

# Et si la zoothérapie changeait votre vie ?

Les bienfaits des animaux sur les humains sont indéniables. Partant de ce constat, la zoothérapie permet de traiter chez l'enfant mais aussi chez l'adulte différentes problématiques émotionnelles, psychologiques et comportementales par la présence de l'animal. **Audrey Desrosier<sup>1</sup>** et **Mélissa Snauwaert<sup>2</sup>** pratiquent cette discipline et parlent de cette thérapie qui fait toujours plus d'émules.

## La présence d'un animal abaisse la tension artérielle, le rythme cardiaque et apaise l'anxiété

**A**délaïde, 30 ans : J'ai toujours eu des soucis de sommeil. La nuit, une angoisse me prend. J'ai du mal à m'endormir et je me réveille souvent. Je suis sujette aux insomnies. Mais depuis que j'ai adopté deux petits chats siamois, Victor et Hugo, ma vie a vraiment changé.

Je dors bien mieux comme apaisée par leur présence. Un psychologue m'a dit que le fait que j'aie été, durant mon enfance, réveillée la nuit par les disputes de mes parents, avait provoqué une sorte d'intranquillité. La présence de mes chats vient panser cette inquiétude.

Ce n'est que récemment que divers professionnels du secteur sanitaire ou socio-éducatif ont ajouté la zoothérapie à leur pratique professionnelle car ils ont pu voir les résultats incroyables de la présence d'un animal.

© L. NEWHOUSE

**Le décryptage d'Audrey Desrosier et de Mélissa Snauwaert :** Le fait que les chats d'Adélaïde lui fassent du bien est prouvé scientifiquement. La présence d'un animal abaisse la tension artérielle, le rythme cardiaque et apaise l'anxiété. Mais dans ce qu'Adélaïde nous raconte, nous ne sommes pas dans de la

zoothérapie. En effet, la zoothérapie est exercée par un professionnel, dans le cadre d'une intervention. Cependant, ce témoignage prouve les bienfaits trop souvent négligés des animaux dans notre vie quotidienne. Pendant la pandémie, beaucoup de gens ont adopté un animal justement pour ces raisons.



“ Le bien-être animal est au premier plan dans nos interventions. Ce sont des animaux entraînés pour ce travail.”

Audrey Desrosier

© ELIAS DJEMIL MATASSOV

## La médiation animale, un gros plus pour soigner les troubles du comportement

**Jennifer, 42 ans :** Mon fils souffre de troubles de l'attention. Je suis constamment derrière lui à lui rappeler ce qu'il doit faire. Il oublie ou perd tout : son cartable à l'école, sa veste, des objets dans ses poches, son téléphone, etc. Grâce au service hospitalier où il est suivi, il a effectué une immersion dans une ferme

où il a pu s'occuper de chevaux et d'agneaux. Il est revenu transformé et s'est senti si investi et utile qu'il n'a rien laissé au hasard, concentré jusqu'au bout. Depuis, j'essaie de le conduire de temps en temps dans cette ferme pour lui permettre de se recentrer. C'est loin de notre domicile mais cela l'aide beaucoup.

**Le décryptage d'Audrey Desrosier et de Mélissa Snauwaert :**

La médiation animale à la ferme – aussi appelée ferme thérapeutique – est très bénéfique. Les retombées de cette pratique se voient dans la vie quotidienne. C'est un gros plus pour les jeunes

atteints de troubles de l'attention ou de troubles du comportement. Cette médiation est différente de la zoothérapie en individuel comme nous l'expliquons dans notre livre *Zoothérapie, l'animal une révolution dans le domaine du soin*.

## L'animal comme partenaire et non comme outil de travail

**Fémi-9 :** En quoi consiste la zoothérapie ?

**Audrey Desrosier et Mélissa Snauwaert :** La zoothérapie, ou thérapie assistée par l'animal, est une modalité d'intervention qui peut se pratiquer dans une séance par exemple d'ergothérapie, d'orthophonie, de psychologie ou encore de neuropsychologie.

**Fémi-9 :** Est-ce une discipline nouvelle ?

**Audrey Desrosier et Mélissa Snauwaert :** La zoothérapie n'est pas une discipline nouvelle. En effet, elle existe depuis très longtemps. Toutefois, ce n'est que récemment que divers professionnels du secteur sanitaire ou socio-éducatif l'ont ajoutée à leur pratique professionnelle car ils ont pu voir les résultats incroyables de la présence d'un animal qui est un partenaire (et non pas un outil). Cette présence fait que les amé-

liorations s'observent beaucoup plus rapidement que lors d'une séance dite classique sur le patient. La motivation de la personne prise en charge est également décuplée et la mise au travail se fait très naturellement.

**Fémi-9 :** Quel parcours faut-il suivre pour devenir zoothérapeute ?

**Audrey Desrosier et Mélissa Snauwaert :** Nous encourageons les professionnels à se former auprès d'une école ou d'un organisme qui propose une formation de qualité et qui aura la vision de l'animal comme partenaire et non comme outil de travail.

**Fémi-9 :** Quelles sont les connaissances actuelles en matière de soin par l'animal ?

**Audrey Desrosier et Mélissa Snauwaert :** Le bien-être animal est au premier plan dans nos interventions. Ce sont des animaux

entraînés pour ce travail. L'animal est sélectionné en fonction de ce qu'il aime comme type de patientèle. Ce point est très important pour nous. Il est impératif d'avoir des connaissances de base sur l'éthologie de l'animal avec lequel nous allons vouloir travailler en zoothérapie. Il nous faut connaître les besoins de l'animal pour rester, en tout temps, dans le respect et le bien-être de ce dernier. Connaître les limites de ces partenaires animaux est également essentiel et fait partie du travail de désensibilisation.

**Fémi-9 : Quelles sont les pistes prometteuses en zoothérapie ?**

**Audrey Desrosier**

**et Mélissa Snauwaert :** Aux États-Unis, cela fait soixante ans qu'est pratiquée la zoothérapie. Au Québec, cela fait vingt ans. L'Europe s'ouvre enfin à cette spécialisation. Les diverses patientèles pourront en bénéficier et les professionnels travailleront plus aisément en collaboration, plutôt qu'en silo, pour le mieux-être des personnes prises en charge.

**Fémi-9 : Y a-t-il un dressage particulier des animaux pour une meilleure prise en charge ?**

**Audrey Desrosier**

**et Mélissa Snauwaert :** Les animaux sélectionnés sont des animaux domestiques. Il est interdit de pratiquer la zoothérapie avec des animaux sauvages et un entraînement rigoureux est donné. Il n'y a pas de race

meilleure. Le bien-être de l'animal prime mais aussi son plaisir. En zoothérapie, nous ne parlons pas de dressage car nous travaillons en renforcement positif, ce qui est encore difficile en Europe, mais essentiel. C'est non négociable comme nous le mentionnons dans notre manifeste.

**Fémi-9 : La zoothérapie est-elle adaptée à tous les patients ?**

**Audrey Desrosier**

**et Mélissa Snauwaert :** Non. C'est comme pour la musicothérapie. Cela ne plaît pas à tous.

**Fémi-9 : Certains animaux sont-ils plus adaptés pour la prise en charge de certaines affections ?**

**Audrey Desrosier**

**et Mélissa Snauwaert :** L'animal est sélectionné selon l'objectif thérapeutique à travailler et il ne s'agit nullement de choisir une sorte d'animal pour tel type d'atteinte. Les outils, les jeux, les activités sont préparés avec soin et adoptés en fonction de l'objectif d'intervention.

**Fémi-9 : Comment est né votre livre *Zoothérapie, l'animal une révolution dans le domaine du soin* ?**

**Audrey Desrosier**

**et Mélissa Snauwaert :** Nous voulions communiquer sur ce qu'est la zoothérapie et faire cesser l'amalgame avec la médiation animale. Nous souhaitons par ailleurs poser les bases du



© TIMILKY PHOTOGRAPHIE

Audrey DESROSIERS  
Mélissa SNAUWAERT



**Zoothérapie**

L'animal, une révolution  
dans le domaine du soin



“ La présence  
d'un animal abaisse  
la tension artérielle,  
le rythme cardiaque  
et apaise l'anxiété.”  
**Mélissa Snauwaert**

bien-être animal trop souvent mis de côté, à notre plus grand désarroi. Il est temps qu'enfin les professionnels s'ouvrent à une pratique pluridisciplinaire et à l'intégration de l'animal dans les soins et l'éducation. Cela se fait partout dans le monde et l'Europe doit s'y mettre ! Depuis cinq

ans, nous proposons une formation et nous voyons que cela entraîne de grandes avancées. La Haute École Léonard de Vinci, reconnue par le gouvernement de Belgique, a accepté depuis cette année notre programme. Cela va ouvrir et officialiser la profession.

Propos recueillis par Patricia Guipponi

1 & 2/ Coautrices de *Zoothérapie, l'animal une révolution dans le domaine du soin*, Éditions Trédaniel, 200 pages, 19,90 euros.