

Les bienfaits de l'animal à tout âge

Rôles et fonctions de
l'animal en psychothérapie

Paméla Didier

DUNOD

Paméla Didier est psychologue formée à la psychologie clinique et à la neuropsychologie à l'université de Lyon. Elle y a notamment effectué un travail de recherche sur la relation homme-animal. Elle a ensuite réalisé de nombreuses formations complémentaires en TCC, EMDR, thérapie des schémas, systémie, etc. afin de proposer des prises en charge intégratives pour différentes populations. Elle a travaillé avec la médiation du cheval auprès de personnes autistes, avec le chien et le chat en maison de retraite, en centre de rééducation et, actuellement, dans le centre ADPsy qu'elle a créé à Montpellier. Elle est également enseignante à l'université et y a réalisé des formations sur la médiation de l'animal ainsi que dans des centres privés et a encadré des stagiaires-psychologues lors de psychothérapies médiatisées par l'animal.

Illustration de couverture :
© Monkey Business - Shutterstock

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Dunod, 2022

11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-083876-9

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2^e et 3^e a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

À Milady

À Aurine

et à tous les autres...



Introduction

50,51 %¹ des foyers français possèdent au moins un animal et 43,5 % au moins un chien ou un chat. L'animal a une place très importante dans la réalité et l'imaginaire de l'humain et ceci, dès son plus jeune âge. En effet, les animaux, imaginaires ou réels, sont omniprésents pendant la première enfance. Ils peuplent les berceaux (peluches), les livres d'images, les dessins animés, etc. Tout enfant est donc très tôt familiarisé avec le monde animal. À chaque instant l'animal l'accompagne dans la découverte du monde, de la joie et de la peur et de bien d'autres émotions mais aussi de la lecture, des nombres, etc. (livres, jouets, cd-rom). Les adultes aussi restent proches de l'animal dans leur quotidien ou comme représentants de leur morale, fantasmes, etc., comme en témoignent, par exemple, les fables de La Fontaine.

Il existe de plus en plus d'écrits « grand public » concernant les relations entre l'homme et l'animal familial. Certains retracent l'histoire à travers les siècles de la relation homme-animal (Cyrulnik, 2001, 2000, 1983 ; Montagner 2002) et d'autres proposent un tour d'horizon des expériences menées à travers le monde concernant l'apport de l'animal pour l'humain (Bouchard, 1995 ; Montagner, 2002 ; Aymon-Gerbier, 2001 ; Belin,

1. Enquête Facco/Kantar-TNS, 2020.

2003 ; Victor, 2004 ; Rousselet-Blanc, 1992). Mais ces écrits sont rarement l'œuvre de chercheurs en psychologie ou de psychologues. Il n'existe pas d'ouvrage présentant des cas cliniques expliquant concrètement mais aussi théoriquement comment l'animal pourrait être utilisé, par un psychologue, comme outil thérapeutique ; c'est donc ce que je me propose de réaliser dans le présent ouvrage. En effet, à l'époque de mes premières recherches universitaires, entre 2004 et 2013, les psychologues et les chercheurs ne s'étaient que peu intéressés aux liens unissant l'homme à l'animal et encore moins à la nature de ceux-ci, selon une approche psychologique :

« Tous les cliniciens et tous les parents témoignent de l'importance capitale de ces « nouveaux » animaux dans le développement de nos enfants. Pourtant les travaux sont rares. Serait-il possible d'aimer intensément un être vivant au cours des années fertiles du développement sans que ce lien n'ait d'effet sur la construction de la personnalité ? La cécité psychique des psychologues envers les animaux familiers est étonnante. Ils ne pensent même pas à orienter la réflexion vers ces êtres d'attachement, alors que la clinique est flagrante » (Melson, 2002).

Le seul psychologue ayant réellement travaillé sur le sujet et présentant un livre agrémenté d'études de cas est Boris Levinson, pionnier dans le domaine avec son ouvrage de 1997 : *Pet-Oriented Child Psychotherapy*.

On retrouvait également quelques écrits essentiellement autour du cheval et des dauphins basés majoritairement sur les mêmes notions winnicotiennes de *holding* et de *handling*. Il semblait donc nécessaire de pouvoir développer les autres aspects possibles, les autres rôles et fonctions que l'animal peut assumer aussi bien pour le patient que pour le thérapeute.

Très récemment, en 2020, un livre écrit par Boris Cyrulnik et la psychologue Sandie Belair, *L'Enfant et l'Animal, une relation singulière*, publié aux Éditions Philippe Duval, reprend certaines hypothèses sur lesquelles j'avais commencé à travailler en 2006 en thèse doctorale de psychologie, à savoir la fonction sécurisante de l'animal et les liens théoriques et pratiques avec la théorie de l'attachement de J. Bowlby.

Après ces travaux universitaires, je me suis consacrée à la pratique, à l'encadrement de stagiaires, à la formation, à la création d'un centre près de Montpellier, à enrichir mes outils et connaissances en psychologie pour être de plus en plus intégrative et ainsi associer l'animal à ce travail.

En effet, mes pratiques ont évolué, se sont enrichies, partant d'une formation initiale plutôt psychanalytique pour arriver aux TCC, incluant les techniques ABA ou la théorie des schémas, ainsi que la neuropsychologie. J'ai reçu mais aussi dispensé de nombreuses formations puisque j'ai commencé l'enseignement universitaire à la faculté de Lyon en 2004 mais aussi à Aix-en-Provence, Nîmes, ainsi que dans des IME dont les enfants venaient réaliser de la médiation animale dans notre centre. Ce livre est donc le fruit de toutes ces recherches et expériences entre 2004 et 2021. Le public que vise cet ouvrage est celui des psychologues, étudiants et chercheurs en psychologie, ainsi que les autres acteurs du champ socio-médico-éducatif. J'espère pouvoir ainsi participer au développement professionnel des pratiques de psychothérapies assistées par l'animal. Je m'emploierai à être la plus accessible possible pour les lecteurs non professionnels.

Dans le domaine spécifique de la santé et particulièrement de la psychologie, l'animal peut être un outil psychologique très pertinent. En effet, ma pratique de psychologue clinicienne m'a maintes fois amenée à constater les avancées que l'animal permet quant au travail psychothérapeutique. Alors que certains patients étaient réceptifs à la parole seule ou à la peinture, la musique, l'argile, d'autres ont pu davantage mettre en scène et mettre au travail leur problématique grâce à la présence de l'animal, ce dernier assumant des rôles et des fonctions différents avec chaque patient, permettant de répondre à des pathologies très variées allant des troubles psychoaffectifs aux troubles cognitifs en passant par des troubles kinesthésiques et orthophoniques.

Par exemple, dans le domaine cognitif et orthophonique, j'ai observé une jeune patiente de 16 ans opérée d'un cavernome¹ et présentant notamment, comme séquelles, une hémiplégie droite, quelques difficultés d'expression et des troubles au niveau des fonctions supérieures. L'orthophoniste du centre travaillait le langage et la mémoire avec la patiente

1. Les cavernomes cérébraux, encore appelés angiomes caverneux, sont des malformations vasculaires situées essentiellement dans le cerveau. Les cavernomes sont dus à une transmission héréditaire. Le traitement est généralement chirurgical, comme c'est le cas pour notre patiente.

en lui demandant d'apprendre et répéter le nom des capitales du monde. Sans juger le travail de cette orthophoniste, bien loin de mon champ de compétences, il m'a semblé que le support choisi (les capitales du monde) était fort peu motivant pour une adolescente de 16 ans. Ainsi fut-il proposé à la patiente d'effectuer sa rééducation cognitive en utilisant la médiation du chien. L'exercice consistait à donner des ordres précis au chien, ordres que la patiente avait préalablement appris. Ces ordres étaient donc du type : « Rex, genoux ! » « Rex, monte ! »... Pour que le chien réalise l'action demandée, l'injonction de l'ordre doit nécessairement répondre à certains critères, sans quoi le chien n'effectue pas l'ordre : il ne faut pas caresser le chien en même temps, il faut adopter une posture « dominante », il faut pouvoir s'imposer face au chien et les ordres ne seront exécutés que s'ils sont correctement prononcés, que si l'intonation est exacte et bien sûr que si le bon ordre (mot) est donné. Un « assieds-toi », par exemple, ne fonctionnera pas puisque l'ordre appris par le chien est « assis ! ». Dans le travail cognitif avec cette patiente, le recours au chien était donc particulièrement approprié puisque cela lui faisait travailler certaines fonctions telles que le langage et la prononciation, la motricité grâce aux postures et aux caresses et la mémoire puisqu'il fallait qu'elle se souvienne d'une séance à l'autre des différents ordres, de leur signification et de leur prononciation exacte. Ces séances avec le chien mettaient donc au travail les difficultés de la patiente et ceci, semble-t-il, de façon plus « chaleureuse », « vivante/animée » et ludique, avec des résultats visibles pour elle, la motivation étant un élément important, surtout chez une patiente si jeune.

Un autre exemple serait celui rencontré lors des thérapies de groupe en maison de retraite où l'animal permet là aussi de faire travailler la mémoire mais aussi le geste et la motricité – à travers les caresses, le brossage, les promenades, le lancer de balle – mais aussi les apraxies idéatoires : se souvenir à quoi sert une brosse et comment l'utiliser, par exemple.

Outre les intérêts du recours à l'animal dans les thérapies orthophoniques et neuropsychologiques, j'ai surtout pu étudier les différents rôles et fonctions de l'animal dans le cadre de psychothérapies psychodynamiques ou comportementales. Ce sont ces aspects particuliers que je souhaite

présenter dans cet écrit. Nous pratiquons et étudions actuellement, au sein de notre association ADPsy, l'intérêt de l'animal dans les thérapies comportementales surtout auprès de personnes TSA (autistes). Quelques cas seront présentés à la fin de ce livre.

Cette recherche a donc pour objet l'étude des rôles et des fonctions de l'animal en psychothérapie. Nous nous attacherons à ceux ayant trait à la psychologie clinique (psychodynamique et comportementale) auprès de patients atteints de pathologies diverses : AVC, aphasie, paralysie, cécité visuelle, autisme, vieillissement pathologique, inceste, trouble de l'attachement, dévalorisation narcissique...

Les incidences du travail avec l'animal pour les patients ne seront à entendre que dans le cadre d'un dispositif thérapeutique pensé et réalisé par un psychologue diplômé. C'est donc l'intégralité du dispositif : psychologue + chien + cadre des séances qui sera étudié tout au long de cette recherche, le chien, à lui seul, ne présentant que peu de « pouvoirs » thérapeutiques en soi, bien qu'il ait quelques particularités très intéressantes que nous développerons dans la partie suivante. L'animal sera donc présenté comme un des outils possibles du psychologue, un support de la psychothérapie parmi d'autres, tels que le modelage, le dessin, la musique, etc. Il ne sera choisi que si le psychologue et le patient sont sensibles à cet outil (ce qui exclut phobies, allergies ou simplement indifférence). Il ne pourra être un outil thérapeutique, comme je le disais plus haut, que s'il s'insère dans un cadre thérapeutique : s'il est pensé, au préalable, que des objectifs sont fixés tout en laissant suffisamment de souplesse pour que s'exprime ce que le patient a à dire ou à montrer. L'animal n'est donc ni un thérapeute, ni un être miraculeux, ni une nécessité absolue pour un psychologue ou un patient mais il peut être un support psychothérapeutique pertinent. Ainsi tout au long de cette recherche ne seront présentés que des patients ayant accepté de travailler avec l'animal, démontrant ainsi un intérêt personnel déjà présent. Les autres patients non sensibles à l'animal, avec lesquels j'ai travaillé, se sont vus proposer d'autres outils comme la peinture, les contes ou bien l'entretien clinique verbal, des TCC...

Cette étude n'a pas pour prétention la présentation exhaustive de l'ensemble des rôles et fonctions de l'animal en psychothérapie. Cette recherche est le recueil et l'analyse de multiples situations cliniques, les plus variées possibles, que j'ai rencontrées dans ma pratique de psychologue clinicienne.

J'espère ainsi pouvoir donner aux lecteurs des études de cas concrètes qui permettront aux cliniciens de mieux entrevoir quelles peuvent être les utilisations de l'animal en tant qu'outil psychothérapeutique mais aussi comment cet outil peut être utilisé. Bien sûr, il n'existe pas une méthode unique ni un dispositif universel. Comme chaque relation thérapeutique, ayant ou non recours à des outils spécifiques, chaque psychothérapie médiatisée par l'animal est à construire, elle est unique et n'appartient qu'à ce psychologue et à ce patient (et à cet animal !), à ce moment donné de leurs histoires. Chaque psychologue intégrera et utilisera l'animal à sa manière, avec professionnalisme et spontanéité, spontanéité car il faut tout de suite prendre conscience de la particularité de l'animal : il est vivant, animé d'intentions et de désirs propres. Même très bien éduqué, il est donc très difficile de pouvoir avoir un contrôle absolu sur lui, ses agissements et ses réactions. Le psychologue devra donc se laisser à la fois guider par le patient (chaque séance est toujours unique, le psychologue ne contrôle, par exemple, pas les associations du patient) mais aussi par le chien. Je n'ai donc pas pour ambition de présenter une méthode mais un ensemble de possibilités en fonction des patients et des pathologies que j'ai rencontrés dans mes pratiques.

Enfin, par « animal » nous entendrons très majoritairement le chien et secondairement le chat, le cheval et l'oiseau, car ce sont les trois types d'animaux que j'ai utilisés. Toutefois différentes expériences ont été relatées mettant en lumière l'intérêt de poissons, biches... Pour notre part, nous travaillons à l'association ADPsy avec des chiens, des chats, des lapins, des rats, des cochons d'Inde, des poissons, des oiseaux élevés à la main, des tortues, des poules, des chèvres et des poneys, mais également des chevaux dans le centre équestre du village.

Nous commencerons cet ouvrage par la présentation d'apports « théoriques » liés à l'homme et l'animal. Nous ferons le tour des différentes expériences déjà réalisées permettant conséquemment d'avoir des pistes

sur les apports physique et psychique de l'animal pour l'Homme. Nous en viendrons ensuite à la partie principale de notre travail : l'exposé des résultats avec l'étude d'une expérience de groupe et de nombreuses études de cas, présentées et analysées.

PARTIE I

L'homme et l'animal

Apports théoriques

-
- **Chap. 1** Les bienfaits physiques et psychiques de l'animal pour l'homme 11
 - **Chap. 2** Quelques animaux en psychothérapie 17

Chapitre 1

Les bienfaits physiques et psychiques de l'animal pour l'homme

TOUT D'ABORD, il faut noter que les animaux, en général, présentent certaines caractéristiques qui semblent séduire les êtres humains et particulièrement les enfants : leur disponibilité permanente, leur amour inconditionnel, leur écoute, leur absence de jugement, etc. (Melson, 2002 ; Montagner, 2002). Ces caractéristiques et d'autres que nous étudierons plus particulièrement pour le chien, le chat et le cheval, sont les premières raisons invoquées par les possesseurs d'animaux pour expliquer pourquoi ils tiennent à ces derniers. On entend fréquemment dire au sujet de son chien : « Lui, au moins ne m'abandonnera pas ! », « lui, ne me juge pas ! », « lui, est toujours content de me voir le soir ! », « lui, ne me trahira pas »... Le psychologue entendra déjà dans cette première phrase du patient une première piste quant à sa problématique et ses angoisses les plus profondes : angoisses d'abandon, de trahison, difficultés narcissiques...