de l'anthropocentrisme, à savoir « *cette position qui est de penser que le monde est là pour nous, qu'il est là pour notre bien-être, qu'il est à notre disposition, sous toutes ses formes. Ce dont on a besoin, c'est un changement culturel assez profond... Mais les vents contraires sont puissants. Dès lors, comment rétablir un rapport au vivant qui ne court pas à notre destruction conjointe, la nôtre et celle du vivant ? On croit toujours que ce qu'on fait aux animaux ou à la nature ne nous concerne pas. Mais on ne se rend pas compte qu'eux, c'est nous. Ça passe sans doute par une réhumanisation des lieux, un réinvestissement qui essaie de réparer cette séparation radicale. Si on détruit la nature, on se détruit soi-même.* »

La rencontre avec l'animal inviterait-elle
à (ré)ouvrir une porte donnant sur nos relations au vivant ?

Et vous, êtes-vous prêt·e à renouer avec le vivant ?



Sources et ressources

1. Plusieurs articles, facilement consultables en ligne, détaillent les bienfaits procurés par la présence animale. Si vous souhaitez creuser le sujet, nous vous conseillons entre autres la série de podcasts « Nos amis les bêtes », sur France Inter : www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/serie-nos-amis-les-betes
2. « Regarder les animaux serait bon pour la santé », Rtbef.be, novembre 2022, sur www.rtbef.be/article/regarder-les-oiseaux-serait-bon-pour-votre-sante-mentale-11109906
3. « Pourquoi les animaux nous font du bien », dossier du *Courrier International* n°1585, mars 2021, sur www.courrierinternational.com
4. « Thérapie animale assistée », S. Hassan, dans *Education Santé*, septembre 2020, sur educationsante.be
5. Véronique Servais et Bénédicte de Villers, dans leur intervention « La médiation animale : un concept fourre-tout ? », lors de la Journée d'étude du LEMME intitulée *La médiation : un concept pour problématiser des pratiques*, Université de Liège, 27 avril 2017
6. L'IAHAIO (pour *International Association of Human-Animal Interaction Organizations*), une association internationale regroupant des organisations actives dans le secteur des interactions entre l'humain et l'animal, décline les Interventions Assistées par l'Animal en 4 catégories aux objectifs différents : Thérapie Assistée par l'Animal (TAA), Education Assistée par Animal (EAA), Activité Assistée par l'Animal (AAA), Coaching assisté par animal (CAA). Mais différentes lectures et nos échanges avec des personnes de terrain nous ont amené, par souci de simplification, à évoquer deux catégories aux objectifs différents. Plus d'infos sur <https://iahaio.org>
7. AMAT Belgium, fédération des professionnels intervenant en médiation animale : www.amatbelgium.be
8. Extrait de « Episode spécial Belgique ! » (octobre 2022), du podcast *La Révolution Zoothérapeutique*, de la québécoise Audrey Desrosiers. Plus d'infos sur son site www.auboutdumuseau.com
9. Dans « Le livre blanc de l'IAHAIO », disponible sur leur site : <https://iahaio.org>

Dans la même collection « Ethique et Santé », découvrez aussi :

- *Déviance au travail : « Le jour où j'ai dépassé la frontière »*, Question Santé asbl, 2019
- *Docteur, je veux mourir dimanche*, Question Santé asbl, 2014

Le document que vous tenez en main ou affichez sur votre écran est destiné à susciter le débat ou la prise de conscience, aider à la compréhension des enjeux, développer nos capacités d'analyse critique, tout cela dans une optique de participation et d'émancipation.

Vous n'y trouverez pas de solutions toutes faites ni de points de vue définitifs sur un sujet ou une problématique. Plus qu'une brochure, il s'agit d'un outil d'éducation permanente.

Les animaux nous font du bien. Dans la sphère privée, lorsqu'ils nous tiennent compagnie. Dans la sphère thérapeutique, lorsqu'ils sont associés à une démarche d'aide et de soins. Différentes pratiques dites de médiation animale fleurissent dans le secteur social-santé, afin de favoriser le bien-être des personnes, enfants ou adultes.

Mais pourquoi passer par l'animal pour soigner ? Qu'est-ce qu'il apporte de "plus" ?
D'ailleurs, est-ce l'animal ou la relation qui soigne ?
Et quelles sont les limites de ces pratiques ? Quels sont les risques ?

Dans une société qui accorde de plus en plus d'importance au bien-être animal, comment éviter que l'animal ne soit considéré comme un instrument de soin au service de l'être humain ?

A l'heure où nous manquons de contact avec la nature, ces pratiques invitent-elles à nous reconnecter au vivant ?

Alors que la critique sociale dénonce les systèmes d'oppression, la médiation animale participe-t-elle à interroger notre rapport sociétal au vivant ?

Compilant des témoignages de praticiennes de terrain et d'académiques, cette publication propose de faire un pas de côté. De changer de lunettes. De passer par les pratiques de soins destinées à l'être humain pour venir questionner le bien-être animal. De sortir d'une vision centrée uniquement sur le bien-être humain pour l'ouvrir à celui de l'animal. D'examiner aussi les ambivalences qui subsistent dans notre société en matière de rapport à l'animal et à la nature. De constater, un peu aussi, les luttes à l'œuvre et les combats encore à mener.



Cette publication s'adresse à tous les publics.
Elle est téléchargeable sur le site www.questionsante.org
Edition 2023