

Prologue

Delphine, 38 ans, monitrice éducatrice, exerce dans l'unité pédiatrique du centre de réadaptation des Capucins à Angers où elle suit des enfants avec des handicaps plus ou moins lourds. Depuis quelques années, l'association Les Blouses roses finance des séances de médiation canine pour stimuler et remonter le moral de ces jeunes patients, généralement hospitalisés pour des séjours de longue durée. Bien qu'elle ait été un peu dubitative au départ, « moi, je ne suis pas du tout "animaux", ça ne me parle pas, je ne trouve pas ça mignon, rien de tout ça », Delphine a rapidement constaté les bienfaits de cette médiation un peu particulière. « On a des enfants qui n'ont pas toujours la possibilité de nous montrer tout ce qui les traverse. Or, la présence des chiens déclenche plein de choses : des sourires comme Charlotte en a fait ce matin. Aucune d'entre nous ne s'y attendait ! » Même après plusieurs années, Delphine s'étonne encore de ce qui arrive pendant ces séances : « Il y a toujours quelque chose d'un peu magique qui se dégage, un truc qu'on ne maîtrise pas. »

QUAND LES ANIMAUX NOUS FONT DU BIEN

Pour elle, les animaux apportent énormément d'imprévu :
« C'est là qu'est la surprise. Ils viennent bousculer un peu tout alors que nous on n'ose pas et c'est ça qui provoque des choses. [...] Il s'agit aussi d'une histoire de rencontre entre l'intervenant, les patients, les chiens et nous, les accompagnants. »

Lionel et Jackie, tous deux sexagénaires, se sont rencontrés il y a un peu plus de vingt-cinq ans. En 2020, Jackie fait un grave infarctus qui l'oblige à renoncer à certaines de ses activités. Qui plus est, les mesures sanitaires mises en place lors de l'épidémie de Covid-19 le contraignent à travailler à domicile. Lionel, qui continue de se déplacer fréquemment pour son activité professionnelle, voyant la solitude imposée à son compagnon, sans parler de l'altération de sa qualité de vie, revient sur son refus de prendre le chien dont Jackie avait toujours rêvé. Ils adoptent Reykj, un bull-terrier anglais alors âgé de 2 mois. Cette présence quotidienne dynamise et distrait Jackie : « Maintenant, je suis forcé de me promener avec Reykj et, même quand je suis fatigué ou essoufflé, en sa compagnie je m'oublie d'autant plus que je parle avec plein de gens. » Mais c'est dans sa relation avec Lionel que le résultat est le plus surprenant. Il explique qu'ils étaient tellement habitués l'un à l'autre que leur existence était devenue un peu monotone ; depuis que Reykj a fait son entrée dans leur vie, l'énergie dans leur relation a changé, « l'amour est ressorti ». Lionel, qui appréhendait cette vie à trois, connaît de son côté une véritable révolution émotionnelle : « J'ai l'impression d'être en communion avec Reykj. Je l'adore, il me

QUAND LES ANIMAUX NOUS FONT DU BIEN

touche beaucoup. Et puis sa présence m'apaise, me rassure lorsque j'ai des insomnies et que je m'interroge sur l'existence. » Et il ajoute : « Ça faisait longtemps que je n'avais pas ri comme ça ! »

Sara est une adolescente brillante de 15 ans qui éprouve des difficultés à s'affirmer. Pratiquant l'équitation depuis son enfance, elle a toujours rêvé d'avoir son cheval. En 2018, son vœu est finalement exaucé quand son père fait l'acquisition de Gato, un étalon andalou âgé de 11 ans. « La première fois que je l'ai vu, j'ai marché avec lui dans le manège. Il n'avait pas de selle ni de harnais, mais il m'a suivie. Le fait qu'il m'ait choisie m'a touchée au plus profond de moi-même, parce que cet animal me faisait confiance et voulait se relier à moi. » Désormais, elle passe avec bonheur ses week-ends avec Gato. « Il me connaît très bien et moi aussi je le connais très bien. On est fusionnels. » L'adolescente souffre de crises d'angoisse qui la paralysent, la présence de son cheval la rassure énormément : « Ça m'est déjà arrivé de pleurer dans son box en m'appuyant sur lui pour sentir du contact. Ça fait du bien à l'âme. Vu qu'on a une vraie connexion, je ne me sens pas seule, il va y avoir une sorte de réconfort. [...] Quand je vais mal, ça me permet de m'échapper mentalement et de me sentir quand même fière de moi d'arriver à bien le monter. » Enfin, s'occuper de Gato et en prendre soin, lui donne confiance en elle. Pour Sara, « un animal peut changer réellement la vie d'une personne parce qu'il l'adoucit et lui permet de voir les choses sous un angle plus tendre et plus aimant ».

QUAND LES ANIMAUX NOUS FONT DU BIEN

Clément, 13 ans, souffre de phobie scolaire depuis plusieurs années. Se préparer pour aller au collège l'angoissait tellement qu'il a fallu le déscolariser. Fréquenter ses copains est également devenu une épreuve, ce qui le prive de toute vie sociale extérieure à sa famille. Malgré un accompagnement psychologique, il se sent très seul. Un jour, ses parents découvrent sur un groupe Facebook que les chiens peuvent avoir un effet bénéfique sur les enfants qui traversent le même genre de problèmes. C'est ainsi qu'en 2019 Pépité, une golden-retriever âgée de 2 mois, fait son entrée dans la vie de Clément. Depuis qu'elle est là, il se sent moins anxieux et a moins de mal à se confronter au monde extérieur. Sa mère Béatrice témoigne : « Pépité amène le lien à l'autre, la relation à l'autre. » Clément bénéficie aussi de rendez-vous réguliers avec une professionnelle de la médiation animale qui organise des séances avec Pépité. La petite chienne, qui ne quitte pas l'adolescent, contribue à ancrer ce dernier dans une réalité sensorielle réconfortante. Clément explique : « Elle me fait du bien, je lui parle beaucoup. » Passionné par l'agriculture, il aimerait pouvoir suivre, l'année prochaine, une formation dans la Maison familiale rurale qui se trouve à côté de chez lui. Pour accéder à son rêve, il doit obtenir l'autorisation d'être accompagné de Pépité pendant ses cours.

Aucune de ces histoires ne se ressemble, les protagonistes n'ont ni le même âge, ni le même vécu, ni le même style de vie. Cependant, l'existence de chacun d'entre eux a

profondément été modifiée grâce à la présence d'un animal qui leur a apporté un supplément de joie, de sérénité et une certaine forme de réassurance. En réalité, nous sommes très nombreux à pouvoir nous remémorer un souvenir marquant avec une bête, un moment qui nous a procuré, momentanément ou durablement, un sentiment de réconfort ou de bonheur. Tous ces ressentis positifs individuels s'additionnent pour former une histoire collective construite autour de relations interespèces qui, paradoxalement, nous permettent de mieux vivre notre humanité.

Pourtant, de manière générale, nous avons honte de ce que nous éprouvons, comme si se lier avec une autre espèce que la nôtre nous ramenait à une condition primitive. Ce qui explique que se prévaloir des avantages apportés par un tel compagnonnage n'est le plus souvent toléré que sous la forme d'anecdotes légères, drôles ou émouvantes.

Bien sûr, on reconnaît que certaines bêtes, généralement des chiens, remplacent des aides humaines : c'est le cas des chiens-guides pour personnes aveugles ou malvoyantes, des chiens d'assistance pour les malades souffrant d'épilepsie ou de diabète, des chiens d'aide pour personnes handicapées physiques, des chiens de sauvetage... Éduqués à nous seconder ou à nous secourir, cette fonction d'« outil » à notre service leur donne une légitimité sociétale qui peut être analysée de façon scientifique, alors que, dans d'autres circonstances, où leur mission est tout aussi essentielle mais ne découle pas d'un apprentissage établi, la présence des animaux à nos côtés est considérée comme marginale, leur rôle relevant alors de la simple tolérance. Je parle ici des

QUAND LES ANIMAUX NOUS FONT DU BIEN

animaux qui soignent dans une thérapie assistée, de ceux qui accompagnent les malades dans une maison de retraite ou un service hospitalier ou encore de ceux vecteurs de résilience dans un pénitencier, sans oublier nos animaux de compagnie... Tous ceux, dont les bienfaits n'entrent pas dans le domaine des certitudes avérées et sont, de ce fait, cantonnés à un discours « magique ».

Pour faire évoluer les mentalités, selon les critères propres à notre société, ces bienfaits doivent être mesurables et reposer sur des bases scientifiques solides ; deux points qui sont toujours sujets à caution. Tout d'abord, les effets positifs ne peuvent être que partiellement évalués car ils dépendent d'une donnée subjective : les individualités humaines et animales mises en contact. En outre, la plupart des améliorations perçues sont liées à l'expérimentation d'émotions positives et de sentiments heureux. Si les composantes expressives des premières peuvent être démontrées¹, les seconds sont difficiles à mesurer avec rigueur. Ensuite, le bien-être que nous éprouvons en présence de ces compagnons non humains provient souvent de la sensation que nous avons de vivre une relation émotionnelle avec eux. Or, admettre que nous partageons une forme de communion – ou tout du moins que nous avons des interactions – est une démarche difficile dans nos sociétés occidentales où, comme le dit en substance la psychologue spécialiste de l'anthropologie de la communication, Véronique Servais, notre rapport au règne animal repose sur la croyance que si nous sommes bien dans une continuité anatomique et

QUAND LES ANIMAUX NOUS FONT DU BIEN

physiologique avec lui, il y a une « coupure radicale » en ce qui concerne nos qualités mentales respectives².

Cependant, la prise de conscience de l'érosion de la biodiversité avec la disparition d'un grand nombre d'espèces, balaye notre époque d'un souffle puissant qui remet en cause la relation que nous entretenons avec la nature dans son ensemble. Il apparaît enfin de façon indiscutable que beaucoup d'autres espèces que la nôtre font preuve d'intelligence, ont la capacité de communiquer et de souffrir, de ressentir de la compassion, du dévouement, de manifester de l'empathie, de l'altruisme et même de l'amour – qualités que l'on associait, jusqu'ici, aux seuls humains –, ce qui donne au règne animal une valeur intrinsèque supérieure à celle qu'il avait auparavant. Ainsi, maintenant nous pouvons dire, sans être montrés du doigt, qu'il est pertinent et même nécessaire, dans bien des cas, d'établir des relations qui soulagent le cœur et l'âme, avec des animaux, êtres sensibles, singuliers et interactionnels.