NANTES UNIVERSITE

———

FACULTE DE MEDECINE

———

Année 2024

N°

THESE

pour le

DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN MEDECINE

(DES de MEDECINE GENERALE)

par

Madame Zoé DERREUMAUX

———

Présentée et soutenue publiquement le 05 avril 2024

———

EXPLORATION DU VECU ET DES POINTS DE VUE DES PATIENTS PARTICIPANT A UN ATELIER DE MEDIATION ANIMALE A L'HOPITAL PSYCHIATRIQUE

Etude d'orientation qualitative

———

Président : Madame la Professeur Anne SAUVAGET

Directeur de thèse : Docteur Catherine MARQUETTE

REMERCIEMENTS

Au Professeur Anne SAUVAGET,

Vous me faites l'honneur de présider ce jury. Merci de l'intérêt que vous portez à ce travail et du temps que vous y accordez.

Au Docteur Maud JOURDAIN,

Merci d'avoir accepté de faire partie des membres de ce jury. Je te remercie aussi pour ta disponibilité et les enseignements précieux que tu m'as apportés sur la méthodologie qualitative, avec une pédagogie bienveillante.

Au Docteur Olivia PITON,

Merci d'avoir accepté avec enthousiasme d'évaluer mon travail de thèse et d'accorder du temps à sa lecture. Je suis admirative de l'énergie que tu consacres à l'hôpital psychiatrique public pour en faire un lieu de soins humain et bienveillant, tant pour les patients que pour les soignants.

Au Docteur Catherine MARQUETTE,

C'est grâce à ton investissement que cette activité de médiation animale a pu voir le jour au G08, c'est une chance d'avoir à l'hôpital des projets comme celui-ci. Merci d'avoir initié, il y a quelques années maintenant, l'idée de travailler ensemble sur ce sujet de thèse. Merci de m'avoir accompagnée pour le mener à bien, en donnant la parole aux patients. Ton soutien régulier, ton éclairage pertinent et nos moments d'échange autour de ce sujet qui nous anime ont été, pour moi, des encouragements et un support précieux.

A toute l'équipe du G08,

J'ai découvert grâce à vous l'univers de la psychiatrie dans une ambiance de travail chaleureuse et collaborative, toujours attentive au soin et à l'intérêt premier des patients. Merci de m'avoir ouvert à d'autres façons de les accompagner et de repenser le soin psychique. Ces quelques mois passés parmi vous dans le service ont été un enseignement riche pour ma pratique future.

A Nathalie Colombier et ses animaux,

Merci d'avoir accueilli avec enthousiasme ce projet de thèse autour de vos ateliers.

Aux patients,

Merci de la confiance que vous nous accordez, à nous les soignants, qu'elle nous encourage à travailler toujours avec humilité et bienveillance, dans l'écoute et le respect de vos besoins, afin qu'ils restent le moteur de vos soins. Particulièrement aux patients qui ont participé à ce travail, merci de m'avoir partagé vos ressentis et votre expérience avec sincérité et investissement. Les échanges que nous avons eu font le cœur de ce travail, c'est grâce à vous que cette thèse voit le jour !

A tous les médecins généralistes qui ont accompagné mon parcours de formation,

Merci de m'avoir guidé avec entrain dans cette spécialité où l'on place toujours l'humain au cœur du sujet. L'apprentissage est plus riche lorsqu'il se fait dans la bienveillance et l'encouragement, j'en ai fait l'expérience grâce à vous. Particulièrement à Elodie, Cécile, Jérôme, Anne-So et Sylvain, merci de m'avoir accueillie dans une ambiance joviale et sécurisante au cabinet ou autour de dîners Vendéens mémorables.

A mes parents, merci d'avoir participé à construire l'adulte que je suis devenue, curieuse des autres et de la Vie. Merci de faire que notre foyer familial reste toujours accueillant, ouvert, créatif et surtout festif ! A Maman pour ta pétillance de petit lutin qui célèbre les joies de la Vie, pour nos partages riches et ta guidance, particulièrement dans ce travail. Merci d'être attentive à mon bien-être et à la régularité de nos échanges malgré la distance qui nous sépare. A Papa, pour les ratatouilles tantôt guilis-tantôt câlins, pour les pots aux feux d'hiver et les cassoulets d'été au retour de Belle-Île. Merci pour ton accompagnement pratique et surtout bienveillant vers ma vie de grande personne.

A mon frère et ma sœur, quel bonheur de partager cette soif commune de vivre et de rire qui nous emmène vers des aventures toujours plus rocambolesques. A Maya, petit soleil dans ma vie, pour nos discussions profondes, ton rire communicatif, ta maladresse théâtrale, et surtout pour ton oreille attentive et ton éclairage précieux qui m'accompagnent sur le chemin de la vie. Merci de m'avoir conseillée (et raisonnée aussi parfois !) tout au long de ce travail. A Martin, heureusement que tu as appris à cuisiner dès ton plus jeune âge pour tes deux sœurs pain-boulettes ! Merci pour les tickets à gratter et les bières au PMU, pour la pétillance de ton regard et ta présence sans faille dans les moments plus difficiles de la vie. Merci à tous les deux de m'avoir soutenu (et supporté) pendant ces longues années d'études, je vous aime mes phacofwères…

A Bon Pap' et Bonne Mam', merci d'avoir fait naître cette grande famille Derreumaux et accueilli toutes ces cousinades dans votre maison où il faisait si bon vivre. Vous êtes pour moi un modèle de sensibilité et d'amour inconditionnel de l'autre, merci de nous avoir transmis ces valeurs fondamentales. Je suis émue de savoir que vous serez là aujourd'hui, à votre façon, et tu penses bien Bon Pap', que je ne saurais retenir mes larmes en imaginant les tiennes couler à flot.

A Babou et Bon papa, merci de m'avoir accueilli pour mes longues révisions à Wissant comme à Bondues. Je garde un souvenir précieux de nos échanges autour des bons petits plats de Babou, toujours assaisonnés par les blagues malicieuses de Bon papa. Par votre exemple, vous nous avez enseigné la valeur du travail, fruit du courage et de la rigueur.

A Seb, sans qui je ne serais pas sortie indemne de ce looong et périlleux travail de rédaction. Merci de m'avoir épaulé avec attention et justesse, comme toujours. La vie à tes côtés est tendre et douce, faites qu'elle soit longue !

A Alix, mon éternelle binôme contre vents et marrées, à travers ce long parcours médical et sur le chemin de la vie. Tu as rendu toutes ces années joyeuses et je sais que nos aventures seront encore longues. Merci pour ta confiance et ton amitié fidèle.

A Dju, ma petite boule de feu et source de joie inépuisable. Ecrivons le une fois pour toute, c'est grâce à toi que je suis à ma juste place aujourd'hui, à Nantes ! A nos rires à gorges déployées, à ta malice éternelle, à nos âmes d'enfants et à ces langages que nous seules pouvons comprendre … Merci de nous faire profiter de la puissance de ton élan pour toujours surfer sur le tourbillon de la vie.

A mes Molles Fesses, merci la Vendée d'avoir mis ces trois-là sur mon chemin. J'attends avec impatience et enthousiasme chacune de nos retrouvailles, pleines de complicité, de folie parfois et de rire toujours. A Orane, ma précieuse compère nantaise, n'oublie jamais qu'on t'aime et que ta sensibilité est aussi ta plus grande force. A Cécile, merci de m'avoir montré la voie vers tous les meilleurs stages. Nos racines moitié Lilloises-moitié Nantaises sont profondes, je suis sûre qu'elles nous tiendront liées encore longtemps.

A Stan, merci pour ton calme légendaire et ton habileté à tempérer mes éternels états d'âme (Seb te remercie surement aussi au passage !). C'est très utile, je compte donc te garder bien longtemps parmi mes amis les plus précieux.

A mes Nénettes, amies de toujours et à jamais. Qu'il est bon d'avoir des copines avec qui partager pleinement les joies comme les peines. Merci de votre présence et de notre amitié solide qui défie la distance et le temps qui passe.

A Cam, ton oreille sensible et attentive est un cadeau précieux. Je chéri chacun de nos appels à rallonge, nos retrouvailles aux 4 coins de la France et surtout notre amitié profonde. Merci d'en prendre tant soin malgré les kilomètres qui nous séparent.

A mes Pull Copains d'amour (et aux T-shirt bien-sûr), je ne vous cite pas tous ici, il n'y aurait plus de place pour les autres… La régularité de nos retrouvailles pendant ces longues années d'étude, toujours dans le respect de la première règle, m'ont aidé à tenir le cap. C'est délicieux de savoir que la vie continuera à nous réunir pendant encore bien longtemps !

A la Team Réunion, Anouck, Lucas, Hélène, Bobichat (et Stan aussi un peu), il fait bon vivre à Nantes avec vous ! Et que c'est bon de se sentir chez soi n'importe où grâce à ses amis. Merci de m'avoir laissé profiter du gain du dernier ticket à gratter, à moi la retraite anticipée…!

Au Covid de Paulo, merci de nous avoir intégré dans votre équipe Havraise malgré nos racines tout à fait différentes. Vivement les prochaines soirées bières/fléchettes (à l'Atomics, bien entendu) !

A mes incorruptibles coloc' du Paddock, Arthur, Batou, Driss et Raphou, j'ai adoré prolonger ma vie étudiante au Club Med avec vous ! Merci pour toutes les soirées côte de bœuf/fraises passées et à venir.

Aux copains d'internat, Pauline, Greg, Nico, Gwen, Marie-Charlotte, Jade, Gaspard et tous les autres, merci d'avoir donné à ces années le goût d'une colonie de vacances. La vie est bien remplie, j'aimerais parfois pouvoir dédoubler le temps pour vous voir plus souvent ! A Lucie, merci d'avoir rendu ce stage en psychiatrie encore plus spécial grâce à ta présence et à ce Nouvel An que je n'aurais jamais cru vivre un jour !

Aux Tapirs, vous retrouver c'est un peu comme être à la maison. Que nos vacances Belle-îloises nous apportent toujours autant de bonheur !

A Guigui, merci d'être un parrain éternellement jeune et présent, j'essaierai d'en faire de même avec Roméo (si tu peux me donner la recette de ton élixir de jouvence…!).

A la famille Loubeyre, merci pour les sessions de travail efficaces dans le pigeonnier, pour nos échanges enrichissants et la délicatesse de vos attentions. Grâce à vous je navigue maintenant avec aisance dans l'univers de l'IA !

Aux copines Lilloises (enfin à la base !), Capu, Guim et Cam, nos moments partagés sont toujours un plaisir pour le cœur et les zygomatiques…

A mes vieux copains du 4L Trophy, joie et insouciance sont les maîtres mots de nos retrouvailles, trop rares à mon goût !

A toutes les petites bêtes à poils qui ont égayé ma vie. Et à Pastis bien-sûr, mon mouton préféré (où ce qu'il en reste…) !

TABLE DES MATIERES

Table des figures et des tableaux 8

Liste des acronymes 8

INTRODUCTION 9

I. Contextualisation 9

II. La médiation animale : définition, effets et domaines d'utilisation 9

A. Définition de la médiation animale 9

B. La médiation animale dans le cadre de la santé 11

C. La médiation animale en psychiatrie 12

III. La médiation animale à l'hôpital psychiatrique G.Daumézon 13

A. Histoire et modalité de l'activité au G08 13

B. Premier bilan d'activité 15

C. Pourquoi ce travail de thèse ? 15

1. Un intérêt né de l'expérience clinique 15

2. Le projet de recherche 16

MATERIEL ET METHODE 18

I. Description de la méthode 18

A. Type d'étude et orientation de l'analyse 18

B. Population étudiée 18

1. Critères d'inclusion et recrutement 18

2. Critère de non-inclusion 19

C. Type d'entretien 19

D. Suffisance des données 19

II. La méthode en pratique 20

A. Recherche documentaire 20

B. Phase d'observation et élaboration du canevas d'entretien 20

C. Déroulement du recrutement et des entretiens 21

1. Recrutement 21

2. Entretiens 21

D. Analyse 22

1. Retranscription 22

2. Méthode d'analyse 22

III. Protection des données 22

A. Cadre légal et éthique 22

B. Consentement 23

C. Confidentialité et sécurité des données 23

RESULTATS **24**
I. Description de l'échantillon **24**
II. Analyse du vécu des participants à l'atelier de médiation animale **26**
A. La séance de médiation animale : un temps à l'hôpital autrement 26
1. Sortir du cadre hospitalier 26
2. Une ambiance chaleureuse 29
3. Un cadre sécurisant 29
4. Une médiation inclue dans le parcours de soin individuel 31
B. Le lien avec l'animal : une modalité relationnelle à part 32
1. Une relation affective universelle ? 32
2. Une relation de confiance : l'animal comme compagnon fiable 34
3. Une relation basée sur la sensorialité 36
4. Une relation de soin mutuel 39
C. L'animal dans le collectif : redécouvrir l'altérité 41
1. L'animal comme tiers médiateur entre soi et l'autre 41
2. Expérimenter la relation à l'autre différemment 43
3. L'ambivalence du collectif 45
D. Une invitation à l'exploration de soi 46
1. Accéder au mieux-être : vers un changement d'état d'esprit 46
2. L'émergence de réminiscences : la réappropriation des souvenirs 49
3. Une (re)découverte de soi 51
4. Une remobilisation pour soi : devenir acteur de son mieux-être 53
III. Enquête d'opinion : remarques et propositions des participants **54**
A. Sur les modalités pratiques de l'activité 55
1. La durée 55
2. La fréquence 55
3. Le collectif 56
4. Les animaux 57
B. Sur le contenu de la séance 58
1. Les activités 58
2. Les explications 59
DISCUSSION **61**
I. Synthèse des principaux résultats **61**
II. Forces et limites de l'étude **62**
A. Points forts et intérêts 62
1. Originalité de l'étude 62

2. Respect de la méthode qualitative 62
3. Triangulation de l'analyse 63
4. Formation et posture de la chercheuse 63
B. Points faibles et limites 63
1. Liés aux critères d'inclusion 63
2. Liés aux données collectées 64
3. Liés à la méthodologie 65
III. Discussion et théorisation des résultats, éclairés par la littérature 65
A. Une autre vision de l'hôpital 65
B. Le bien-être et la mise à distance des symptômes 66
C. Le contact avec l'animal et la théorie du Moi-Peau 68
D. Une autre façon d'être en relation 69
1. La relation à l'animal 69
2. La relation aux autres participants 72
E. L'affirmation de soi et l'autonomisation, un pas vers l'empowerment ? 74
F. Proposition de modélisation 77
IV. Propositions et perspectives futures 79
A. Propositions des participants 79
B. Implications cliniques globales 80
C. Perspectives en recherche 81
D. Et en médecine générale ? 82
CONCLUSION 83
BIBLIOGRAPHIE 85
ANNEXES 92

Table des figures et des tableaux

Figure 1 : Organisation des différentes modalités de médiation animale en France 10
Figure 2 : Affiche présentant l'activité de médiation animale au G08..... 14
Figure 3 : Proposition de modélisation 78

Tableau 1 : Caractéristiques des séances sur la période de l'étude et détail de l'inclusion 24
Tableau 2 : Caractéristiques des entretiens et patients participant à l'étude. 25

Liste des acronymes

AAA : Activité Assistée par l'Animal

CERNI : Comité d'Ethique de la Recherche Non Interventionnelle

CNIL : Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés

COREQ : Consolidated criteria for Reporting Qualitative research

DPO : Délégué à la Protection des Données

DREES : Direction de la Recherche des Etudes de l'Evaluation et des Statistiques

EHPAD : Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes

EVA : Echelle Visuelle Analogique

HID : Handicaps – Incapacités – Dépendance

IAA : Intervention Assistée par l'Animal

IAHAIO : International Association of Human-Animal Interaction Organizations

IPA : Analyse Phénoménologique Interprétative

TAA : Thérapie Assistée par l'Animal

INTRODUCTION

I. Contextualisation

Les thérapeutiques non médicamenteuses ont aujourd'hui pleinement leur place dans l'éventail des ressources disponibles pour la prise en charge des patients. Elles englobent un ensemble de techniques de soins, d'approches environnementales et humaines visant à traiter ou à soulager certains symptômes, améliorer la qualité de vie, promouvoir le bien-être et prévenir la iatrogénie (1). Dans la stratégie nationale de santé 2018-2022, le Ministère de la Santé et de la Prévention, a souligné l'importance du développement et de l'utilisation de ces outils, notamment dans le champ de la santé mentale (2).

Parmi ces approches non médicamenteuses, la médiation animale est une pratique qui tend à se démocratiser. Elle est de plus en plus employée dans les structures de soin, en psychiatrie entre autres (3). Selon une enquête réalisée en 2016 auprès de 1000 Français.es, 57% des personnes interrogées considéraient la médiation animale comme une discipline à part entière, et 92% estimaient qu'une telle activité pourrait être bénéfique pour les personnes en situation de handicap psychique (4).

C'est dans ce contexte qu'a été mis en place un atelier de médiation animale dans le service G08 de l'hôpital psychiatrique George Daumézon à Bouguenais, en Loire-Atlantique.

Pour introduire cette étude, il convient d'abord de définir la médiation animale et d'évoquer ses principaux effets dans le domaine du soin. La discussion sera ensuite orientée plus spécifiquement sur son utilisation en psychiatrie et sur la mise en place de cette activité au sein du service G08. Ces différents éléments permettront alors de comprendre l'intérêt et les objectifs de cette étude.

II. La médiation animale : définition, effets et domaines d'utilisation

A. Définition de la médiation animale

La médiation animale, également appelée zoothérapie, regroupe différents types de pratiques centrées sur l'utilisation des animaux dans les domaines de la santé, du social et de l'éducation.

De façon générale, la médiation animale repose sur la mise en interaction de l'Homme avec l'Animal. Cette interaction peut être instaurée selon diverses modalités : assistance animalière type chien-guide, animal résidant avec la personne, intervention ponctuelle dans un cadre de soin ou de prise en charge éducative, par exemple. Dans le domaine de la santé, elle appartient au champ des thérapies non médicamenteuses.

La terminologie de cette discipline est complexe et divergente selon les pays. Par exemple, le terme « médiation animale » n'a pas d'équivalent formel en langue anglaise. Il existe donc différentes façons de penser l'organisation de cette pratique, qui sont résumées ci-dessous.

Sur le plan international, l'IAHAIO (International Association of Human-Animal Interaction Organizations) recommande l'utilisation du terme "Intervention Assistée par l'Animal" (IAA). Fondée en 1992, l'IAHAIO est une association qui rassemble des organisations nationales travaillant sur la relation entre l'Homme et l'Animal, dans l'objectif d'établir un cadre plus formel pour cette discipline. Dans son livre blanc, l'association définit l'IAA comme une intervention impliquant la présence intentionnelle d'un animal et ayant des objectifs définis pour le bénéficiaire (5). L'IAA se décline sous plusieurs formes :

- La Thérapie Assistée par l'Animal (TAA) : l'intervention doit ici être réalisée de façon structurée par un professionnel, dont l'expertise est reconnue. Elle a un objectif thérapeutique défini, qui doit être évalué par la suite. La TAA peut être individuelle ou collective et vise à améliorer les fonctionnements physiques, cognitifs, comportementaux et socio-affectifs des bénéficiaires.
- L'Activité Assistée par l'Animal (AAA) : l'intervention repose alors sur des interactions ou des visites informelles menées par des personnes non qualifiés ou bénévoles. Son objectif peut être éducatif, récréatif ou motivationnel, sans but thérapeutique formel.

En France, l'organisation de la discipline est légèrement différente. Les diverses pratiques sont réunies sous le terme générique de "médiation animale". Elles pourraient être synthétisées selon le schéma suivant, tiré du travail de J.Badel (6) :

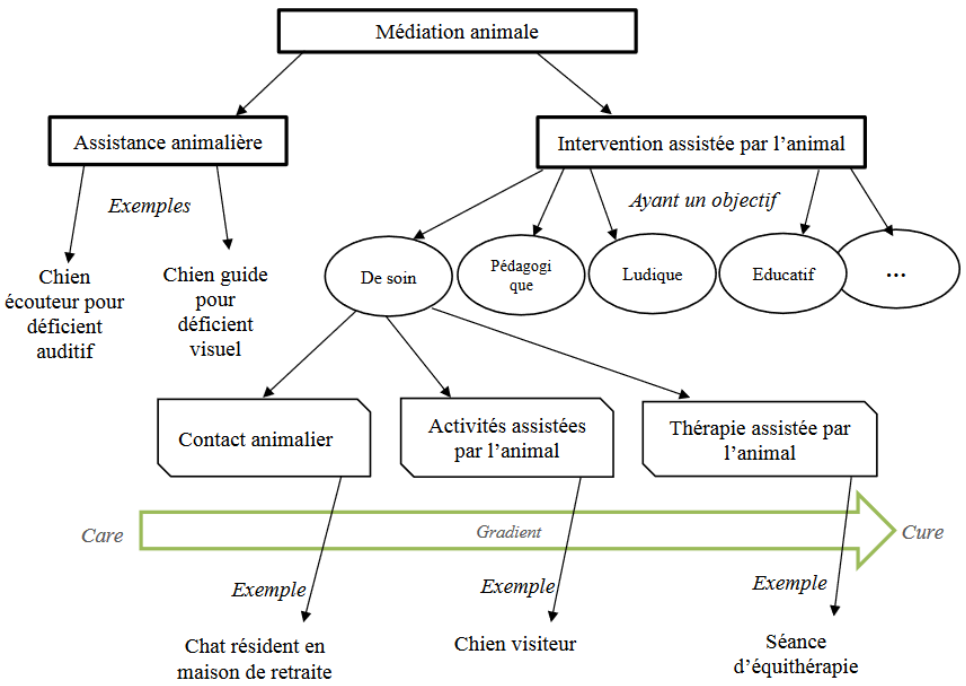


Figure 1 : Organisation des différentes modalités de médiation animale en France

Ce schéma repose sur l'idée qu'il existe, au sein des différents types de médiation animale, un gradient dans les objectifs de soin, allant du "care" (soin au sens de "prendre soin de") au "cure" (soin au sens d'un traitement).

En pratique, la distinction entre les différentes modalités d'IAA est parfois difficile à faire. Dans un but de simplification, on choisira dans ce travail d'employer le terme générique de "médiation animale" pour qualifier la discipline étudiée.

B. La médiation animale dans le cadre de la santé

Les effets de la médiation animale dans divers domaines de la santé ont été étudiés dans de nombreux travaux de la littérature française et internationale. Quelques-uns d'entre eux sont cités ci-dessous à titre d'exemple.

En gériatrie, elle permet une réduction des symptômes psycho-comportementaux liés à la démence, ainsi qu'une amélioration des fonctions cognitives et sociales (7–9). Chez les personnes âgées institutionnalisées en EHPAD, les séances de médiation animale participent à la réduction du sentiment de solitude (10). Elles sont sources de bien-être, de distraction et de stimulation intellectuelle (11–13).

En pédiatrie, plusieurs études montrent une réduction de l'anxiété chez les enfants hospitalisés participant à des activités avec les animaux (14,15). La présence d'animaux améliore également l'adhésion aux soins, tant chez les enfants souffrant de troubles du neurodéveloppement (16) que lors des hospitalisations en oncopédiatrie (17). Par ailleurs, une revue de la littérature objective des effets positifs de la médiation animale sur les fonctions exécutives et l'autonomie des enfants atteints d'infirmité motrice cérébrale (7).

Sur le plan cardiovasculaire, il est retrouvé une augmentation du périmètre de marche et une diminution des chiffres de pressions cardio-pulmonaires après visite d'un chien chez des adultes hospitalisés pour décompensation cardiaque (18,19).

Plusieurs études démontrent également l'utilité de la médiation animale dans la réduction des douleurs (20), notamment dans la fibromyalgie (21), les douleurs post-opératoires (22) et les soins palliatifs (23,24).

Cette discipline est ainsi utilisée dans de nombreux domaines médicaux, parfois même dans des contextes de soins techniques comme la réanimation (25), l'anesthésie (7) ou l'odontologie (26). Elle est aussi employée dans le cadre paramédical, notamment en orthophonie (27), en psychomotricité (28,29) et en kinésithérapie (30,31).

C. La médiation animale en psychiatrie

En parallèle, le recours à la médiation animale se développe également en psychiatrie, notamment parce qu'elle a un effet positif sur les symptômes psychiques des patients.

De façon générale, la médiation animale contribue à améliorer l'humeur et à réduire le stress et l'anxiété, comme le confirment les résultats de deux revues de la littérature explorant les effets génériques de cette activité (32,33). Une méta-analyse menée par Ein *et al*. conclut également qu'elle améliore les symptômes physiologiques de stress (tension artérielle et fréquence cardiaque) et permet une diminution des scores subjectifs d'anxiété en population générale (34).

De tels bénéfices sont utiles dans le cadre du soin psychique. De nombreuses études se sont donc attelées à explorer l'impact de cette médiation dans le champ de la psychiatrie, notamment :

- Deux études randomisées contrôlées, menées en hôpital psychiatrique auprès de patients ayant des pathologies psychiques diverses, rapportent une diminution du niveau d'anxiété (35,36) et une réduction des symptômes dépressifs (35) chez les ceux ayant participé à une activité de médiation animale.
- Une étude randomisée contrôlée portant sur une activité de médiation animale avec des dauphins (37) et la méta-analyse de Souter et Miller (38) ont mis en avant les bénéfices de cette discipline dans le traitement de la dépression.
- L'utilité de la médiation animale dans le cadre de la schizophrénie et troubles apparentés est également largement explorée dans la littérature, au travers de différentes études (39,40) et de deux méta-analyses récentes en 2019 (41) et 2023 (42).
- Dans le domaine de la psychogériatrie, l'étude de Moretti *et al.* démontre une amélioration des fonctions cognitives et des symptômes dépressifs chez les personnes âgées souffrant de troubles psychiques après une intervention de médiation animale durant 6 semaines (43).
- Dans leur revue de la littérature O'Haire *et al.* suggèrent qu'une telle activité est utile dans le domaine des psycho-traumatismes, puisqu'elle réduit les symptômes de stress post-traumatique (44).
- Plusieurs études soulignent une amélioration de la qualité de vie des patients souffrant de troubles psychiatriques chroniques après leur participation à des sessions de médiation animale (45–47).
- Enfin, la méta-analyse de Virués-Ortega, comparant les résultats de 21 études portant sur cette activité dans le contexte de troubles psychiatriques divers, conclut à un effet bénéfique sur les aptitudes sociales, les troubles du comportement, l'anxiété et la dépression (48).

Au vu de ces bénéfices multiples, la médiation animale apparaît comme un outil thérapeutique pertinent dans le domaine des soins psychiques, pouvant être proposé en complément des prescriptions médicamenteuses et des soins habituels. Elle est employée dans un large panel de pathologies psychiatriques, notamment dans la dépression, l'anxiété, la schizophrénie, les addictions et les troubles du neurodéveloppement (49).

III. La médiation animale à l'hôpital psychiatrique G.Daumézon

A. Histoire et modalité de l'activité au G08

La naissance du projet

Le projet de médiation animale dans le service G08 à l'hôpital psychiatrique Georges Daumézon a débuté en 2020, sous l'impulsion du Dr Catherine Marquette. L'idée d'une telle activité est née de la pratique clinique, notamment dans le contexte de la prise en charge d'une patiente présentant une pathologie psychiatrique lourde et complexe, pour qui le lien avec l'animal semblait pouvoir être une ressource intéressante.

Pour élaborer ce projet de médiation animale, un questionnaire a d'abord été adressé aux soignants du service, afin de recueillir leur avis et leurs propositions. Cette enquête a conduit à la formation d'un groupe de travail, chargé de définir les modalités de mise en place de l'activité dans le service.

Les réflexions collectives, les recherches sur le sujet et les échanges avec le service pédopsychiatrique voisin, qui accueillait déjà une cynothérapeute, ont abouti à la création d'une activité de médiation animale, bimensuelle, en partenariat avec une association extérieure, spécialisée dans cette discipline.

Le déroulement des ateliers

C'est ainsi qu'en juin 2021, Mme Nathalie Colombier, intervenante en médiation animale et membre de l'association Cœur d'Artichien, a mené la première séance de médiation animale au G08. Elle était accompagnée de deux animaux, pouvant être des chiens et/ou des chats. L'activité était animée en co-médiation avec l'un des 4 soignants référents de la médiation animale travaillant dans le service.

L'atelier avait lieu tous les 15 jours, le jeudi matin, pendant 2 heures, en groupe accueillant jusqu'à 6 patients. Mme Colombier pouvait aussi intervenir dans le cadre de séances individuelles, à la demande de l'équipe soignante. Les animaux présents étaient le plus souvent deux chiens, Jockera (un Jack Russel) et Mayerlee (un Berger Australien). L'activité se déroulait en extérieur ou dans une salle polyvalente au sein du centre hospitalier. Les prises en charge

individuelles pouvaient aussi avoir lieu dans la chambre du patient, voire en chambre de soins intensifs, si l'état clinique du patient le justifiait.

Après la séance, Mme Colombier rédigeait un bilan individuel pour chaque participant en collaboration avec le soignant présent. Elle adressait par la suite un résumé écrit de ce bilan à l'équipe soignante du G08, en spécifiant les objectifs thérapeutiques travaillés.

Les modalités d'inscription

L'atelier de médiation animale était noté dans le planning des activités thérapeutiques hebdomadaires et un poster présentant l'activité était affiché dans les deux unités d'hospitalisation du G08 (Cf Figure 2). S'ils souhaitaient s'inscrire à la session à venir, les patients devaient en faire la demande auprès d'un membre de l'équipe soignante.

Certains patients étaient également orientés vers l'activité sur proposition des soignants. L'indication des prises en charge individuelles était discutée en réunion pluriprofessionnelle. Pour certains patients, l'activité était intégrée à leur projet de soin au long cours et les dates de leurs hospitalisations séquentielles étaient synchronisées avec le planning des séances.

Figure 2 : Affiche présentant l'activité de médiation animale au G08

B. Premier bilan d'activité

En juin 2022, un bilan a été mené par l'équipe soignante référente de la médiation animale après un an d'activité afin de discuter de ses modalités pratiques et de l'intérêt de son maintien.

Retour sur l'activité en quelques chiffres

Le rapport d'activité a relevé un total 25 séances réalisées sur l'année, permettant à 78 patients différents de participer à l'activité. 73% d'entre eux n'ont assisté qu'à un seul atelier, ces venues épisodiques pouvaient être expliquées par une durée moyenne de séjour de 3 semaines au G08. D'autres patients s'engageaient dans une participation plus régulière, avec 15% d'entre eux ayant participé à 3 séances et 5% à plus de 8 séances. La patiente ayant inspiré la mise en place de l'activité a pu participer à 16 séances jusqu'à sa sortie de l'hôpital.

Le retour des soignants

Dans le cadre de ce rapport, les soignants référents de l'activité ont exprimé leurs points de vue après un an d'expérience, lors de groupes d'échange.

Ils ont alors pu témoigner de l'évolution clinique perçue chez les patients, notamment :

- Un apaisement les jours de médiation, se manifestant par davantage de sourires et une ambiance plus légère dans le service.
- Une verbalisation des émotions plus facile en séance, et à la suite de celle-ci parfois.
- Un changement d'attitude corporelle, passant par des postures plus ouvertes.
- Une meilleure affirmation de soi pour certains patients, à travers les ordres donnés aux chiens par exemple.

Les soignants ont également observé un changement dans le lien thérapeutique avec les patients. Les échanges étaient parfois plus fluides et l'activité pouvait servir de point de départ pour établir un lien avec des patients initialement réticents aux soins. En effet, ils constataient que certains d'entre eux ne participaient qu'à cette activité parmi tous les ateliers thérapeutiques proposés.

A titre individuel, les soignants rapportaient aussi que l'ambiance chaleureuse de l'activité participait à améliorer leur qualité de vie au travail.

C. Pourquoi ce travail de thèse ?

1. Un intérêt né de l'expérience clinique

Pendant mon internat de Médecine Générale, j'ai eu l'opportunité d'approfondir mon intérêt pour la psychiatrie au cours d'un stage effectué au G08 en 2020. Cette expérience clinique a enrichi ma pratique et mes compétences dans le suivi des patients atteints de troubles

psychiques en médecine générale. J'y ai aussi découvert la diversité des activités thérapeutiques proposées aux patients dans leur parcours de soin.

Mon parcours médical, enrichi de mon expérience personnelle, a renforcé cette conviction : la complémentarité entre les outils non pharmacologiques et l'approche médicamenteuse habituelle peut être un véritable levier dans l'accompagnement des patients, en médecine générale notamment.

Lors de mon stage au G08, le projet de médiation animale, bien qu'encore à ses débuts, a éveillé ma curiosité. C'est ainsi qu'en 2023 j'ai choisi d'orienter mon travail de thèse vers ce sujet, en collaboration avec le Dr Catherine Marquette.

2. Le projet de recherche

Pour affiner ce projet de recherche, différentes thèses sur la médiation animale en milieux psychiatriques ont été analysées, en complément du bilan d'activité de 2022. Ce travail préalable a fait émerger plusieurs réflexions, contribuant à la définition des objectifs de notre étude.

Observations à partir des thèses existantes

Parmi les thèses retrouvées sur le sujet, trois d'entre elles ont particulièrement retenu notre attention :

- G.Boivin a enquêté sur la perception de la cynothérapie par les patients souffrant de schizophrénie dans un travail qualitatif mixte, combinant des observations directes en séance et des entretiens avec les patients (50).
- I. Berthod a étudié les effets d'une telle médiation sur les symptômes anxio-dépressifs des patients hospitalisés en psychiatrie, à l'aide d'échelles visuelles analogiques (EVA) complétées par les soignants et les patients, avant et après l'activité (51).
- M. Valentin a exploré, quant à elle, le point de vue des médecins et infirmiers en milieux psychiatriques concernant l'utilisation de la médiation animale canine chez l'adulte schizophrène, au travers d'une étude qualitative (52).

Ces différents travaux offrent des perspectives intéressantes en explorant la médiation animale en psychiatrie sous différents angles (celui des patients et des soignants), et par différents moyens (entretiens qualitatifs, observation directe et EVA). Cependant, ils sont chacun axés sur une pathologie psychiatrique spécifique (la schizophrénie ou les troubles anxio-dépressifs).

Il apparaissait alors pertinent d'orienter la recherche vers la médiation animale dans le cadre des troubles psychiatriques en général, au-delà d'une pathologie spécifique.

Observations à partir du premier bilan d'activité

Après avoir examiné le rapport d'activité et analysé les retours des soignants concernant l'activité de médiation animale au G08, une question émerge : qu'en pensent les principaux intéressés, à savoir les patients ?

Le bilan d'activité fournit des données chiffrées intéressantes et expose les effets de la médiation animale perçus par les soignants, mais il n'interroge pas le point de vue des participants.

Les patients sont à la fois les bénéficiaires et les acteurs principaux de leur parcours de soin. Dans cette perspective d'implication, il nous est apparu important de les placer au centre de cette étude, en leur donnant la parole.

Les objectifs de ce travail

Sur la base de ces observations, nous avons choisi d'interroger le vécu de la médiation animale par les patients, dans une approche holistique, au-delà des effets perçus et quel que soit leur diagnostic psychiatrique.

L'objectif principal de ce travail était donc d'explorer le vécu de la médiation animale à travers l'expérience des patients y participant à l'hôpital psychiatrique.

L'objectif secondaire était de recueillir leurs points de vue sur les modalités pratiques de l'activité, dans une optique d'inclusion des patients dans leur parcours de soin.

La question de recherche est alors double :

- ***Quel est le vécu des patients participant à un atelier de médiation animale au cours de leur hospitalisation en psychiatrie au G08 ?***
- ***Quels sont leurs opinions et remarques concernant les modalités de cet atelier ?***

Cette étude vise à mieux comprendre l'expérience des patients et leurs attentes à l'égard la médiation animale. Les résultats de ce travail, fondé sur les témoignages et les propositions recueillies, pourraient alors servir d'appui pour adapter cette activité et en optimiser les bénéfices pour les patients.

MATERIEL ET METHODE

I. Description de la méthode

Pour répondre à ces questions, nous avons mené une étude qualitative à partir de données issues d'entretiens individuels semi-dirigés, menés auprès des patients participant à un atelier de médiation animale au sein de l'unité G08 à l'hôpital G. Daumézon.

A. Type d'étude et orientation de l'analyse

La méthodologie qualitative permet une analyse approfondie du récit des personnes interrogées dans le but d'en extraire le sens, par une approche inductive (53,54). Son utilisation dans cette étude permettait donc d'explorer le vécu des participants sous différents angles afin de mieux comprendre leur expérience de la médiation animale.

La méthode d'analyse était inspirée de l'analyse phénoménologique interprétative (dite IPA). Cette approche analytique consiste à explorer la façon dont une expérience commune est vécue et comprise par chaque individu, en vue de développer des théories à partir des données recueillies (54). Ce choix méthodologique était donc approprié pour répondre à la question de recherche principale.

Afin de traiter l'objectif secondaire, la deuxième partie de ce travail a pris la forme d'une enquête d'opinion visant à recueillir le point de vue des enquêtés de façon plus directe. Cette partie se détache donc en partie de la méthode qualitative.

B. Population étudiée

1. Critères d'inclusion et recrutement

Dans cette étude, ont été inclus les patients majeurs hospitalisés dans le pôle G08 du centre hospitalier Georges Daumézon et ayant participé volontairement à un atelier de médiation animale au cours leur hospitalisation.

Les enquêtés ont été recrutés sur la base du volontariat parmi ces participants, à la suite de chaque atelier, à partir d'avril 2023. L'échantillonnage était donc raisonné et homogène, en cohérence avec la méthode d'analyse par IPA.

Les patients participant à plusieurs ateliers au cours de la période d'étude étaient interrogés une seule fois. La connaissance préalable des questions aurait pu biaiser à la fois leur vécu pendant la séance et leurs réponses lors d'un deuxième entretien.

2. Critère de non-inclusion

N'ont pas été inclus :

- Les patients ayant refusé de participer à l'étude.
- Les patients mineurs, le délai d'inclusion étant trop court pour obtenir l'accord des titulaires de l'autorité parentale.
- Les patients n'ayant pas accès au langage ou une déficience auditive profonde non appareillée, devant la difficulté pratique de réalisation d'un entretien oral.
- Les patients ayant quitté l'activité en cours de séances, leur vécu risquant d'être limité et la réalisation d'un entretien pouvant être délétère pour leur état clinique selon la raison de leur départ anticipé (par exemple, si agitation).

La présence d'une mesure de protection n'était pas retenue comme critère d'exclusion. L'objectif de l'étude était d'explorer le ressenti des participants à l'atelier, indépendamment de leur comorbidité psychiatrique ou de leur statut social et juridique. De plus, selon un rapport de la DREES, sur la *« Description des populations des institutions psychiatriques dans l'enquête HID (Handicaps – Incapacités – Dépendance) »*, plus de la moitié (54%) des patients dans les établissements psychiatriques en France sont placés sous mesure de protection juridiques (55). Par extrapolation, exclure les majeurs protégés aurait conduit à diminuer significativement la diversité de l'échantillon.

C. Type d'entretien

Les entretiens étaient individuels et semi-dirigés, de type compréhensif selon les principes de J.C Kaufmann (56). Ils étaient menés par la chercheuse à partir d'un canevas d'entretien flexible.

Ce type d'entretien est adapté à l'objectif de ce travail. Les entretiens individuels offrent un cadre propice à l'évocation de vécus intimes ou personnels. L'aspect semi-dirigé permet de structurer l'échange au moyen de questions ouvertes, favorisant la liberté d'expression et de réflexion des enquêtés.

L'utilisation combinée d'entretiens individuels et d'un canevas d'entretien souple permettait une approche ouverte, propice à l'exploration des différentes facettes du vécu des participants.

D. Suffisance des données

Le nombre d'entretiens a été défini par l'obtention de la suffisance des données, celle-ci étant considéré atteinte lorsque les entretiens n'apportaient plus de nouvelles données utiles à la l'émergence de la théorie.

II. La méthode en pratique

A. Recherche documentaire

La recherche bibliographique a été réalisée via plusieurs moteurs de recherche (Pubmed, Google scholar, SUDOC, EM premium, Cairn notamment). Les mots-clés utilisés étaient : médiation animale, zoothérapie, psychiatri*, santé mentale, hôpital psychiatrique, patient, animal-assisted therapy, mental-illness, inpatient.

Le logiciel Zotero a permis la gestion des sources bibliographiques.

B. Phase d'observation et élaboration du canevas d'entretien

En amont de l'étude, la chercheuse a assisté à un atelier de médiation animale au sein du G08, en tant qu'observatrice, afin de prendre connaissance du déroulé d'une « séance type ».

L'objectif de cette phase d'observation était double :

- Découvrir l'ambiance globale et le rôle des différents intervenants, afin de mieux comprendre le récit des participants lors des entretiens.
- Définir les différents temps d'intervention dans le cadre de l'étude, afin d'interférer le moins possible avec le déroulement des ateliers.

Par la suite, une première version du guide d'entretien a été réalisée en collaboration avec la directrice de thèse. Il était basé sur la structure suivante :

- Une première question « brise-glace » concernant l'inscription à l'atelier, permettant d'orienter la discussion vers le sujet de l'étude et d'ancrer l'enquêté dans son expérience réelle.
- Une série de questions interrogeant les différentes facettes du vécu de la médiation animale, à la fois psychique, émotionnel et corporel.
- Une ouverture sur les aspects relationnels en jeu pendant la séance, s'ils n'avaient pas été abordés jusqu'alors.
- Une dernière question abordant les propositions et pistes d'amélioration pour les ateliers de médiation animale, dans le cadre de l'objectif secondaire de l'étude.
- Le recueil des données sociologiques du participant (âge, sexe et nombre de participations aux séances de médiation animale) en dernier lieu, afin de ne pas « formater » l'enquêté à un type de questions fermées en début d'entretien.

Les questions étaient ouvertes et adaptées, selon les fragilités cognitives des enquêtés. Des questions de relance étaient prévues afin de soutenir au mieux leur pensée et leur attention. Après chaque entretien, le canevas était modulé et enrichi à partir de l'échange précédent. La version finale du canevas d'entretien est disponible en Annexe 1.

C. Déroulement du recrutement et des entretiens

1. Recrutement

La chercheuse n'était pas présente au cours de l'atelier. Elle intervenait au début de celui-ci pour informer les participants de son travail et de la possibilité d'y participer librement à la suite de l'activité. Les informations données à ce stade étaient volontairement évasives pour ne pas biaiser le vécu des participants.

A la fin de l'atelier, une nouvelle rencontre avec le groupe permettait de préciser le but et les modalités de l'étude. Il était précisé que l'entretien était confidentiel et enregistré sous format audio. Les motifs de refus de participation étaient collectés, si possible, pour être analysés dans les limites de l'étude.

Les documents supports de ces deux interventions sont disponibles en Annexe 2.

Les participants volontaires recevaient ensuite un document d'information résumant en termes clairs et non scientifiques (Cf Annexe 3) :

- Les bénéfices, les risques et les modalités de l'étude
- Les explications sur la protection des données personnelles
- La possibilité de retirer leur consentement à tout moment de l'étude
- La confidentialité de l'entretien et l'absence de jugement
- L'absence de répercussion du contenu de l'échange sur leur suivi médical

Ce document était lu et examiné par ceux-ci dans l'intervalle de temps entre l'atelier et l'entretien. Au besoin, les participants pouvaient solliciter un membre de l'équipe soignante de leur unité pour la lecture et/ou la clarification de celui-ci.

2. Entretiens

Les entretiens étaient individuels et menés par la chercheuse seule. Leur durée était estimée entre 15 et 45 minutes. Ils avaient lieu l'après-midi même, selon un planning adapté aux disponibilités des enquêtés, dans un bureau dédié à l'étage du service d'hospitalisation.

Le consentement de l'enquêté était recueilli à l'oral. L'ensemble de l'entretien était enregistré sous forme audio. Les attitudes non verbales de l'enquêté étaient consignées à l'écrit.

L'enquêté pouvait librement mettre fin à l'entretien sans besoin de justification. Il était aussi interrompu s'il semblait contraire à l'intérêt clinique de l'enquêté de le poursuivre. Une attention particulière était donc portée :

- A l'état émotionnel de l'enquêté
- Aux possibles recrudescences de manifestations anxieuses
- Aux signes de fatigue ou d'inconfort, qu'ils soient exprimés verbalement ou non

D. Analyse

1. Retranscription

A la suite directe des entretiens, les enregistrements audios étaient retranscrits sous forme de verbatim, sur le logiciel de traitement de texte Microsoft Word. Les annotations sur les attitudes non verbales étaient consignées en parallèle sur le même fichier. L'identité des enquêtés était remplacée par Ex (x correspondant à l'ordre chronologique des entretiens).

Après la retranscription, les fichiers audios et les notes papiers ont été supprimés.

2. Méthode d'analyse

Le codage et l'analyse des verbatim a été effectué selon une méthode inspirée de l'IPA.

Chaque entretien était d'abord analysé de façon indépendante. Cette première phase d'analyse est basée sur le principe de la double herméneutique (donner du sens au sens que le participant donne à son propre vécu). Le codage des verbatim de chaque récit permettait ainsi d'extraire les principaux thèmes et sous-thèmes émergents.

Dans un deuxième temps, l'analyse intégrative consistait à rechercher le sens commun et les divergences entre les différents entretiens. Les thèmes issus des différents entretiens étaient donc articulés entre eux au sein de thèmes superordonnés, équivalant à des catégories conceptuelles. La synthèse de cette analyse a permis l'élaboration d'un modèle explicatif global.

Pour faciliter l'analyse thématique, un outil de carte mentale a été utilisé, via le site Mindmeister (Cf Annexe 4). Par la suite, les données verbatim ont été consignées et organisées dans un tableur Excel, dont un extrait est disponible en Annexe 5. Les colonnes correspondaient aux différents entretiens. Les lignes regroupaient les grandes catégories et thèmes superordonnés, contenant eux-mêmes les thèmes et sous-thèmes. Puis, les verbatim étaient classés dans les diverses cases correspondantes.

III. Protection des données

A. Cadre légal et éthique

Dans le cadre des procédures éthiques et administratives, différentes instances ont été saisies avant réalisation de l'étude :

- La déléguée à la protection des données (DPO) de l'Université de Nantes a validé la conformité de l'étude à la norme CNIL MR-004.
- Le comité d'éthique de la recherche non interventionnelle (CERNI) de l'Université de Nantes a émis un avis favorable à la réalisation de l'étude le 12 avril 2023 (Cf Annexe 6).

B. Consentement

Au début de chaque entretien, le consentement des enquêtés était recueilli à l'oral, puis consigné par la chercheuse sur un formulaire en deux exemplaires, dont l'un était remis en mains propres au participant (Cf Annexe 7).

L'étude étant une recherche de catégorie 4 (hors Loi Jardé), les échanges avec le CERNI ont autorisé la collecte d'un consentement oral uniquement. L'obtention d'un consentement écrit par signature aurait pu freiner la participation de certains patients anxieux ou souffrant de psychose paranoïaque.

C. Confidentialité et sécurité des données

Les enregistrements audios des entretiens étaient conservés sur le téléphone personnel de la chercheuse sur un fichier accessible par code alphanumérique. Une fois retranscrits par écrit, ils étaient supprimés. Il en a été de même pour les notes manuscrites prises lors des entretiens.

A la retranscription, la confidentialité des données était assurée par la pseudonymisation de l'identité des participants (Ex) et la modification des extraits susceptibles de lever indirectement l'anonymat (par exemple, si le nom d'un animal de compagnie était cité, il était remplacé par un nom générique).

Un extrait d'entretien retranscrit est disponible en Annexe 8. Les retranscriptions complètes et anonymisées des entretiens sont accessibles sur demande.

RESULTATS

I. Description de l'échantillon

Quatre séances de médiation animale ont eu lieu sur la période de l'étude, entre le 06 avril et 1er juin 2023. Au total, quinze patients y ont participé et onze d'entre eux ont été inclus. Les caractéristiques des séances et les détails de l'inclusion sont détaillés dans le tableau 1 ci-dessous.

Tableau 1 : Caractéristiques des séances sur la période de l'étude et détail de l'inclusion

	Date	Animaux présents	Nombre de participants	Nombre de patients inclus	Motif de non-inclusion
N°1	06/04/2023	Jockera (Chien) Tokyo (Chat)	6 en groupe 1 en individuel	5	- 1 patient n'ayant pas accès au langage. - 1 patient ayant quitté la séance avant la fin (état d'agitation psychomotrice).
N°2	20/04/2023	Jockera (Chien) Udine (Chiot)	5 en groupe	2	- 1 patient n'ayant pas accès au langage (le même qu'à la séance 1) - 2 patients ayant déjà été interrogés.
N°3	04/05/2023	Mayerlee (Chien) Udine (Chiot)	4 en groupe	1	- 1 patient n'ayant pas accès au langage (le même qu'à la séance 1) - 1 patient ayant quitté la séance avant la fin (difficultés émotionnelles). - 1 patient ayant déjà été interrogé.
N°4	01/06/2023	Mayerlee (Chien) Tokyo (Chat)	5 en groupe	3	- 1 patiente ayant refusé de participer à l'étude. - 1 patient ayant déjà été interrogé.

Les participants à l'étude avaient des profils divers en âge et en genre. Un large panel de pathologies psychiatriques était représenté. Certains patients participaient pour la première fois à l'atelier de médiation animale, tandis que d'autres en avaient déjà vécu plusieurs. Les durées d'hospitalisation au moment de l'étude étaient variables, permettant d'interroger des patients hospitalisés de façon aiguë et chronique.

La durée moyenne des entretiens était de vingt-sept minutes.

Les caractéristiques des participants interrogés et des entretiens sont résumées dans le tableau 2 ci-dessous.

Tableau 2 : Caractéristiques des entretiens et patients participant à l'étude.

Age	Genre	Diagnostic psychiatrique (selon la CIM10)	Durée hospitalisation	Participations antérieures aux ateliers	Durée entretien
29 ans	M	Schizophrénie paranoïde	1 mois Hospitalisations fréquentes	Environ 5	14'
18 ans	F	- Trouble anxieux et dépressif mixte - Personnalité émotionnellement labile type borderline	1 semaine	-	15'
67 ans	M	Trouble démentiel sans précision	2 mois	-	19'
23 ans	F	- Anxiété généralisée - Personnalité émotionnellement labile type borderline	2 jours	2	40'
20 ans	F	Trouble psychotique aigu polymorphe avec symptômes schizophréniques	1 semaine	-	25'
22 ans	F	- Trouble bipolaire - Personnalité émotionnellement labile type borderline	2 jours	-	32'
51 ans	M	Schizophrénie paranoïde	2 mois Hospitalisations séquentielles	Environ 11	31'
26 ans	F	Personnalité émotionnellement labile type borderline	10 jours	-	47'
26 ans	M	Trouble dépressif récurrent, épisode actuel moyen	2 semaines	1	45'
25 ans	F	Trouble affectif bipolaire, épisode actuel maniaque avec symptôme psychotique	1 mois	-	14'
31 ans	F	- Episode dépressif sévère avec symptômes psychotique - Personnalité émotionnellement labile type borderline	1 semaine	-	15'

II. Analyse du vécu des participants à l'atelier de médiation animale

A. La séance de médiation animale : un temps à l'hôpital autrement

1. Sortir du cadre hospitalier

a) Changer sa vision de l'hôpital

La présence d'une activité de médiation animale dans l'établissement permettait de **percevoir l'hôpital sous un angle différent**, en dehors des représentations préétablies.

> *E10 : « Bah ça [la médiation animale] fait du bien, ça casse un peu le cliché de l'hôpital en fait. »*
>
> *E1 : « Ça fait un peu moins hôpital quand on fait des trucs comme ça [la médiation animale], autre chose que d'être dans la chambre tout le temps et tout ça. »*

Les participants étaient **surpris** par l'existence d'une telle activité au sein de l'hôpital.

> *E7 : « Bah je suis arrivée il y a 2 jours en fait, donc je savais même pas que ça [la médiation animale] se faisait dans les hôpitaux ça pour le coup. »*
>
> *E8 : « Fin c'est pas tous les jours où on voit des animaux aller dans les établissement de santé et tout ça quoi ! »*

b) Une activité originale et innovante

La présence d'animaux à l'hôpital était perçue comme **originale et inattendue.**

> *E7 : « Parce que l'air de rien c'est pas anodin de voir deux chiens comme ça dans un hôpital. »*
>
> *E8 : « C'est aussi faire quelque chose qui n'est pas commun. »*

La médiation animale était une activité qui était **rarement proposée dans le parcours de soin** des participants. Avoir la possibilité d'y participer était vécu comme **une opportunité précieuse**.

> *E7 : « Bah j'avais déjà été hospitalisée dans d'autres unités, mais pas ici à Daumézon et ils nous ont jamais parlé de ce type d'animation. Y'avait pas ça … »*
>
> *E5 : « Alors ça [la médiation animale] je trouve ça génial ! Ça faut le garder ça, vraiment. Vraiment vraiment ! C'est le seul HP (Hôpital Psychiatrique) où j'ai découvert qu'il y avait des médiations animales de proposées, vraiment encadrées et tout ça. »*

La médiation animale était, par ailleurs, une activité bien **différente des autres activités thérapeutiques** proposées à l'hôpital. Elle permettait de vivre une **expérience à part**.

E7 : « Mais si je prends exemple avec d'autres activités que j'ai pu avoir dans un autre hôpital psychiatrique, bah c'est différent. C'est plus plaisant d'être avec les animaux que de faire les autres ateliers que j'ai pu faire. »

E11 : « Pour moi, y'a pas du tout de similitude entre les autres activités thérapeutiques et la médiation animale. Je vois vraiment ça comme deux choses différentes. »

E1 : « [Sur les raisons de son inscription] Bah pour changer un peu des autres activités, c'est original. »

Elle était parfois une activité inconnue, **source de curiosité et de découverte**.

E8 : « J'y suis allée [à l'atelier] parce que j'étais curieuse, j'ai envie de faire des choses aussi et je suis assez ouverte. »

c) Sortir du quotidien de l'hôpital

Vivre un moment avec les animaux était l'occasion de **s'évader du cadre hospitalier**. L'activité avait lieu en dehors du service. Ce changement de cadre permettait d'oublier un temps la réalité de l'hospitalisation.

E6 : « Ça [l'atelier de médiation animale] m'a quand même permis de sortir du cadre un peu hospitalier. Et ça fait du bien ! »

E8 : « Bien, oh oui franchement j'ai complètement occulté, occulté l'hôpital, fin j'avais tout oublié. »

E10 : « Ça [la médiation animale] fait oublier peut-être le côté hôpital vraiment. »

E11 : « J'ai pu m'évader à un moment de l'hôpital. J'ai pu sortir de De Vinci ou de Warhol pour vraiment penser à autre chose et que mon esprit arrête de ruminer. »

Le temps passé à l'hôpital semblait long pour certains patients. Participer à cette activité était aussi un moyen **d'occuper leur temps différemment**, voire de parer à l'ennui.

E6 : « Pour ma part, j'ai pas le droit de sortir sans accompagnement donc c'est long parce qu'il y a pas grand-chose à faire. Donc c'est pour ça le fait qu'il y ait des activités de mises en place c'est vraiment génial. »

E11 : « C'est que pour moi ici le temps passe très lentement parce que je m'ennuie et parce que je rumine beaucoup. Et lorsque j'ai fait l'activité, le temps est passé très vite. »

L'activité avec les animaux permettait **de rompre avec la sensation d'enfermement**.

E11 : « Je me sentais vraiment bien, libre. »

E4 : « Si ça vous arrive un jour d'être interné comme ça de cette manière depuis deux mois vous verrez comment vous réagirez. Vous cherchez tout pour sortir et s'occuper. »

E8 : « Oui, parce que d'être enfermée on va dire entre 4 murs, sans voir personne… Là de voir des animaux, en plus que j'aime bien ! »

Lorsque le temps le permettait, une partie de la séance se déroulait dans le parc autour de l'hôpital. Ce **contact avec la nature** était particulièrement apprécié des participants.

E6 : « J'ai pu sortir un peu du cocon hôpital, prendre l'air et puis y'avait du soleil ce matin, y'en a toujours là ! C'était agréable. »

E10 : « Et puis le fait d'être en nature c'était super agréable aussi. »

d) Un changement dans les interactions et les statuts

Quitter le fonctionnement habituel du service **modifiait la dynamique des interactions**, autant entre les patients qu'avec le soignant présent.

E11 : « Quand on est dans l'hôpital on est vraiment avec tous les autres patients et lorsqu'on est à l'extérieur ou dans une autre pièce avec des animaux c'est tout à fait différent. Il y a pas la même aura, la même ambiance. C'est différent avec les autres patients ou avec les soignants aussi. »

Le changement de cadre permettait de **percevoir l'infirmière présente autrement que par son statut de soignante**, ce qui semblait **impacter la relation de soignant-soigné** pendant l'activité.

E11 : « Quand on est dans un autre contexte que cette boite dans laquelle on est, c'est-à-dire le service, on ne voit pas les soignants de la même manière. Moi j'ai pu voir que Julie [la soignante présente] s'intéressait autant que nous aux animaux. Y'avait pas du tout la même euhhh relation … Evidemment elle faisait son rôle d'infirmière, de contrôler, de faire attention à nous, c'est son travail. Mais pour autant je pense que pour elle aussi c'était un moment agréable. »

Aussi, la médiatrice n'intervenait qu'au cours de l'atelier de médiation animale. La **présence d'une personne extérieure** induisait un changement, notamment dans la façon d'être des participants. Se sentant moins jugés, ils s'autorisaient à **se montrer autrement**, à distance de certains éléments de leur histoire ou de leurs antécédents.

E7 : « Ça change d'avoir quelqu'un d'autre [la médiatrice] que de juste voir des infirmiers ou des patients ou des médecins. »

E8 : « Ah oui c'est complètement différent cet atelier. (…) Mais c'est complètement différent parce que c'est pas les mêmes personnes, déjà c'est une personne extérieure qui vient. (…) Oui, du coup elle juge pas. (…) Elle n'a pas été informée de comment je suis, enfin ce que je peux être dans les mauvais moments. Donc du coup je sens que je peux être différente… Fin c'est mieux quoi. »

2. Une ambiance chaleureuse

L'ambiance pendant l'activité était décrite comme **calme et agréable**.

> *E3 : « Donc tout de suite quand y'a un animal ça met un peu une bonne ambiance, c'est doux comme ambiance j'aime bien. »*
>
> *E7 : « Bah on sentait une … Je trouvais vraiment que l'atmosphère était vraiment hyper calme, et ça, c'est quand même plaisant pour le coup. »*

La présence des animaux renforçait également l'impression de quitter l'hôpital pour retrouver une **ambiance familière.**

> *E6 : « Niveau émotionnel je me sens comme à la maison en fait, j'ai l'impression d'être à la maison avec les chiens … C'est… Ouais c'est ça, c'est une sensation de sortir de l'hôpital pour aller vers quelque chose de commun, qui est les chiens du coup. »*

Il régnait dans le groupe une **ambiance collective joyeuse et douce**.

> *E1 : « Avec le groupe aussi c'est bien, d'être avec tout le monde, d'avoir une ambiance gaie ensemble et tout. Une ambiance avec les animaux et les patients. »*
>
> *E7 : « Bah on sentait une … Je trouvais vraiment que l'atmosphère était vraiment hyper calme, et ça, c'est quand même plaisant pour le coup. Plutôt qu'un groupe vraiment énervé, ou ça rigole ou… Juste ça fait la gueule. Là c'était pas ça. »*

3. Un cadre sécurisant

Pendant les séances, les participants étaient **en confiance**. Ce sentiment de sécurité était permis par la présence de la médiatrice et le comportement des animaux présents.

> *E3 : « J'me suis sentie à l'aise et en confiance. J'avais pas de mauvais pressentiments ou des choses comme ça, pas d'appréhension. »*

a) Permis par posture de la médiatrice

L'animatrice était **bienveillante**. Sa gentillesse, son écoute et son absence de jugement ont permis aux participants d'être à l'aise.

> *E3 : « Et même celle qui nous a présenté ça, bah elle était gentille aussi et accueillante. »*
>
> *E8 : « Et puis leur maîtresse était super gentille. »*
>
> *E10 : « Elle [la médiatrice] a été à l'écoute. Y'a pas eu de jugement quoi. (…) Elle nous met à l'aise aussi je pense. »*

L'animatrice était **attentive à la protection** des animaux comme à celle des participants.

E11 : « L'éducatrice qui s'occupe de cette séance de médiation est très impliquée et elle protège beaucoup ses animaux comme les patients qui participent. »

Elle était **investie dans l'accompagnement et le mieux-être des participants** et cette intention était transmise à ses animaux. Ils étaient là pour prendre soin et pour aider les participants.

E11 : « Et je sais que les chiens sont des animaux qui sont euh… Qui ont la personnalité de leur maître souvent. Et là donc, ils ont la personnalité de la médiatrice canine, qui est une personne qui est là pour accompagner, pour aider, pour trouver des solutions annexes pour que nous nous allions mieux. »

b) Permis par le comportement des animaux

Les participants percevaient que les animaux étaient **dressés spécifiquement** pour ce type de médiation. Ils étaient éduqués pour avoir un comportement adapté et avenant.

E5 : « Après ce sont des animaux qui sont habitués à la compagnie des humains donc déjà, ça se voit, ça se sent. »

E11 : « Je trouve que c'est un chien exceptionnel puisque c'est un chien qui est dressé pour justement faire cette médiation. (…) C'est important parce que c'est des chiens qui sont éduqués justement pour s'approcher des patients, être affectifs avec les gens, qui vont se coller à nous, qui vont venir nous voir, qui vont sans problème et sans méchanceté, sans montrer de signe d'agressivité, être présents pour nous, pour les patients. »

Le comportement rassurant des animaux permettait de **mettre à distance les appréhensions** et de **se sentir en sécurité**.

E1 : « De pouvoir les [les animaux présents] caresser sans qu'ils mordent ou sans rien. Le fait qu'ils soient bien dressés, ça j'aime bien parce que j'ai pas peur. »

E3 : « Et vu qu'ils [les animaux] étaient pas peureux bah du coup ça nous a mis en confiance aussi (…) J'me suis sentie à l'aise et en confiance. J'avais pas de mauvais présentiment ou des choses comme ça, pas d'appréhension. »

c) Un lien de confiance partagé

Les animaux et les participants se sentaient en sécurité grâce à la présence de la médiatrice, ce qui permettait l'établissement d'un **lien de confiance.**

E3 : « L'animatrice elle prenait son temps, elle était calme aussi. Et c'est aussi parce que vu que c'est ses animaux [à la médiatrice] et bah ils sont aussi en confiance, vu qu'ils voient qu'il n'y a pas de danger. Et nous aussi on a confiance du coup. »

4. Une médiation inclue dans le parcours de soin individuel

Le parcours de médiation animale permettait aux participants de personnaliser leur projet de soin en partenariat avec l'équipe soignante, dans un but thérapeutique.

a) Une démarche active en partenariat avec l'équipe de soin

Les patients participaient à l'atelier selon leur **propre initiative**. La demande d'inscription était une **démarche volontaire et proactive, en collaboration avec l'équipe de soin.**

> *E5 : « J'ai vu qu'au niveau du bureau infirmier il y avait des feuilles d'affichées qui euh… présentaient la médiation, qui disaient qu'il y avait cette médiation-là tel jour, telle heure tout ça. Donc du coup, bah moi qui adore les animaux je voulais reparticiper donc j'ai demandé aux soignants et puis ils m'ont inscrite, voilà. »*
>
> *E1 : « Il faut d'abord voir avec les médecins s'ils sont d'accord, les psychiatres et tout ça. (…) En gros ils [les soignants] mettent une feuille par unité, il faut s'inscrire. On demande aux soignants et on s'inscrit. »*

L'activité pouvait également être directement **proposée par un soignant** si cela semblait pertinent et adapté.

> *E8 : « Euh, Marie l'aide-soignante elle avait déjà entendu parler que j'aimais bien les animaux et du coup elle m'a proposé, comme ça allait arriver de faire les médiations animales avec les chiens. »*

b) En cohérence avec le projet de soin

La participation à l'atelier pouvait aussi faire l'objet d'une **réflexion commune** entre le patient et son psychiatre. La médiation animale était incluse dans le **projet de soin** des participants.

> *E1 : « J'ai d'abord vu avec ma psychiatre savoir si elle était d'accord en fonction du projet que j'avais d'être ici. »*

Certains participaient régulièrement aux séances, leur permettant de **s'impliquer au long cours** dans l'activité et dans leurs soins.

> *E5 : « Euh et bien alors déjà euh, c'est pas la première fois que je suis hospitalisée ici, c'est la troisième fois. Et donc j'avais déjà eu l'occasion de participer à deux médiations animales ici. Donc je connaissais déjà un peu le principe et donc c'est pour ça que là je voulais participer encore. »*

Pour le patient E2, la participation à la médiation animale s'inscrivait dans un **projet de soin durable.** En effet, ses hospitalisations séquentielles étaient synchronisées sur le planning des séances, lui permettant **d'investir au long cours ses retours à l'hôpital grâce à l'activité.**

> *E2 : « J'en ai fait plein ici [des séances de médiation animale] à l'hôpital. J'ai dû en faire 5 ou 6 je pense, peut-être plus. Je reviens souvent pour ça à l'hôpital. (…) J'ai expliqué à ma psychiatre, je reviens parce que j'aime ça. »*

c) Une médiation perçue comme un outil thérapeutique

Les participants s'inscrivaient à l'atelier dans une démarche volontaire de soin. Ils avaient une **attente thérapeutique** vis-à-vis de celui-ci.

E11 : « J'avais envie de voir un chien ou plusieurs chiens ou même un chat qui avaient vraiment un but thérapeutique. (…) C'est-à-dire que pour moi la médiation animale est vraiment un but thérapeutique. »

E7 : « En m'inscrivant je cherchais un truc vraiment plus thérapeutique. »

Ainsi, en s'inscrivant volontairement à l'atelier, les participants redevenaient **acteurs de leur parcours de soin.** Hors du cadre hospitalier et en présence de la médiatrice, ils pouvaient adopter une posture différente, **à distance de leur statut de patient**. Ce temps à l'hôpital autrement était alors propice à l'exploration de la relation avec l'animal.

B. Le lien avec l'animal : une modalité relationnelle à part

1. Une relation affective universelle ?

a) Une complicité Homme-Animal ancestrale

Les représentations collectives et les croyances sur les liens Homme-Animal influençaient l'expérience des participants.

Pour certains, l'amitié avec le chien était **inscrite dans l'histoire de l'humanité**.

E8 : « Pour moi le chien et l'Homme, ils sont … ils sont amis depuis toujours. »

E11 : « Je pense que la citation "Le chien est le meilleur ami de l'humain" est tout à fait correcte, est tout à fait vraie et fondée. »

Ils évoquaient leurs croyances sur **l'universalité de l'affection** portée à l'animal.

E4 : « Vous connaissez le proverbe, "Celui qui aime pas les animaux, aime pas les êtres humains" ! »

E3 : « Bah ça fait toujours plaisir, même si les gens sont adultes, pratiquement tout le monde aime les animaux et ça fait toujours plaisir. A n'importe quel âge je trouve, ça fait toujours du bien d'avoir un animal. »

b) Une relation connue et instinctive

Tous les participants avaient déjà fait l'expérience du lien avec l'animal au cours de leur vie personnelle. Ils retrouvaient donc une **modalité relationnelle connue** avec les animaux présents lors de la séance. Lors des séances, ils cherchaient aussi à faire émerger de nouveau le plaisir du lien partagé avec leurs propres animaux.

E1 : « Parce que j'ai un chat chez mes parents donc ça fait du bien d'en retrouver un ici, parce qu'ils me manquent beaucoup les animaux chez mes parents. »

E5 : « Et alors que là le fait que de prendre le chat dans les bras, je connais, là c'est un soulagement. »

E8 : « Parce que j'adore les animaux, et j'aime bien les chiens. Et fin voilà quoi… (silence) j'avais envie de retrouver un peu la compagnie du chien qu'il a avec l'Homme. »

E11 : « C'est pour ça que je disais les gens qui s'inscrivent à la médiation animale c'est qu'ils aiment les animaux, ils savent qu'ils vont trouver du bonheur en pouvant caresser un chien. »

La mise en relation avec l'animal était pour eux un **processus instinctif et naturel**.

E5 : « Oui je pense que le feeling [avec l'animal] se fait en général assez facilement. Pour ça, oui j'ai pas d'angoisse, ça se fait naturellement, ça se fait tout seul. »

E4 : « C'est intéressant quoi et puis ceux [les animaux] qui s'approchent tout près et qui sentent l'être humain éventuellement ils veulent rester. Les bêtes sont comme nous, le genre humain, elles ont un instinct mais mieux que nous par contre. (…) Déjà l'animal il sent par instinct l'être humain pour savoir s'ils sont compatibles l'un avec l'autre. »

La relation avec l'animal était **intime et fusionnelle.**

E1 : « Bah c'est qu'on [avec l'animal] a une complicité qu'on n'a pas forcément avec les autres. »

E8 : « C'est pour ça, le chien et l'homme ils sont fusionnels pour moi. »

c) <u>Un temps d'apprivoisement</u>

Cependant, la création d'un lien avec les animaux présents nécessitait tout de même **un temps d'apprivoisement.** La durée définie de la séance était donc contraignante pour l'établissement de ce lien.

E5 : « Mais après c'est aussi un lien [avec l'animal] qui se crée aussi sur des semaines, des mois, des années. Donc y'a ça aussi, alors que là bah en une séance c'est sûr que c'est moins facile. »

E6 : « Bah la relation [avec l'animal], elle est de très courte durée au final. C'est qu'1h30 donc on n'a pas forcément le temps de bien lier un lien avec le chien. Mais au final le peu qui a été créé était sympa. »

E4 : « Le chien est resté plus longtemps sur mes genoux mais ça veut rien dire hein. Il faut au moins un mois pour que l'animal s'adapte. (…) Si j'ai plus de temps, je vais pouvoir le dresser quoi, le dompter pour qu'il se souvienne de moi, qu'il s'attache à moi et que moi je m'attache à lui. »

Au fil du temps et de l'exploration mutuelle de la relation, il pouvait se créer un lien d'attachement avec l'animal, qui devenait alors un compagnon.

2. Une relation de confiance : l'animal comme compagnon fiable

a) Une relation sécure inhérente à l'animal

Les participants projetaient de nombreuses qualités propres à l'animal, qui leur permettaient de se sentir sécurisés dans la relation :

- **La fidélité** de l'animal, permettant d'être en confiance et de se confier.

> *E8 : « Et puis le chien il est fidèle, il ira pas répéter à qui que ce soit ce qu'on peut lui dire. (…) Pendant ma tristesse elle [la chienne] était là, elle ne bougeait pas. Et je reviens toujours sur la fidélité du chien, envers l'Homme. »*

- **L'amour inconditionnel** de l'autre, permettant de se sentir aimé sans réserve.

> *E11 : « C'est comme ce que je disais pendant le début de la médiation ; c'est que les chiens nous aiment tout le temps en fait. Ils aiment. »*
>
> *E10 : « Mais plus sur le côté ouais, l'amour qu'ils [les animaux] peuvent nous apporter ou autre. Je pense qu'il y a des choses plus profondes, qui sont pas palpables mais … Ils nous aiment ! »*

- **La tolérance,** permettant de se sentir accepté en toute sécurité et sans jugement.

> *E5 : « J'me sens plus en sécurité [avec l'animal]. Je sais que quoi qu'il arrive il pourra pas me juger, pas me critiquer. »*
>
> *E10 : « Bah je sais qu'eux ils [les chiens] me jugent pas (rire). Ouais. J'me pose pas de question sur ce qu'ils vont penser de moi. »*

- **L'authenticité,** permettant un lien sans mensonge ni faux-semblant.

> *E5 : « L'animal il est juste tel qu'il est. Et il est … (silence) Je trouve plus le terme, enfin spontané et puis euh authentique. »*

- **La pureté** permettant une relation exempte de malveillance.

> *E7 : « Bah c'est que c'est pur en fait, y'a un truc qui relève de la pureté chez les animaux. Y'a pas d'ani… ano… (cherche son mot), animosité ! Y'a pas ce truc-là, y'a pas de jalousie, y'a pas de truc humain. »*
>
> *E8 : « Un être humain, il peut juger et être méchant. Un chien ne sera jamais méchant. »*

Ces qualités attribuées à l'animal permettaient de construire avec lui une relation à part, **loin des enjeux relationnels interhumains.**

> *E7 : « En fait [dans la relation avec l'animal] y'a pas tout ce que nous on matérialise humainement, les animaux ils ont pas ces vices. Ils ont pas les vices humains, ils ont pas tout ça et donc ça relève d'un truc plus agréable que de parler avec un humain. »*
>
> *E5 : « Je me sens plus à l'aise en présence d'animaux que d'êtres humains très souvent. »*

b) Une invitation à se livrer

La relation partagée avec l'animal était un espace **de confidence**, exempt de jugement.

> *E5 : « Après oui je peux me confier à eux [les animaux], fin je peux dire un peu tout ce que je veux. C'est plus facile avec l'animal. »*
>
> *E7 : « Mais oui fin j'sais pas, tu peux parler à ton animal. Bah il va peut-être pas t'écouter mais au moins il est là quoi. »*
>
> *E8 : « Bah un chien est plus fidèle, un chien on peut tout lui dire, un chien c'est (silence) si on veut lui parler et tout ça on peut, sans jugement. »*

L'animal pouvait **ressentir et comprendre les émotions** des participants.

> *E8 : « Et le chien comprend, même sans parler, le chien peut comprendre les émotions de l'homme. »*
>
> *E11 : « J'ai la sensation que les chiens en particulier, ressentent la peine des gens. Ils ressentent et ils peuvent être des éponges un peu. Et c'est agréable de pouvoir voir qu'un chien reste heureux malgré que nous nous soyons tristes. »*

Au contact de l'animal, les participants laissaient **aller leurs émotions**, ce qui leur permettaient de s'en libérer et de **se décharger émotionnellement**.

> *E7 : « Ça [le contact avec l'animal] libère des trucs lourds dans la tête sur le moment présent et c'est pas plus mal hein. (…) Bah je me sentais un petit peu plus légère, j'étais encore bien remplie de mes émotions ou quoi mais c'était un peu un niveau en dessous. »*
>
> *E10 : « Bah j'ai lâché un petit peu et puis après ça allait mieux. »*

Le vécu de cette relation pouvait, néanmoins, être **plus neutre**. Le manque d'investissement émotionnel des animaux **limitait les interactions**.

> *E7 : « Bah disons que j'ai pas senti forcément qu'ils [les animaux] étaient au max du max de … Enfin, ils ont l'air d'être tellement neutres. Fin j'sais pas c'était bizarre. Vu que c'est pas mes animaux à moi aussi, c'est peut-être pour ça. Mais ils avaient l'air plus neutres dans leur émotionnel (fait des guillemets avec ses doigts). »*
>
> *E9 : « Niveau émotion et médiation animale je vous cache pas que je vois pas trop le lien, y'a pas trop d'interaction. »*

c) Un fonctionnement en duo

Les participants évoquaient l'idée d'une **relation de compagnonnage**. La compagnie de l'animal pouvait agir comme un **guide rassurant** qui montrerait la voie.

E2 : « C'est une bonne compagnie. On peut échanger, on ressent des choses quand même avec un animal. On peut sentir comme un ami, par exemple. Ça aide à accompagner. »

E11 : « Le chien ne se souciait que d'une chose c'est de faire son exercice et d'avoir qu'un seul objectif : de pouvoir accompagner les gens. »

Ce fonctionnement en duo permettait la **synchronisation des affects**. Par un effet de diffusion, le participant s'imprégnait de l'état émotionnel de l'animal.

E6 : « Et quand le chien est content, bah ça me rend contente aussi. »

E11 : « Je me suis senti bien, calme, apaisé, parce que j'ai pris un peu aussi le comportement du chien, qui lui était calme, apaisé. »

E3 : « On a vu qu'il [le chat] se baladait, qu'il s'allongeait par terre, qu'il ronronnait : bah ça met à l'aise directement."

La présence de l'animal était également une **source de motivation**. Elle entraînait le participant vers une **dynamique commune, plus positive**.

E9 : « Le chien avait envie de bouger aussi, je le sentais qu'il avait envie de bouger et pas rester fixe. Du coup, il nous a entraîné tous les deux dans un mouvement dynamique. On était dans la même dynamique c'était appréciable. (…) Donc moi ça m'a motivé dans mon périmètre, dans mon activité physique de tous les jours on va dire. »

E7 : « Bah t'as moins envie d'être morose quand tu es avec un animal que quand t'es tout seul (silence). »

L'animal était donc perçu comme un compagnon fiable, sur lequel s'appuyer et avec qui partager des confidences. Par ailleurs, cette relation particulière se développait également à travers le contact et les échanges corporels.

3. Une relation basée sur la sensorialité

a) La fonction du non-verbal

L'interaction avec l'animal induit, de fait, une relation sans langage verbal, contrairement à la communication interhumaine.

Les participants exprimaient être **soulagés par cette absence de parole**, leur permettant de se **focaliser sur leur corps et leurs ressentis**.

E10 : « Bah par rapport aux relations humaines, là c'est une relation Animal et Homme et je trouve que c'est quand même pas la même chose quoi. Y'a moins de contrôle. Y'a pas de parole, y'a juste des gestes et des ressentis définis et ça, ça fait du bien quoi d'être dans un échange uniquement corporel ! »

E7 : « Peut-être le fait que [les animaux] parlent pas (rire). Ça sauve la vie je pense. »

Dans le silence imposé, ils découvraient **d'autres formes de langage**. La communication avec les animaux était davantage basée sur **l'expression corporelle**.

E10 : « Du fait que [les animaux] parlent pas je trouve que du coup ils s'expriment différemment et c'est intéressant je trouve justement. C'est intéressant d'avoir un autre langage aussi. »

E7 : « C'est que du physique, eux [les animaux] ils te montrent quand ils sont contents et toi tu peux leur montrer tes signaux à toi de quand t'es content et puis ils les repèrent aussi. »

b) Le contact comme éveil corporel

La présence des animaux **invitait au toucher,** à entrer en contact par les caresses et les câlins.

E6 : « Le chiot, ça attire toujours plus parce que c'est petit et mignon. Ça donne envie de s'en approcher, de le caresser, ça fait peluche quoi. »

E10 : « Parce que rien que de voir tout le monde, le groupe, on était quand même plutôt tous à avoir envie de câlins avec les animaux. »

E2 : « Bah j'aime bien quand les chiens sont sur les genoux (silence). »

L'interaction avec eux permettait également aux participants de **mettre leur corps en mouvement**, de **se défouler**.

E9 : « Marcher et justement bouger avec les animaux c'est vraiment ça qui m'a plu. »

E6 : « Et puis on bouge aussi on est pas statiques, on reste pas dans une pièce. Fin voilà, on a quand même un peu bougé avec les animaux donc c'était intéressant. (…) Ça me permet de me dégourdir les jambes, vu qu'ici on le fait pas beaucoup. »

La sensorialité du contact avec l'animal provoquait un **effet chimique**, source de **bien-être corporel**.

E7 : « Ah bah les câlins c'est une dose de sérotonine directe, hein ! (rire). Ça envoie les chiens ! Même les chats d'ailleurs ! Tout ce qui est du côté animal généralement c'est hyper agréable, fin j'sais pas y'a un côté fluffy (se frotte les doigts, trad : duveteux), y'a un côté… Ah je sais pas… Ça donne, en fait du sens quand y'a la sérotonine qui vient. »

Le contact avec l'animal se rapprochait du concept de **cocooning**. Les caresses et les câlins créaient un **environnement chaleureux et enveloppant**, dans lequel les sensations corporelles étaient confortables et les ressentis apaisés.

E7 : « Et puis y'a eu le p'tit Jack Russel qui est venu sur mes genoux (tape sur ses genoux) pendant un petit moment donc ça j'ai a-do-ré. Parce que vraiment pour moi les animaux c'est … (se fait un câlin à elle-même), c'est le cocon. (…) Et je sais pas, juste avoir de la chaleur d'autrui en fait, c'était hyper agréable. (..) Bah y'a ce côté vraiment apaisant parce que déjà, [les animaux] ça a du poil (mime une caresse).»

E9 : « Ça fait une chaleur supplémentaire en termes d'animaux en fait, voilà par les ronronnements, par les câlins. »

Malgré tout, **ce contact n'avait parfois pas d'impact**, que ce soit sur le plan émotionnel ou corporel.

E9 : « Bah j'ai caressé le chat mais bon ça s'est arrêté là quoi. Y'a pas eu d'émotion intense dans le corps qui sont passées quoi. »

E4 : « Ils [les chiens] sont venus sur mes genoux quoi et puis c'est tout. »

c) Un ancrage dans le moment présent

Le contact physique avec l'animal était un **ancrage corporel** permettant ainsi de se **détacher du mental** et de **lâcher prise**.

E11 : « Ça m'a stoppé les ruminations pendant un moment, parce que j'étais avec un être, avec un chien ou un chat et donc je le caresse, je pense à autre chose, je vois autre chose et je fais autre chose. »

E7 : « [à propos du moment où le chien était sur ses genoux] Oui sur le moment en tout cas, tu te sens un peu plus euh… (Souffle en laissant tomber ses bras le long du corps). Comme si tu pouvais plus rationaliser, je sais pas trop si c'est en rapport mais … Moi c'est comme ça en tout cas que je le ressens. »

Les participants vivaient pleinement **l'instant présent**, ils étaient focalisés sur le moment partagé avec l'animal.

E6 : « Fin je me sens bien, je suis centrée sur ce que je fais avec l'animal et ... Et voilà ! »

E10 : « Être avec les animaux, juste vivre le moment c'est agréable. »

E11 : « Nous ne sommes pas éternels, et si on peut profiter de chaque moment, de chaque instant avec un animal, autant en profiter. »

d) Le contact avec l'animal : une fonction contenante ?

L'espace de contact avec l'animal était comme **une « bulle »** dans laquelle les participants pouvaient se relâcher.

E5 : « Là je me laisse aller et c'est comme si j'étais dans une petite bulle un peu fermée avec l'animal. »

En même temps, en présence de l'animal les participants se sentaient « **canalisé[s] et apaisé[s]** », comme si le contact avec celui-ci pouvait **contenir l'état émotionnel**.

E7 : « Au niveau de l'état émotionnel, vu que je suis borderline je suis comme ça tout le temps. Et là d'être auprès d'eux [des animaux], ça permet de canaliser un peu ce pourquoi je pars tout le temps en cacahuète dans ma tête. J'étais plus canalisée et apaisée, on est vraiment sur cette idée-là. »

Se passant ainsi de parole, la relation avec l'animal se vivait notamment par le corps. Elle permettait l'exploration des sensations et l'apaisement émotionnel. Ainsi nourris par le contact avec les animaux, les participants avaient à cœur de prendre soin d'eux à leur tour.

4. Une relation de soin mutuel

Pendant la séance, il se nouait entre les animaux et les participants une relation de soin mutuel. Les participants se souciaient eux aussi du bien-être et du respect des animaux.

a) Prendre soin : une invitation à l'écoute et au respect

Lors des activités, les participants adoptaient une **posture d'écoute**. Ils étaient **attentifs aux comportements et aux réactions** des animaux présents.

E3 : « Et après, on a observé comment le chat réagissait dans un endroit qu'il connaissait pas et ça j'ai bien aimé aussi. (…) Alors qu'en temps normal on fait pas tout le temps attention à ces détails là pour les animaux. »

E5 : « J'ai remarqué en observant le comportement des chats, ils ont chacun leur petit caractère. (…) Sans non plus comparer à un être humain, parce que c'est pas comparable, mais il y a quand même des comportements que je trouve intéressants à observer. »

Aussi, ces observations permettaient **de traduire l'état émotionnel et les envies des animaux**.

E6 : « C'est plein de signaux quand on voit les chiens en fait, les signaux corporels, que ça soit du léchage de truffe, du secouage, la queue qui remue, les oreilles… Fin c'est tous ces signaux qui montrent qu'il est content ou pas content. »

E9 : « Bah il [le chien] me devançait, il avait envie d'avancer, il tirait sur la laisse donc je voyais qu'il avait envie de bouger encore plus que moi et davantage. »

Dans une considération mutuelle, les participants étaient vigilants à **respecter les besoins des animaux,** en les priorisant parfois avant les leurs.

E10 : « Il faut aussi que l'animal se sente bien. Donc là c'est mon point de vue à moi, mais faut toujours que les deux s'y retrouvent quoi. »

E3 : « Parce qu'imaginons y'a un animal qui veut pas aller sur les genoux, bah on peut par exemple en prendre un autre. On n'est pas obligés de l'embêter par rapport à ça. (…) C'est comme des êtres humains, il faut les écouter aussi.

E5 : « C'était déjà long pour eux [les animaux], faut pas non plus que ça dure des heures parce qu'il faut penser à eux d'abord. »

E8 : « Et du coup, on va dire que je fais tout pour lui [le chien] et moi, et quitte à le caresser un peu plus longtemps, à aller plus vite quand il marche en laisse et tout ça. Comme j'ai fait tout à l'heure, ça fait du bien, mentalement en fait. »

b) Prendre soin : un bénéfice mutuel

Dans cette relation de soin mutuel, les participants et les animaux se portaient une **attention réciproque**.

> *E5 : « Je leur donne [aux animaux] de l'amour et ils m'en donnent en retour, de l'affection tout ça. »*
>
> *E8 : « Enfin que je me sentais bienveillante avec l'animal et inversement. »*

Les bienfaits de cette relation de réciprocité étaient partagés. Les participants se réjouissaient car il leur semblait que **les animaux profitaient autant qu'eux** de la séance.

> *E5 : « Bah je suis contente qu'ils [les animaux] soient bien, qu'ils se sentent heureux quoi et c'est vraiment chouette pour eux. Pour ça je suis contente qu'ils profitent comme nous, fin c'est bien. (…) Ça me donne du baume au cœur, oui je me dis c'est bien que l'animal se porte bien, qu'il soit en bonne santé, qu'il soit détendu tout ça… »*

Ainsi, **donner du plaisir devenait une source de plaisir en soi**. Les participants expérimentaient le retour valorisant du prendre soin, comme une récompense narcissisante.

> *E8 : « Bah en fait, pour moi je suis concentrée donc sur le chien et j'ai envie de lui faire plaisir, du coup de me faire plaisir aussi. »*
>
> *E7 : « Même quand tu vois l'animal prendre du plaisir quand tu fais des câlins, ça t'envoie quelque chose d'agréable ; de te dire « tiens l'animal il kiffe, je kiffe, tout le monde kiffe » (rire). Donc euh ouais c'est un peu ce côté-là de : ça fait du bien de faire du bien à un animal. Et en plus de ça, ça fait du bien de recevoir toi-même du bien parce que du coup lui va bien. C'est un peu euh, ça s'envoie en fait de la sérotonine chacun, je pense. »*

c) Prendre soin : se décentrer de soi et de ses problématiques

De plus, être attentif à l'animal permettait aussi de **se décentrer de soi**, de **mettre à distance ses propres préoccupations**.

> *E6 : « Bah rien que par sa présence en fait, ça fait que on est pas centré sur son malheur. On est occupé à s'occuper du bonheur du p'tit chien et du coup bah ça aide. »*
>
> *E10 : « Parce que qu'on se concentre là-dessus [les animaux], ça change. Plutôt que de se concentrer sur nos réflexions. Ça recentre l'attention sur autre chose. Ça permet de lâcher prise sur les pensées comme je disais. »*

Cette envie de prendre soin incitait les participants à **changer d'état d'esprit** et à **adopter une autre attitude** pour transmettre à l'animal une humeur plus positive.

> *E7 : « Bah … pff… j'étais un peu moins dans la réalité, si je peux dire dans le sens moins dans la réalité de mes problèmes, plus dans le tiens : l'instant présent je suis avec un être [le chien] et je lui donne des trucs qui sont plus good (traduction : bons) que mes mauvaises ondes quoi. »*

Avec l'animal, les participants vivaient une modalité relationnelle à part, qui les invitait notamment à se décentrer d'eux même pour explorer la dimension du "prendre soin". En présence des animaux, ils pouvaient également expérimenter la relation à l'autre de manière différente.

C. L'animal dans le collectif : redécouvrir l'altérité

1. L'animal comme tiers médiateur entre soi et l'autre

La présence des animaux au sein du groupe impactait les interactions entre les participants.

a) L'animal comme fédérateur

L'affection portée aux animaux était un **point de ralliement commun** pour les participants, ce qui permettait de faciliter les rencontres.

E3 : « Bah vu que on [les participants] aimait tous les animaux, on avait au moins un point commun. »

E1 : « Bah découvrir d'autres personnes c'est sympa aussi. Avec l'atelier, il y a d'autres personnes, d'autres unités, qu'on connaît pas. Et bah on apprend à les connaitre autour des animaux comme ça ! »

Autour des animaux, les participants vivaient ensemble un **moment de partage agréable et sans jugement.**

E7 : « Je pensais que c'était [l'atelier] juste un moment de "câlinage d'animaux" (fait des guillemets avec ses doigts). Du coup c'était pas ça, c'était un moment de partage avec les autres quand même. »

E10 : « [J'étais] pas préoccupée par le regard des autres, en se sentant pas jugée justement ouais. On est tous là pour être bien et passer un moment agréable ensemble quoi. »

La présence des animaux permettait un **accordage émotionnel du groupe** autour d'eux.

E7 : « Tout le monde était vraiment posé quoi (fait un mouvement de ses mains vers le bas). Comme si le fait qu'ils [les animaux] soient là, ça nous met tous en place où on se dit "Pfiou" (refait le mouvement vers le bas avec ses mains). Là y'a des pépères, on doit être calmes quoi. (...) Comme si on dit "un, deux, trois, rois du silence" et là tout le monde est calme quoi. »

b) L'animal comme support des interactions

L'animal avait une **fonction "brise-glace"** qui facilitait l'initiation du **dialogue** entre les participants.

E6 : « Ça [l'animal] peut être une façon de briser la glace. Par exemple, quand y'a des personnes qui osent pas trop parler, qui savent pas comment aborder les choses. Bah le fait qu'il y ait le chien, bah ils peuvent parler des chiens par exemple. Quand ils savent pas quoi dire et bah ça rajoute un sujet. C'était plus facile pour entamer une discussion. On parle du chien et puis après ça dérive, mais au final tout est parti de là. »

E2 : « D'y aller [à l'activité de médiation animale], c'est bon pour le dialogue, c'est plus facile. »

Dans cette même idée, sa présence pouvait être **un support des interactions humaines**. L'animal était un tiers de confiance sur lequel s'appuyer pour **être plus à l'aise dans la relation à l'autre**.

E5 : « C'est dans la relation aux autres, et puis s'exprimer tout ça, c'est difficile pour moi. Mais bon après je visualise les animaux et puis ça m'a aidé quand même à être en relation. Fin c'est compliqué mais c'est quand même super comme médiation. »

c) <u>Une cohésion permise par l'animal ?</u>

En fluidifiant ainsi les interactions, l'animal permettait une **participation collective** à l'activité.

E3 : « Bah il [l'animal] faisait interagir tout le monde ensemble avec l'activité et pas qu'une seule personne. »

E5 : « En fait c'est [l'activité de médiation animale] pas juste voir les animaux, c'est aussi un peu une participation collective. »

Les activités proposées autour des animaux permettaient aux participants de **collaborer** vers un but commun.

E1 : « On a fait des petits parcours aussi pour le chat. On a monté tous ensemble une sorte de circuit. »

E9 : « Du coup on a fait un parcours avec un chien aujourd'hui. Et on l'a un peu dressé sous un type de parcours. Y'avait 3 obstacles, euh 4 obstacles qu'on avait installés en équipe et y'avait une friandise à la fin pour le remercier du parcours qu'on avait fait tous ensemble, voilà. »

E11 : « Et donc le groupe c'est une bonne chose puisque ça permet de faire les choses à plusieurs. »

Selon certains, chaque participant était **engagé personnellement** dans l'activité, formant ainsi un groupe **collectivement investi et ouvert à la communication**.

E11 : « Parce qu'ils [les participants] participaient, sans broncher (rire), qu'ils participaient sans y mettre d'opposition et qu'ils participaient de manière volontaire, active et qu'ils appréciaient. J'ai senti qu'ils appréciaient ce qu'ils faisaient. (...) Là j'ai vu qu'il y avait de l'investissement à 100%, qu'il y avait une communication, qu'il y en a eu de la part de tout le monde. »

Tandis que pour d'autres, il n'y avait **pas de cohésion dans le groupe**, malgré la présence de l'animal.

E9 : « Bah normalement c'est [la présence de l'animal] censé faire une cohésion. Mais moi là j'ai pas trouvé ça très cohésif. »

Pendant la séance, l'animal pouvait donc avoir une fonction de tiers médiateur sur lequel s'appuyaient les participants pour établir de nouveaux liens entre eux. La relation à l'autre pouvait ainsi se construire autrement.

2. Expérimenter la relation à l'autre différemment

L'atelier avec les animaux était l'occasion de découvrir les autres participants sous un autre jour et de s'investir dans la relation de façon plus ajustée.

a) Une (re)découverte de l'autre

Pendant l'activité, les participants adoptaient **une posture d'écoute**, facilitant l'**accès aux émotions et aux ressentis** des autres participants**.**

E7 : « Là c'est vraiment petit comité et du coup t'as le temps de voir les gens qui sont autour de toi. Et de te dire : purée ils sont tous calmes, tout le monde est calme. »

E11 : « J'ai pu constater que certains étaient apaisés et que ça permettait de les faire sortir un moment de leur mal-être. »

E2 : « [au sujet d'un autre participant] Il faisait des bruits, il était apaisé. Ça lui faisait du bien, il s'amusait avec le chien. »

Au cours de la séance, les participants observaient des **changements** survenant chez les autres. Au-delà de certaines de leurs fragilités psychiques, qui pouvaient limiter l'accès au vécu d'autrui, ils constataient un**e transformation comportementale et émotionnelle** chez leurs pairs.

E6 : « C'est une personne [au sujet d'un autre participant] qui parle pas beaucoup d'habitude, qui est très renfermée et là qui était toute contente, qui arrêtait pas de rigoler, qui était vraiment heureuse… Et tout ça grâce à la présence d'un chien. »

E2 : « J'ai souvenir du p'tit jeune qui rigole, alors que c'est quelqu'un qui a des difficultés pour s'exprimer comme un autiste d'habitude, là il retenait tout. »

Les participants étaient **surpris par le déploiement des compétences** de leurs partenaires d'activité. Ainsi, en étant témoins de cette évolution, ils pouvaient **porter un nouveau regard** sur ces derniers.

E2 : « Bah j'étais surpris de la personne qui a des difficultés qui a trouvé à chaque fois l'objet. Surpris par le fait qu'il repère les peluches. (…) Je pensais pas qu'il pouvait donner autant de tendresse envers le chien… »

E6 : « Bah je pense que y'en a que ça [l'activité de médiation animale] aide vraiment beaucoup. Y'en a un notamment qui a du mal à s'exprimer et qui du coup parle pas beaucoup et là je l'ai vu en présence de chien. Et bah je l'ai jamais vu aussi expressif, aussi content ! »

b) S'ajuster dans la relation

Comme avec l'animal, les participants adoptaient un **positionnement relationnel plus altruiste**.

Cette activité modifiait les interactions entre les participants, elle invitait au **respect de l'autre** notamment.

> *E2 : « Ça [l'activité de médiation animale] joue sur les interactions avec les autres. Ça apprend beaucoup de choses sur le respect et tout ça… »*

Les participants s'inscrivaient dans une démarche de **prendre soin de l'autre** :

- Ils avaient le souci de l'équité et du partage.

> *E5 : « Je veux pas monopoliser donc j'essaie de faire attention qu'il y ait un partage assez égalitaire entre chacun. »*
>
> *E11 : « Ensuite nous sommes sortis et nous avons fait le tour du centre hospitalier, avec l'éducatrice, en se partageant la laisse du chien et le bagage avec le chat à l'intérieur. »*

- Par altruisme, ils priorisaient parfois les besoins d'autrui avant les leurs.

> *E8 : « Non, j'aurais bien pris la petite [la chiotte] mais bon je l'ai laissé aux deux autres personnes, parce que la grande elle tirait fortement et du coup je voulais pas qu'ils tombent. J'ai un peu plus de poigne, peut-être plus qu'eux, donc du coup… »*

Cette ouverture à l'altérité renvoyait aussi les participants à la **réalité des processus relationnels** :

- Prioriser l'autre c'était aussi apprendre à gérer sa frustration.

> *E5 : « Fin tout de suite en fait j'ai envie de créer un lien particulier entre l'animal et moi, mais c'est pas trop possible parce qu'il y a les autres autour et c'est normal. »*

- Il fallait composer avec la pluralité des besoins.

> *E11 : « Il y a forcément des gens dans le groupe qui veulent aller plus vite, d'autres qui veulent aller moins vite, d'autres qui veulent pas faire certaines choses. »*

Si la médiation animale permettait aux participants d'expérimenter une relation différente avec leurs partenaires d'activité, teintée d'empathie et d'ajustement dans les interactions, qu'en est-il des autres facettes de leur vécu du collectif ?

3. L'ambivalence du collectif

Le nombre de participants imposait **une inertie importante**, parfois difficile à supporter.

> *E9 : « Par exemple avec le chien à un moment, j'ai marché mais on était avec le groupe et on était obligé d'attendre le groupe à chaque fois en fait. Toujours dans l'attente donc euh … (…) Et j'ai trouvé ça un peu, peut-être même lourd d'être en groupe. »*

Dans cette mouvance collective, il était **plus ou moins évident** pour chacun de **trouver sa place.**

> *E3 : « Moi je trouve ça bien surtout parce que je suis une personne assez timide. Ça veut dire bah… Je trouve ça bien de faire interagir tout le monde, parce que y'a des gens qui vont pas se mettre en avant directement. Donc c'est plus facile pour moi. »*
>
> *E5 : « Ça [prendre le chien sur les genoux] j'aurais bien voulu, j'ai pas trop osé demandé … J'ai toujours peur de … A la fois en fait tout de suite, je voulais aller vers les animaux mais après comme je suis pas toute seule j'ai peur. »*
>
> *E11 : « Mais je pense que c'est aussi un côté négatif [au sujet du groupe], c'est que parfois on est un peu mis à l'écart pour que d'autres puissent prendre la place et s'occuper du chien ou du chat ou peu importe. »*

L'hétérogénéité des profils des participants était parfois un facteur limitant les interactions entre eux, et ce malgré la présence de l'animal.

> *E8 : « Pour moi ça change rien d'avoir un chien dans le groupe. J'ai pas tant parlé que ça avec les autres personnes, parce que y'avait une personne qui parle pas bien et puis l'autre, c'était pas trop ça, on est pas du même âge. »*

Le point de vue sur le collectif pouvait être **ambivalent**. D'un côté, la diversité était perçue comme un aspect positif faisant partie intégrante de l'idée de groupe. Mais de l'autre, l'appréhension de la différence limitait l'envie de tisser des liens avec les autres participants.

> *E11 : « C'est comme ce que j'ai dit tout à l'heure, il y a plusieurs pathologies différentes. On ressent qu'il y a des divergences (…) mais c'est comme ça que fonctionne un groupe. Et donc le groupe c'est une bonne chose puisque ça permet d'être à plusieurs. »*
>
> *(…)*
>
> *E11 : « Bon en l'occurrence ce matin y'a eu aucune création de lien parce que on reste quand même des patients en hôpital psy. On était pas de la même unité, on a pas vraiment envie de créer des liens. Moi je sais que je veux pas m'attacher à quelqu'un qui peut potentiellement m'apporter des choses négatives, son mal-être en l'occurrence. »*

L'intention des participants était avant tout de **vivre une expérience personnelle avec les animaux.**

E8 : « Fin j'écoutais la maîtresse des chiens mais pour moi j'étais là pour être avec les chiens, pas pour autre chose. »

E10 : « Après j'y allais plus pour moi que pour être dans l'interaction avec les autres. J'avais pas forcément envie d'échanger avec d'autres personnes. »

Vivre cette activité de façon collective permettait de découvrir d'autres façons d'être en relation avec les autres, notamment grâce à la présence des animaux. Cependant, même s'il y avait des aspects positifs à être en groupe, les points de vue sur le sujet restaient mitigés. La séance de médiation animale semble avoir été avant tout une expérience personnelle introspective.

D. Une invitation à l'exploration de soi

1. Accéder au mieux-être : vers un changement d'état d'esprit

Au cours de la séance, les participants rapportaient un mieux-être global permis par le soulagement d'une partie de leurs symptômes habituels.

a) Mettre à distance les symptômes

La médiation animale permettait un apaisement des symptômes, tant physiques que mentaux.

Les participants décrivaient une **réduction du stress et des angoisses** pendant la séance.

E2 : « [D'être avec le chien] C'est moins stressant ... J'étais posé, j'étais pas du tout stressé. »

E3 : « Bah c'était bien [la séance de médiation animale], je n'avais pas d'angoisse ou de mauvaises ondes. Donc ça a été du début jusque la fin. »

E5 : « Voilà, après j'ai essayé de me concentrer sur les animaux pour un peu que ça me déstresse. (…) Après, je l'avais [le chat] dans les bras, je l'ai gardé un peu et tout … C'était un peu mieux, j'étais moins stressé. »

E8 : « Ça [la séance de médiation animale] peut m'aider quand je suis pas bien, quand je suis angoissée et tout. »

Ils évoquaient aussi une **diminution des ruminations** voire un arrêt de celles-ci.

E10 : « Il y a moins de pensée négative, moins de réflexion, moins d'analyse. »

E11 : « Encore une fois c'est les ruminations, c'est le cerveau qui tourne, c'est pas mal de choses qui sont pas là à ce moment-là [pendant la séance]. (…) Quand je suis avec un animal, que ce soit le chien de mes parents ou le chien de la médiation animale, il n'y a plus de rumination. Il n'y a plus de rumination. »

L'activité de médiation animale avait également un effet sur les **symptômes productifs**, notamment une **disparition des hallucinations intrapsychiques**, permettant d'accéder à un mieux-être.

E6 : « Bah déjà j'ai pas ma voix. Parce que moi je suis ici parce que j'ai une voix dans ma tête et elle apparaît pas lorsque ça va, lorsque je suis avec les chiens. Donc c'est pour ça que c'est des moments qui sont rares. Et du coup quand j'ai pas ma voix, je me sens bien, j'ai aucune idée noire, j'ai aucune … Fin je me sens bien. »

De plus, l'apaisement obtenu permettait de **soulager les symptômes somatiques d'anxiété.**

E1 : « Oui, bah j'me sens moins tendu. Parce que j'ai souvent mal aux cervicales et tout ça, et là c'est mieux ! »

E10 : « J'avais pas de nœud dans le ventre. »

Plus généralement, les participants décrivaient **un soulagement des douleurs physiques.**

E1 : « Ça allait pas, j'avais une grosse migraine, je suis allé là [à la séance de médiation animale], j'ai fait ça et après hop ça allait mieux. Donc le fait d'être avec des animaux ça m'aide. »

E4 : « J'avais plus de rhumatisme ! »

E11 : « Physiquement, dans le sens où par exemple, je me suis tordu la cheville il y a 3 semaines. J'ai enlevé mon attelle il y a à peine 2-3 jours, et là j'avais pas mal à la cheville pendant tout le processus de A à Z [pendant la séance]. »

b) <u>(Re)Contacter le bien-être</u>

L'amendement de certains symptômes psychiques laissait place à un état de mieux-être global.

La médiation animale avait notamment un **effet positif sur la thymie** des participants. Ils décrivaient une **amélioration de l'humeur** au contact de l'animal qui pouvait perdurer dans le temps.

E3 : « Bah au niveau de l'humeur, je trouve que ça nous met dans une bonne humeur, déjà pendant la séance et aussi après ça reste. »

E6 : « Oui bah je suis de bonne humeur maintenant du coup ! »

E8 : « Fin, pouvoir retrouver le sourire déjà ! Parce que ça [l'activité] fait du bien, ça fait du bien au moral. »

Les participants vivaient un **moment de plaisir et d'amusement**, propice au rire et à la joie.

E1 : « En séance je suis content, je souris, je suis heureux. »

E6 : « Et ça m'a fait rire parce que la p'tite chienne elle sentait l'odeur donc du coup elle voulait manger, mais c'était le plastique et du coup en fait c'était caché. »

E8 : « Ça [la séance] redonne le sourire, malgré que j'ai pleuré. J'ai surtout eu des moments où j'ai souri. »

Libérés de leurs angoisses, ils accédaient à **un état d'apaisement et de sérénité.**

E1 : « J'étais très bien (sourire, silence) Zen. (silence). Quand je suis sorti de l'activité, j'étais serein, j'étais détendu, tout ça. »

E2 : « Ça [la présence d'un chien] peut rassurer, ça apaise »

E7 : « C'est cette idée-là de "tiens ça m'apaise, ça me libère des endorphines et des machins que j'ai laissé trop longtemps dans le placard quoi". »

E11 : « Je me suis senti apaisé oui parce que le temps passe vite. Et pour moi quand le temps passe vite, c'est qu'on est dans une situation de bien-être, qu'on passe un bon moment. C'est souvent ce qu'on dit d'un bon moment, c'est que les bons moments passent plus vite que les mauvais. »

La présence des animaux permettait de **modifier leur état émotionnel** pour les guider vers un **mieux-être**.

E10 : « Mais franchement y'a eu un bien-être en ressortant [de l'activité], franchement. »

E11 : « Mais les chiens sont exceptionnels puisqu'ils puisent notre mal-être et le transforment en un bien-être, en venant se coller à nous pour qu'on puisse caresser, le toucher. Toucher un chien, caresser un chien ; c'est aussi peut-être recevoir des ondes positives. (…) C'est plutôt agréable d'avoir un chien qui nous transmet par ses yeux, surtout par le regard, cette positivité.

La diminution des symptômes psychiques douloureux laissait place à la **« paix intérieure »**, comme un **changement d'état d'esprit.**

E11 : « [Sur le but de la médiation animale] C'est justement de mettre en relation des gens qui sont dans une situation complexe ; tristesse, dépression, mal-être, sentiment d'insécurité, de les mettre avec un chien qui est justement l'incarnation du bien. (…) Dans le but de faire … (silence) Dans le but d'amener à la place une paix, la paix dans l'esprit des gens qui sont dans cette médiation animale. Parce que je pense qu'ici tout le monde recherche la paix intérieure. »

c) <u>L'animal comme panacée ?</u>

Au vu des effets constatés, les participants menaient une réflexion sur le potentiel thérapeutique de la médiation animale.

Au même titre qu'à un médicament, ils conféraient à l'animal une **vertu thérapeutique propre**, voire un **pouvoir de guérison.**

E8 : « Parce que c'est des p'tites bêtes à quatre pattes mais ça fait beaucoup de choses. C'est le meilleur médicament au monde. Je parle même des animaux en général, c'est le meilleur remède à tout. »

E6 : « Et j'me dis bah voilà, il suffirait qu'on ait le droit d'avoir des animaux au sein de l'hôpital et puis si peu la moitié d'entre nous serait guéri. »

Les effets ressentis en présence de l'animal étaient comparés à ceux des **traitements pharmacologiques anxiolytiques.**

E7 : « [en parlant du contact avec l'animal] C'est un peu comme un p'tit Xanax qu'on envoie dans … qu'on s'envoie quoi… » - « Bah c'est un peu l'idée du Xanax hein, c'est apaisant en fait [les caresses avec le chien]. » - « C'est pour ça, je dis souvent les animaux c'est des Xanax parce que c'est vraiment le côté… Bah c'est … Un animal c'est incroyable (rigole). »

Mais l'intensité de ces effets pouvait être **insuffisante, voire inexistante.**

E5 : « Et là même ça [la séance de médiation animale], ça ne suffit pas à me détendre en ce moment. »

E9 : « Je me suis sentie toujours agitée. Physiquement, je suis assez agitée physiquement, comme à l'heure actuelle. »

E11 : « Mais sur le moral il y avait pas d'amélioration notoire sur le niveau moral. »

Aussi, les bénéfices provoqués par la séance étaient parfois **temporaires.** Ils étaient **conditionnés par la présence de l'animal** ou ne perduraient que sur une durée limitée.

E7 : « Ça [la séance de médiation animale] m'a donné un peu de réconfort sur le moment mais après c'est vrai que je suis pas au top donc ça a servi vraiment que sur ce moment-là. Après bon bah j'étais contente d'avoir vu des animaux mais je reviens dans la tête, dans mes problèmes, dans la réalité quoi. »

E8 : « Parce qu'après quand c'est fini bah … (silence) moi qui suis du genre à me faire mal physiquement, je recommence quoi. Ça [la séance de médiation animale] m'aide pas pendant longtemps, au bout de 10 minutes je suis pas bien quoi. »

E11 : « Là j'ai des petites douleurs qui sont revenues quand j'ai monté l'escalier par exemple. » - « Il y a eu un apaisement en présence de l'animal mais pour moi ça n'a pas duré. »

Soulagés d'une partie de leurs symptômes habituels, les participants pouvaient donc adopter un état d'esprit plus paisible, leur permettant de se redécouvrir autrement.

2. L'émergence de réminiscences : la réappropriation des souvenirs

Le contact avec l'animal favorisait l'émergence de souvenirs, parfois oubliés par les participants.

E4 : « Bah y'a un souvenir d'enfance qui est revenu. »

a) La double valence affective des souvenirs

La valence affective portée par les souvenirs était mixte. Ces réminiscences faisaient émerger chez les participants des **émotions ambivalentes.**

E11 : « Moi ça me fait penser aux chiens que j'ai à la maison, donc chez mes parents. Qui sont toujours heureux de nous voir, qui sont toujours présents, qui sont toujours dans nos pieds. Ça me fait penser malheureusement au chien que j'ai perdu aussi. »

D'un côté, la présence des animaux faisait resurgir des **souvenirs heureux** avec leurs propres animaux.

E6 : « Je sortais le chien de ma voisine aussi donc j'étais en permanence en contact avec des chiens. Et là, le fait de retrouver un fragment de ça à l'hôpital bah ça fait du bien, ça rappelle ces moments-là ! »

E8 : « J'me sentais bien parce que ça me rappelait des bons souvenirs ! (…) Bien, elle [la chienne] me faisait des léchouilles. Ça me faisait repenser à mon chien qui me léchait. Et puis moi je me laisse faire. »

D'un autre côté, l'émergence de souvenirs de leurs propres animaux renvoyait aussi les participants à **la douleur liée à leur absence** pendant l'hospitalisation.

E1 : « Ça [la présence de l'animal] m'a rappelé le chat qui est chez mes parents. (…) Un peu triste aussi de pas avoir mon chat ici, mais c'est comme ça. »

E9 : « Enfin je pense que j'ai hâte de voir mon chat, et du coup ça me fait penser à mon chat et donc un peu de tristesse. »

b) <u>La cicatrisation de souvenirs douloureux</u>

La réminiscence d'un souvenir difficile devenait moins douloureuse lorsqu'elle était vécue en présence de l'animal pendant la médiation.

C'est ce qu'exprimait une participante au travers d'une mise en abîme. De la même façon que son propre chien l'avait réconforté dans un moment de tristesse par le passé, le chien présent lors de la médiation avait accompagné la douleur provoquée par la réémergence de ce même souvenir de son chien décédé. La présence réconfortante de l'animal avait en partie **soulagé la tristesse associée à ce souvenir douloureux**.

E8 : « Bah j'avais un chien, c'était un Setter Gordon et une fois j'étais pas bien, j'étais triste. (…) Et tout de suite il s'est assis à côté de moi, puis il a mis la tête sur moi. Et de là, tout a changé en fait. J'ai compris qu'en fait, il était là pour me rassurer. Et là, c'était ça qui était dur dans l'activité, c'était de repenser à ce chien que j'ai perdu. »
(…)
« Bah pendant la séance j'ai eu une préférence pour la chienne qui était adulte, parce qu'elle était plus vers moi. Et puis c'est elle que j'ai pris dans mes bras quand j'ai pleuré. Et vous voyez quand j'ai pleuré, le chien il a pas bougé. (Silence ému) Bah franchement, elle a … Elle a pas bougé du tout, pour me remonter le moral. (…) Ça fait comme mon chien quand j'ai pleuré et qu'il est venu me voir. »

L'évocation des souvenirs amenait également les participants à **faire le récit de leur histoire.** Cette invitation à se raconter à travers le souvenir pouvait permettre un **processus de cicatrisation** de celui-ci.

E10 : « Au début [de la séance] c'était difficile parce que je me suis sentie coupable, parce que moi j'ai un chien qui a 11 ans. Et depuis que j'ai mes filles, bah j'ai l'impression de l'avoir délaissé. Donc là ça a été dur par contre. Donc je l'ai exprimée pendant l'activité et j'ai été écoutée et c'était mieux. »

Grâce à l'exploration des souvenirs qui refaisaient surface en présence des animaux, les participants pouvaient relire une partie de leur histoire passée, parfois sous un autre angle.

3. Une (re)découverte de soi

De la même manière que la séance de médiation animale modifiait le regard porté sur autrui, elle donnait également l'occasion aux participants de se percevoir eux-mêmes différemment. A travers l'expérience de cette activité, ils découvraient d'autres facettes d'eux-mêmes.

a) Prendre conscience de son fonctionnement relationnel

Par la relation à l'animal et à l'autre dans le collectif, les participants prenaient conscience de certains de **leurs fonctionnements relationnels**. Ils évoquaient notamment :

- La timidité et l'inhibition

> *E5 : « Mais en fait, c'est le fait d'être en présence d'autres personnes en collectif, j'ose moins interagir du coup avec l'animal. »*

- Le sentiment d'exclusion

> *E11 : « J'ai un peu ressenti ça quand on était à l'extérieur, d'être un petit peu abandonné par le groupe, un peu mis à l'écart, c'est comme ça que je l'ai ressenti. »*

- La possessivité

> *E5 : « Parce que sinon j'ai envie d'être exclusive, parce que je suis très attachée et tout ça donc euh … Je peux être un peu possessive et exclusive. »*
>
> *E10 : « Parce que en tant qu'être humain, je trouve qu'on est un peu égoïste des fois. Moi la première avec mon chien hein. »*

- L'angoisse de séparation

> *E5 : « Mais c'est vrai que je me suis dit "Oh ça y est on se sépare déjà", finalement c'était court. Parce que j'ai des très grosses angoisses de séparation, donc autant avec les êtres humains que j'aime et mais les animaux aussi, parce que limite je les considère comme un être à part entière. »*

Par ces prises de conscience, les participants pouvaient accéder à une meilleure connaissance d'eux-mêmes et de leurs fonctionnements.

b) L'animal comme support de verbalisation

Il arrivait que les participants projettent des ressentis qui leur étaient propres sur le chien. En attribuant à l'animal **leurs propres émotions,** il était parfois plus facile pour le participant **de les identifier et de les nommer.**

E8 : « Ça veut dire qu'elle [la chienne] me comprend. Qu'elle ressent ce que moi je ressens, de la tristesse quoi. »

E7 : « Quand le p'tit loup [le chien] il est resté sur mes genoux, parce qu'il est resté un moment l'air de rien. Puis il bougeait pas, il était détendu, il était au max quoi ! Il était vraiment trop bien. »

c) La restauration narcissique

Par ailleurs, l'activité avec les animaux mettait en avant diverses compétences des participants, ce qui favorisait la **restauration de l'estime d'eux-mêmes**.

Les participants prenaient conscience de leurs **compétences relationnelles intuitives**.

E5 : « Mais après je suis quand même assez à l'aise avec les animaux, enfin surtout les chats. (…) Avec les chats bah là on a créé des liens forts, parce que je (rire) j'ai remarqué je suis plutôt forte à ça. »

Aussi, la participation aux différents exercices valorisait leur **capacité à apprendre de nouvelles choses.** Les participants se découvraient de **nouvelles compétences**.

E1 : « C'est pour ça avant j'ai peur des chiens mais depuis que je suis là, j'ai moins peur. »

E8 : « Ouais, on nous apprenait à leur faire [aux chiens]… Bah à les faire obéir, alors on avait des friandises et ils devaient s'asseoir. Et s'ils s'asseyaient pas, ils avaient pas la friandise donc du coup… (silence) Du coup maintenant je sais faire ça. »

En surmontant leurs peurs et leurs difficultés, ils faisaient l'expérience du **dépassement de soi**.

E1 : « Un peu peur au début, parce que je suis pas habitué à avoir les yeux fermés, les yeux bandés. Au début, j'ai eu peur et après j'ai réussi (sourire). »

E5 : « C'est très compliqué pour moi de me mobiliser pour faire des choses pour être active, agir tout ça. Donc fin, j'essaye de … Enfin déjà pour moi c'était beaucoup de venir. »

L'acquisition de nouvelles compétences devenait une **expérience valorisante, source de fierté et d'autoestime.**

E5 : « Et puis c'est aussi, avec les chiens, apprendre. Parce que par exemple la première médiation animale que j'ai faite ici, je crois que c'était la première fois de ma vie que je tenais un chien en laisse. Donc ça j'ai pu le faire, j'étais vraiment très contente. C'est peut paraitre pas grand-chose mais pour moi c'est énorme de faire ça ! »

E6 : « Bah on avait mis un tunnel pour les chiens et on a essayé de trouver une solution pour que le petit chien veuille bien passer dans le tunnel et on y arrivait pas. Et puis finalement, quand j'ai essayé bah il est rentré dans le tunnel. Et ça a été la première fois qu'il est rentré dans le tunnel ! J'étais un petit peu fière (sourire). »

La médiation animale permettait au global de **gagner en assurance** et ainsi d'**améliorer la confiance en soi**.

E2 : « Bah ça [la médiation animale] permet prendre de l'assurance, s'occuper de lui [l'animal], euh …. Prendre confiance en soi, plein de choses. »

d) Changer de regard sur soi

Finalement, cette expérience avec les animaux était, pour les participants, l'occasion de **se découvrir autrement**, leur offrant ainsi la possibilité de **poser un autre regard sur eux-mêmes**.

E10 : « Bah je me suis sentie être quelqu'un de bien en fait, et ça ça fait du bien. Parce que je suis beaucoup dans la culpabilité en ce moment (…) Je me suis sentie apaisée et bienveillante envers moi. »

E11 : « Il [le chien] est là pour accompagner, pour aider (…) pour qu'on puisse avoir des questions sur nous-même et un développement intérieur plus tendre sur nous-même. »

Ainsi galvanisés par une perception d'eux-mêmes plus positive, les participants pouvaient alors s'affirmer davantage et prendre conscience de leur pouvoir d'agir.

4. Une remobilisation pour soi : devenir acteur de son mieux-être

a) L'affirmation de soi

La médiation animale aidait les participants à **s'affirmer** et à **s'autodéterminer,** selon leurs propres choix.

E2 : « Et puis ça [la médiation animale] permet de gagner en assurance pour qui on est. »

E8 : « Bah ça [la médiation animale] nous fait sentir bien parce que au moins, on est la personne que nous on montre. On est pas la personne que l'autre a dit "Ah bah elle est comme ça, comme ça, comme ça" et puis voilà quoi. »

Aussi, en **s'émancipant de leur statut de patient** pendant la séance, les participants pouvaient **se définir librement, hors de la pathologie**.

E8 : « Parce que je voulais sortir du contexte de l'hôpital, je voulais être une autre pers… Fin une personne X parmi tant d'autres, et pas une patiente parmi tant d'autres. »

E11 : « Ils [les participants] vont trouver leur équilibre intérieur, en pensant à autre chose que leur pathologie, que ce que les médecins disent d'eux lors des entretiens, que souvent on a refusé une permission, des choses comme ça, qu'ils vivent des choses qui parfois sont un peu difficile. »

Ainsi affirmés dans leur individualité, les participants pouvaient s'investir dans une dynamique de remobilisation pour soi.

b) Se saisir de son pouvoir d'agir

Le temps passé avec les animaux permettait de faire un pas vers **l'autonomisation,** car il encourageait les participants à **se mobiliser pour soi** et à **se prendre en charge**.

E2 : « Ça [les animaux] aide à être plus autonome. (…) Ça aide à accompagner, à se prendre en charge. »

Les participants renouaient avec l'envie de **s'investir vers un « aller mieux ».** La présence des animaux agissait comme une prise de conscience optimiste, devenant une source de **motivation à prendre soin de soi**.

E8 : « Ça [la séance de médiation animale] nous relance sur le droit chemin. Moi dans mon cas, ça serait de rester en vie. (…) Moi à la limite, ça serait me remettre les idées en place et me donner un coup de pied au cul et de me dire "allez, tu vis plus longtemps, tu vas vivre plus longtemps" et tout ça. »

E11 : « Ça [la séance] participe énormément à trouver cet équilibre entre se poser les bonnes questions, utiliser son temps de la bonne manière, comprendre que dans la vie il y a des choses qui sont belles et qui valent la peine d'être vécues. Et encore une fois c'est une question de temps, parce que la vie vaut la peine d'être vécue mais la vie n'est pas éternelle. »

En s'individualisant et en se mobilisant pour aller mieux, les participants devenaient ainsi **acteurs de leur bien-être.** Ils prenaient conscience de **leur pouvoir d'agir** sur leur propre santé.

E11 : « Ça [la séance de médiation animale] permet de se libérer d'un démon qui est très puissant : nous-même. Moi j'aime souvent dire que le problème ne vient pas des autres, il vient de soi. Et quand on va mal il y a pas de solution miracle. Une dépression ne se soigne pas en une journée. (...) Et c'est nous-même, c'est nous-même qui nous infligeons cette douleur, cette peine, ces ruminations, ces problèmes de sommeil, tout ça ; c'est nous-même qui nous l'infligeons. Donc c'est dans nos mains, c'est nous-même qui pouvons nous en libérer. »

Cette partie s'est focalisée sur l'analyse de l'expérience vécue par les participants pendant les séances de médiation animale, en explorant leur relation à l'animal, aux autres participants et à eux-mêmes, dans un cadre hors du contexte hospitalier habituel. La partie suivante exposera leur point de vue au sujet des modalités et du contenu des séances, et résumera les différentes remarques et propositions émises.

III. Enquête d'opinion : remarques et propositions des participants

Durant les entretiens, les participants avaient l'occasion d'exprimer leur avis sur le fonctionnement global et le contenu de l'atelier de médiation animale. Certaines remarques ont donné lieu à des propositions à visée d'amélioration des séances.

A. Sur les modalités pratiques de l'activité

Une partie des retours faits par les participants concernait le cadre et les modalités pratiques de l'activité de médiation animale.

1. La durée

Les points de vue sur la durée de la séance étaient variables.

En effet, pour trois participants le temps d'activité était **jugé adéquat**.

E6 : « Je trouve que c'était ni trop long ni trop court. »

E7 : « La durée en soit c'est bien, 1h30-1h45 ça me semble plutôt correct, surtout que pour un atelier ça le fait. Niveau horaire c'était parfait. »

E3 : « Même si c'est juste 1h ou 1h30 bah c'est déjà beaucoup. Et on dirait que c'est plus long que ce que c'est réellement. »

Tandis que pour quatre autres, la durée de la séance était jugée **trop courte**.

E1 : « Il faudrait faire plus longtemps, parce que j'ai trouvé que c'est passé vite. (…) Moi j'ai trouvé ça court. Je préfère le dire. »

E4 : « Bah qu'est-ce que vous voulez faire avec ces deux animaux pendant 2 ou 3 minutes. (…) C'est bien mais c'est trop court… »

E5 : « Mais c'est vrai que je me suis dit "oh ça y est on se sépare déjà", finalement c'était court. »

E10 : « Et puis sinon j'ai bien apprécié mais c'était court par contre. Le temps avec les animaux j'ai trouvé ça court. »

Certains participants proposaient donc une **durée d'activité plus longue**, entre 2 et 3h.

E4 : « Il faudrait plus longtemps, 2 ou 3 heures peut-être. »

E10 : « Il faudrait y consacrer au moins 2h30. »

2. La fréquence

Les séances avaient lieu toutes les deux semaines. Les participants commentaient aussi ces modalités.

D'abord, deux d'entre eux soulignaient l'intérêt de pouvoir **participer à plusieurs séances**.

E7 : « Je pense que ça marche bien avec le temps ça [la médiation animale]. Je pense qu'il doit y avoir un truc concret si tu fais plusieurs séances. Ça peut être bien je pense. »

E10 : « Je trouve que c'est à renouveler, fin je sais pas comment c'est renouvelé ici, à quelle fréquence mais je trouve que c'est intéressant. »

Pour un participant, **la fréquence des séances était adaptée**, au vu de la durée moyenne des hospitalisations.

E11 : « Après le rythme je pense qu'une fois toutes les deux semaines c'est bien. Souvent les hospitalisations durent entre deux semaines et un mois pour une hospitalisation normale. Donc ça permet de faire l'activité au moins une fois et qu'après quelqu'un d'autre puisse en profiter ou bien de la refaire. »

Deux autres participants en revanche, regrettaient que l'activité ne soit pas proposée à **intervalle plus rapproché**.

E1 : « Ce que j'aimerais c'est qu'il y en ait plus souvent. Oui parce qu'il y en a, mais c'est pas souvent. »

E7 : « Mais toutes les deux semaines c'est peut-être un peu trop écarté. »

Ils suggéraient donc qu'il puisse y avoir **une à deux séances par semaine**.

E1 : « Ou alors faire plus, en faire deux fois dans la semaine, des petits temps, mais qu'il y en ait un peu plus. »

E7 : « Au moins une fois par semaine comme toutes les activités qui se font une fois par semaine. »

Par ailleurs, quatre participants proposaient quant à eux qu'**un ou plusieurs animaux soient présents en permanence au sein de l'hôpital**.

E4 : « Mais y'a déjà pas mal d'hôpitaux qui ont déjà des animaux dans leurs locaux. Et je trouve que c'est bien, l'animal il navigue, il va voir l'un, il va voir l'autre, comme ça tout le monde est content. (…) Ça serait bien, faudrait que l'hôpital prenne un ou deux animaux à divaguer dans le service, qui rentre par une porte et qui ressort par l'autre. »

E5 : « Ou même placer des animaux ici mais de manière permanente. Par exemple des chèvres, je sais pas un petit enclos où elles broutent l'herbe. Ou des poules, je sais pas un poulailler un truc comme ça, ce genre de chose. Et puis que nous les patients on puisse s'en occuper, fin avec l'aide des soignants tout ça, mais fin voilà. »

E7 : « Bah si y'en avait un tout le temps ça serait incroyable ! Franchement, ça serait une bonne idée hein. Dans l'idée un chien qui appartient même à l'hôpital. »

E10 : « Bah ça serait bien de les [les animaux] avoir en présence continue même. »

3. Le collectif

L'atelier de médiation animale pouvait accueillir jusqu'à 6 participants, les avis concernant ce nombre étaient divergents.

Pour deux participants la **taille du groupe était adéquate**.

E5 : « Bon là dans le groupe on était peu nombreux donc bon déjà ça c'était bien. »

E7 : « Oui, en plus c'était un p'tit groupe donc on est pas 36 000 autour de deux bêtes. »

Mais pour un participant, les membres de l'activité étaient **trop nombreux** par rapport aux nombres d'animaux.

E9 : « Et on était peut-être trop nombreux, je pense qu'il faut être moins nombreux, avec plus d'animaux. »

Plusieurs participants regrettaient de ne pas avoir eu de moment seul à seul avec les animaux pendant la séance. Ils proposaient alors :

- D'avoir des **temps individuels avec l'animal** pendant la séance

E5 : « Oui vraiment, d'avoir un moment seul avec l'animal pendant quelques minutes, pouvoir lui parler, retrouver l'histoire de la bulle. »

E9 : « Je pense que chacun aurait aimé partager un moment avec un animal de manière plus individuelle. »

- De faire des **séances individuelles** de médiation animale

E1 : « Même quitte à ce que j'ai des cours particuliers. »

E5 : « Alors je crois avoir remarqué que c'était possible de demander des séances fin… seul avec un animal, en individuel. Ça j'ai jamais fait encore et j'aimerais beaucoup ! Et je pense que je m'y retrouverais encore plus. »

E11 : « Alors dans l'idéal ça serait que ça soit une personne par une, en individuel. »

4. Les animaux

Quatre participants émettaient le souhait d'**avoir plus d'animaux présents** lors de l'activité. Cependant, ils pondéraient leur point de vue en prenant compte des contraintes logistiques que cela impliquait.

E3 : « Bah si possible de ramener un ou deux autres animaux, mais il faut qu'ils s'entendent bien avec les autres aussi. (…) Plus d'animaux c'est le seul conseil que je peux donner. »

E7 : « J'aimerais plus d'animaux, mais après la pauvre dame elle est toute seule avec tous ces animaux donc compliqué. »

E8 : « Bah après le nombre d'animaux faudrait un zoo quoi. Je pense pas qu'il y ait beaucoup de personnes qui ont 50 animaux chez eux, transportables et tout ça quoi. »

E9 : « Je m'attendais à plus d'animaux que ça, des chiens, des chats, plus qu'un seulement. »

Une participante préconisait ainsi qu'il y ait **un animal par participant**.

E7 : « Mais c'est vrai que plus d'animaux ça serait chouette. Au moins un par patient ça serait top ! »

Quatre autres participants souhaitaient aussi **faire varier les espèces d'animaux** présents. Ils suggéraient notamment la venue de rongeurs, de chevaux ou d'oiseaux.

E5 : « Du coup j'ai participé à 3 médiations animales, comme ça j'ai vu 3 différentes façons de faire. Parce que les deux premières fois, c'était à chaque fois les deux chiennes donc là c'était chouette d'avoir un chat, ça change. Ah si, à la limite dans ce qui est possible, pourquoi pas varier les animaux, fin je sais pas si c'est possible. (...) Il faut varier le plus possible les animaux (rire).

E8 : « Bah on pourrait changer un peu le type d'animaux. (…) Après peut-être des chats ou des lapins, des choses comme ça, des rongeurs quoi, ça peut être pas mal aussi. «

E10 : « Et puis après bah je m'y connais pas trop dans les animaux mais je pense qu'il y a plein de choses à explorer. Elle dit qu'elle a des chevaux aussi. J'ai déjà entendu parler de choses avec les chevaux, donc peut-être essayer différents animaux.

E11 : « Comme j'ai souvent vu dans les EHPADs des cages à oiseaux, des aquariums, des hamsters, des chats… Je pense que les animaux, pas seulement les chiens, je pense que c'est une bonne chose. »

B. Sur le contenu de la séance

Les participants exposaient aussi leur point de vue sur le contenu de la séance de médiation animale, notamment sur les activités proposées et les explications données par la médiatrice.

1. Les activités

Pendant les séances, différents jeux et activités étaient proposés avec les animaux.

Une participante soulignait l'intérêt de **conserver de la diversité et de l'innovation** dans les animations.

E5 : « La première [séance], j'ai fait la laisse, enfin y'avait ça de marquant. La deuxième, j'avais pu avoir le chien sur mes genoux donc c'était bien et puis la troisième y'avait un chat donc c'est toujours différent. Y'a toujours quelque chose de nouveau et c'est très bien. Il faut garder comme ça le fait de diversifier les activités ! »

En revanche, trois autres participants déploraient que les activités ne soient pas **plus centrées sur les animaux**. Ils souhaitaient davantage de lien et de contact avec les animaux dans les jeux.

E6 : « Bah peut-être plus être centrer [les activités] sur les chiens que sur… euh … Parce que là on a fait une activité avec les peluches qui nous a pris pas mal de temps et qui au final était sans interaction avec les chiens. »

E8 : « Mais après changer, peut-être ne pas faire le jeu de fin qu'on a fait. Parce que ça a aucun lien avec les animaux. Et je pensais qu'on allait jouer avec, au tout début avant d'arriver, je pensais qu'on allait faire des jeux vraiment avec eux et non entre nous quoi. »

E9 : « Il faudrait surtout plus d'activité avec eux. Marcher et seulement un parcours c'était pas assez dynamique. (…) J'aimerais plus de moment de contact, surtout avec le chat. »

Pour **maximiser le temps passé avec les animaux**, deux participantes proposaient de **répartir différemment le temps** alloué aux différentes séquences de la séance. L'une suggérait qu'il y ait une étape de présentation et préparation des activités en amont des 2 heures d'activité avec les animaux. Tandis que l'autre proposait que le temps de jeu soit suivi d'un temps dédié aux caresses et aux câlins.

E10 : « Bah ouais faudrait peut-être 2 heures pleines avec les animaux en activité, et le temps de présentation/préparation avant peut-être je pense. »

E5 : « Oui de pouvoir avoir encore plus de temps avec les animaux, mais enfin après c'est si eux peuvent. Mais peut-être faire 1h30 avec les activités et puis à la fin avoir un petit temps où on peut vraiment câliner les animaux, tous à part égale, pour que tout le monde puisse s'y retrouver. »

Par ailleurs, avec de meilleures conditions météorologiques, trois participants auraient apprécié que la séance puisse **avoir lieu à l'extérieur**.

E1 : « J'aurais aimé aller dans le parc se promener avec les animaux mais vu le temps qu'il faisait… Là il fait pas beau. »

E5 : « La première séance c'était à l'extérieur, la deuxième en intérieur avec la météo, c'est dommage. »

E7 : « On s'est juste présenté dehors et puis après il faisait froid donc on est rentré dans la salle (lève les yeux aux ciel). Bah j'aurais préféré que ça soit à l'extérieur (rire). »

2. Les explications

Deux participants auraient aimé avoir davantage d'explications pendant la séance.

Par exemple, une participante souhaitait que la médiatrice donne des **conseils pratiques** que les participants pourraient appliquer avec leurs propres animaux.

E10 : « En point d'amélioration je pense que ça peut être intéressant pour ceux qui ont des animaux à la maison de pousser le truc aussi et d'avoir des conseils, ça aurait pu être bien. (…) Par exemple sur comment renouer le lien avec son chien par exemple. »

Par ailleurs, une autre déplorait le manque de clarté sur **le sens et les effets attendus des exercices**. Elle attendait **plus de profondeur dans les explications** données par l'animatrice.

E7 : « Je pense que c'est ça qui me manquait un peu, que l'animatrice nous explique (…) les activités. Les expliquer pas qu'en surface, en disant "Bah voilà on va faire ça", mais juste expliquer le pourquoi du comment. Ça pourrait nous faire quelque chose de concret dans notre existence quoi

Elle proposait donc d'**expliciter les aspects thérapeutiques potentiels des exercices** lors de leur présentation.

E7 : « Mais du coup moi j'y ai vu plus à ce moment-là, peut-être, une approche thérapeutique mais pas expliquée, c'est ça qui me manquait. Ça manquait des explications en fait. (...) Ça serait peut-être bien d'axer sur un côté thérapeutique en amenant plus d'explications.

En conclusion, les participants avaient majoritairement un **vécu enthousiaste et positif** de l'expérience de la médiation animale.

E1 : « C'était cool, ouais c'était trop bien ! »

E5 : « Alors ça je trouve ça génial ! »

E6 : « Le fait qu'il y ait des activités comme ça de mises en place c'est vraiment génial. »

E8 : « Mais c'était super bien franchement ! (…) Ce qui m'a plu, tout m'a plu en fait. »

E11 : « Je trouve que c'est vraiment une super chose. (…) Donc je pense que c'est une bonne chose pour un hôpital d'avoir cette médiation animale. Donc c'était vraiment une super expérience. »

Ils avaient alors à cœur que la médiation animale **continue à être proposée** dans le service et qu'elle puisse être **étendue à d'autres structures** de soin.

E3 : « Moi je trouve que c'est une bonne idée dans les hôpitaux de faire des choses comme ça, il en faudrait plus ! »

E5 : « Donc c'est super ! Et ça serait vraiment bien si ça pouvait être étendu à plein d'autres structures ce genre de médiation. Ça je trouve ça génial ! (…) Faut le garder ça ici, vraiment. Vraiment vraiment »

E8 : « C'était bien. Franchement c'était bien. Franchement, c'est à continuer. (…) ! Et du coup, moi je dis que c'est bien et qu'il faut continuer. »

DISCUSSION

I. Synthèse des principaux résultats

La médiation animale était une activité originale et innovante, vécue comme une expérience à part des soins hospitaliers habituels. Il y régnait une ambiance chaleureuse et sécurisante, notamment grâce à la présence des animaux et d'une médiatrice externe au service. Les participants retrouvaient la sensation d'être « comme à la maison », leur permettant de s'évader de l'hôpital pour un temps et de porter sur celui-ci un autre regard.

Le temps passé avec les animaux favorisait un état de bien-être et de détente. Les participants décrivaient une mise à distance de leurs symptômes psychiques et physiques. Ils vivaient un moment ludique, source de plaisir et d'amusement.

Avec l'animal, les participants retrouvaient une relation connue et sécurisante, décrite comme plus simple à vivre que les relations interpersonnelles. Parce qu'ils ne se sentaient pas jugés, les participants avaient plus de facilité à être authentiques et à se livrer en présence de l'animal. Par ailleurs, cette relation se vivait aussi par le contact corporel. Les échanges de caresses permettaient un éveil à la sensorialité, et parfois un apaisement psychique. En retour, les participants avaient à cœur de prendre soin de l'animal, ils partageaient ensemble un lien de soin réciproque.

Dans ces séances en groupe, même si la présence de l'animal au sein du groupe favorisait les interactions entre les participants, le vécu du collectif restait hétérogène et ambivalent. D'un côté, l'activité permettait de découvrir d'autres personnes et de collaborer. Mais de l'autre, la présence d'autres participants pouvait être perçue comme un frein à la relation duelle avec l'animal.

Sur le plan individuel, les participants évoquaient un regain de l'estime de soi, portant sur eux-mêmes un regard plus positif qui leur permettait de gagner en assurance. Par ce biais, la médiation animale était un vecteur d'affirmation de soi. En parallèle, l'expérience partagée avec les animaux faisait émerger une motivation à se remobiliser pour soi dans une dynamique d'autonomisation. A travers cette expérience, les participants pouvaient prendre conscience de leur pouvoir d'agir et de la possibilité de s'en saisir pour s'investir vers un « aller mieux ».

En fin de compte, les participants avaient un vécu positif de la séance de médiation animale. Ils relevaient des bénéfices multiples de l'activité notamment la réduction des symptômes, l'accès au bien-être, l'éveil de la sensorialité, une ouverture à la sociabilité et à l'autodétermination. Cependant, le vécu de cette expérience n'est pas monolithique et plusieurs points viennent le moduler. En effet, les interactions avec les animaux n'avaient parfois pas d'impact émotionnel ou sensoriel. De plus, les effets d'apaisement et de bien-être n'étaient pas perçus de tous et ils étaient souvent décrits comme temporaires. Enfin, le vécu du collectif était parfois mitigé, en raison du manque de cohésion, de l'hétérogénéité des profils et de la confrontation aux difficultés de fonctionnement relationnel.

II. Forces et limites de l'étude

A. Points forts et intérêts

1. Originalité de l'étude

L'originalité de ce travail réside dans le fait qu'il se distingue des études précédemment menées sur plusieurs aspects :

- Alors que la plupart des études retrouvées dans la littérature sur la médiation animale en psychiatrie se concentrent sur un trouble psychique spécifique (la schizophrénie principalement), ce travail étudie cette activité sous le prisme de diverses pathologies psychiatriques, en interrogeant le vécu des patients quel que soit leur diagnostic.
- Plutôt que de se concentrer uniquement sur les effets ressentis, ce travail explore le vécu global des participants, permettant une approche holistique de la médiation animale.
- En incluant un recueil d'opinion des participants, ce travail donne l'opportunité aux patients de formuler des propositions concrètes en vue d'améliorer l'activité à laquelle ils participent.

2. Respect de la méthode qualitative

Le protocole de cette étude et l'interprétation des entretiens respectent les grands principes de méthodologie qualitative. Nous avons confronté notre travail aux critères de la grille COREQ dont 27 (sur 32) ont pu être validés.

L'échantillonnage était raisonné et homogène permettant d'obtenir un échantillon de participants diversifié. Les caractéristiques de la population inclue sont variées tant sur le plan du sexe, de l'âge, des pathologies psychiatriques, du nombre de participations antérieures à l'activité, que sur le plan de la durée d'hospitalisation au moment de l'étude.

Les entretiens ont été menés juste après la séance afin de limiter le biais de mémorisation. Ils avaient lieu dans une pièce isolée du reste du service, propice à la confidentialité. Ils étaient individuels et semi-dirigés laissant place à l'expression libre des participants.

De plus, grâce à son expérience en tant qu'interne en 2020 dans le service de psychiatrie concerné par l'étude, la chercheuse était sensible aux possibles fragilités psychiques des participants. Sa posture était empathique et ouverte afin de faciliter leur expression et soutenir l'élaboration de leur pensée, respectant ainsi les principes de l'entretien compréhensif.

La suffisance des données a été obtenue après onze entretiens.

3. Triangulation de l'analyse

Dans cette étude, la triangulation est assurée par plusieurs processus :

- La confrontation aux données de la littérature : après analyse des entretiens, les résultats de notre travail ont été comparés à ceux issus de la recherche documentaire menée en amont, afin d'en saisir les limites et les points forts.
- Les échanges réguliers avec la directrice de thèse : Dr Marquette a accompagné le travail d'analyse en apportant un éclairage sur certains codages difficiles. La pertinence de l'analyse thématique et intégrative a été discutée afin de confronter les différents choix analytiques.
- L'observation participante de la chercheuse : son expérience en tant qu'interne dans le service concerné par l'étude en 2020 a apporté une dimension contextuelle, enrichissant l'analyse de ce travail.

4. Formation et posture de la chercheuse

Afin de mieux maîtriser l'approche théorique et pratique en recherche qualitative, la chercheuse s'est formée en étudiant différents manuels sur cette méthodologie (53,54). Elle a également participé à un atelier consacré aux thèses qualitatives en médecine générale ainsi qu'à une formation à la recherche documentaire, à l'Université de médecine de Nantes.

Dans le souci d'obtenir des résultats reflétant au mieux le vécu réel des participants, la chercheuse a veillé à adopter une posture neutre et ouverte au long de l'étude. En amont, elle a pris soin d'identifier ses propres représentations concernant la médiation animale et de les remettre en question, notamment en les confrontant aux travaux existants dans la littérature.

Par ailleurs, la chercheuse a également développé sa réflexivité grâce à la tenue d'un journal de bord ainsi que lors d'échanges avec ses pairs sur le sujet de l'étude, permettant l'analyse critique de ses ressentis et réflexions.

B. Points faibles et limites

Notre étude, bien que sérieusement menée, comporte plusieurs limites inhérentes aux caractéristiques des patients non interrogés, à la collecte des données et aux choix méthodologiques.

1. Liés aux critères d'inclusion

Limites liées à la non-inclusion

Une première participante n'a pas souhaité être interrogée. Même si son refus était d'abord justifié par une plainte douloureuse, il faut noter qu'elle a également exprimé une insatisfaction à l'égard de la séance, tant sur le plan du contenu que celui des modalités. Nous regrettons de

ne pas avoir eu l'opportunité d'approfondir son vécu et son point de vue, qui auraient pu apporter d'autres nuances aux résultats obtenus.

De même, bien qu'une participation incomplète à la séance fût définie en amont comme un critère de non-inclusion, il aurait pu être intéressant d'interroger les deux participants ayant quitté précocement la séance. Les motifs de leur départ anticipé rapportés par les soignants étaient, pour l'un, un état d'agitation et, pour l'autre, une tristesse en lien avec la présence d'animaux lui rappelant la mort de son propre chien. D'un point de vue théorique, il aurait été pertinent pour notre travail d'interroger leur vécu et d'explorer les raisons de leur départ. Mais en pratique, il était contraire à leur intérêt clinique de les confronter à nouveau à un vécu potentiellement difficile.

Enfin, l'exclusion d'un participant n'ayant pas accès au langage a induit une perte de données.

Limites liées à l'inclusion

Sur la période de l'étude, un seul patient a eu l'occasion de participer à une séance individuelle. Bien que son vécu ait été exploré en entretien et pris en compte dans l'analyse, il faut noter qu'il représente une expérience unique et distincte de celle vécue par le reste des participants en collectif.

Cependant, l'objectif de cette étude était d'explorer le vécu de l'activité de médiation animale telle qu'elle était proposée au G08. C'est pourquoi nous avons fait le choix d'inclure tous les patients y participant, que la séance soit collective ou individuelle.

Dans le rapport d'activité réalisé en juin 2022, 4 participants sur les 78 ayant participé à la médiation animale au G08 avaient bénéficié d'une prise en charge individuelle. La confrontation de ces données à celles de notre étude, dans laquelle 1 participant sur les 11 a vécu une séance individuelle, rend notre échantillonnage cohérent avec la réalité du terrain étudié.

2. Liés aux données collectées

Les données collectées et les modalités utilisées pour les recueillir induisent des effets collatéraux à prendre en considération dans l'interprétation des résultats.

Tout d'abord, la participation volontaire à l'atelier a pu, en elle-même, engendrer un effet se rapprochant d'un biais de confirmation dans les données recueillies en entretien. L'inscription volontaire laisse penser que les participants peuvent avoir une appétence particulière pour cette activité et/ou les animaux en général. Cet aspect a, potentiellement, pu les inciter à privilégier en entretien les données confirmant l'intérêt d'une telle activité. Dans une idée similaire, il est possible que, dans le souci de maintenir les ateliers de médiation animale dans le service, les participants aient pu favoriser les réponses plaidant en faveur de ceux-ci.

Ensuite, comme dans tous les entretiens menés par un médecin dans le cadre de travaux qualitatifs en santé, le statut médical peut induire un effet de désirabilité dans les réponses des enquêtés. Consciente de cette tendance, la chercheuse a adopté une posture basse et ouverte lors des entretiens.

Enfin, les troubles psychiques des participants pouvaient restreindre leur capacité à exprimer clairement leurs ressentis. Bien que la reformulation des réponses par l'enquêtrice ait en partie pallié cette difficulté, on ne peut exclure le risque de suggestion induit par ce procédé.

3. Liés à la méthodologie

Certains critères méthodologiques de la grille COREQ n'ont pas été remplis, notamment :

- L'absence de validation de la retranscription des entretiens et des résultats par les participants, en raison d'une contrainte de faisabilité.
- L'absence de double codage formel. Cependant, la directrice de ce travail a lu l'intégralité des retranscriptions, et la pertinence de l'analyse était longuement discutée lors des échanges avec la chercheuse.
- Le manque d'expérience de la chercheuse et de la directrice de thèse dans le domaine de la recherche qualitative.

Par ailleurs, cette étude a été réalisée dans le cadre d'une thèse de médecine générale. La chercheuse n'étant pas spécialisée en psychiatrie, l'expertise de la directrice de ce travail était un appui pertinent pour l'analyse.

III. Discussion et théorisation des résultats, éclairés par la littérature

A. Une autre vision de l'hôpital

Les participants, pour la plupart, étaient surpris d'apprendre qu'une telle médiation était proposée à l'hôpital. Ils s'étonnaient et se réjouissaient de pouvoir accueillir des animaux dans leur lieu de soin habituel. Ces constatations déconstruisaient les croyances selon lesquelles l'hôpital proposerait uniquement des soins techniques ou médicamenteux. Plus largement, la présence de ce type d'activité à l'hôpital pourrait mener à changer les représentations collectives de l'hôpital psychiatrique. Comme souligné dans plusieurs autres travaux qualitatifs, le recours à la médiation animale dans le soin psychique participe à la « déstigmatisation » de l'image de la psychiatrie (50,57).

De plus, l'ambiance de la séance était décrite comme familière et chaleureuse pour les participants. Cette sensation d'être *« à la maison avec les chiens »* (E6) corrobore l'idée déjà développée par certains auteurs que la présence de l'animal contribue à humaniser l'hôpital (58–60).

B. Le bien-être et la mise à distance des symptômes

Les participants rapportaient majoritairement un effet bénéfique de la médiation animale sur leurs symptômes psychiques et physiques. Ces observations vont dans le sens de nombreuses données de la littérature déjà présentes sur le sujet. Ces résultats étant donc attendus, nous n'en présentons ici qu'une synthèse.

Une amélioration des symptômes psychiques

En premier lieu, les participants notaient une diminution des angoisses, du stress et des ruminations pendant la séance de médiation animale. Ils décrivaient une sensation globale d'apaisement en présence de l'animal. Ces retours concordent avec les résultats de différentes études retrouvant une réduction des symptômes anxieux des patients après participation à des activités de médiation animale (36,61), notamment une méta-analyse de 2018 (34) et plusieurs revues de la littérature (32,42).

En entretien, une patiente souffrant de troubles psychotiques a également rapporté une amélioration de ses symptômes productifs habituels, notant l'absence de ses hallucinations intrapsychiques pendant la séance. La médiation animale pourrait donc participer à diminuer certains symptômes positifs de la schizophrénie. Cette idée est notamment soutenue dans la revue de la littérature menée par Tyssedal *et al.* en 2023, portant sur la thérapie assistée par le chien auprès de patients souffrant de schizophrénie : l'amélioration des symptômes positifs était l'effet le plus rapporté dans les études recensées (42). Cependant, certaines données de la littérature modèrent ce point. En effet, dans une autre revue de la littérature menée en 2019 sur le même sujet, seules deux études sur les sept étudiées retrouvaient une amélioration des symptômes positifs et négatifs (41). Dans notre étude, ces effets n'ont d'ailleurs été soulignés que par une seule participante.

Par ailleurs, pour certains participants la médiation animale contribuait à améliorer leur moral. Ils rapportaient une humeur plus positive pendant et après la séance. Ainsi, la médiation animale semble avoir un effet bénéfique sur la thymie et participe à réduire les symptômes de dépression. Cette hypothèse est confirmée par plusieurs études dans lesquelles les scores d'évaluation de la dépression sont réduits significativement après participation à une telle activité (35,37). Une autre méta-analyse, étudiant les effets de la médiation animale dans différents types de pathologie, montre que les bénéfices retrouvés sur la dépression étaient plus intenses chez les patients atteints de pathologies psychiatriques que chez les patients déments (48). Ainsi, comme suggéré par les participants de notre étude et dans une autre méta analyse, la médiation animale semble avoir un effet thérapeutique propre, qui pourrait être utile dans le traitement de la dépression (38).

Effets sur le bien-être et les émotions

De manière générale, les participants décrivaient que l'activité avait un impact positif sur leur bien-être émotionnel, notamment parce qu'ils vivaient un moment de plaisir et d'amusement. Cette expérience était perçue comme un moment de divertissement permettant de recontacter la joie et de « *redonne[r] le sourire* » (E10).

Cette idée selon laquelle la médiation animale améliore le bien-être est soutenue dans deux études relativement anciennes (62,63). Plus récemment, une étude randomisée contrôlée, conduite en 2020 chez des hommes souffrant de pathologies psychiatriques chroniques, a montré une amélioration du bien-être émotionnel et de la qualité de vie chez les participants à une activité de médiation animale avec des oiseaux pendant 8 semaines (45). Une autre étude de type avant/après, réalisée en 2020, rapporte que les patients hospitalisés en psychiatrie se sentaient d'humeur plus joyeuse, calme et apaisée après les séances de cynothérapie (46).

Plus largement, la médiation animale semble contribuer à une meilleure régulation des émotions chez les patients, comme le souligne l'étude menée par Hunjan et Reddy en 2023 (64).

Un effet sur les symptômes physiques

Sur le plan physique, il était rapporté un soulagement des douleurs pendant la séance chez certains participants, notamment les douleurs articulaires et les céphalées. Plusieurs autres études montrent que les activités de médiation animale diminuent la perception de la douleur par les patients (32,65).

Au cours des entretiens, un participant évoquait de façon plus spécifique une réduction des manifestations somatiques de son anxiété, comme les tensions musculaires par exemple. Quelques travaux à ce sujet retrouvent une diminution des symptômes physiologiques d'anxiété en présence d'animaux, comme la fréquence cardiaque et la tension artérielle (35) ou plus largement les tensions musculaires et la fatigue (66).

Des effets durables et universels ?

Les bénéfices perçus de la médiation animale n'étaient pas uniformes parmi les participants. Certains n'ont pas ressenti d'effets sur l'anxiété, le moral ou l'agitation physique. Et, même s'ils étaient perçus, ces effets étaient parfois jugés insuffisants. A l'image de ces observations, les résultats des études examinées dans la revue de la littérature de Hawkins *et al.* n'étaient pas tous convergents (41) : cinq études sur les sept analysées ont mis en évidence des effets significatifs de la médiation animale sur les symptômes de la schizophrénie. Une autre revue de la littérature faite par Tyssedal *et al.* sur le même sujet, a montré une amélioration significative de l'anxiété et des symptômes de schizophrénie, mais avec un niveau de preuve faible ou très faible (42). Ces constatations suggèrent donc que les bénéfices de la médiation animale peuvent être modérés et inconstants.

De même, la pérennité des effets perçus était discutée par les participants. Certains ont rapporté une amélioration durable de leur moral après l'activité, avec des bienfaits encore perceptibles au moment de l'entretien. Tandis que pour d'autres, les bénéfices psychiques et physiques étaient temporaires et conditionnés par le cadre et la présence de l'animal. Ils signalaient notamment une récidive rapide des angoisses et des douleurs physiques après la fin de la séance. Bien que peu d'études évaluant spécifiquement la durée des effets de la médiation animale aient été retrouvées dans la littérature, un article portant sur l'utilisation de la cynothérapie dans la maladie d'Alzheimer conclut que les effets observés pendant l'activité ne persistaient pas au-delà de celle-ci (67). Dans notre étude, les entretiens ont été réalisés dans la même journée que la séance, elle ne permet donc pas d'émettre de conclusion sur la durabilité de ces effets.

Il est important de noter cependant que la majorité des participants à notre étude n'avaient assisté qu'à une séance de médiation animale et n'étaient interrogés qu'une seule fois. Une exposition plus répétée à l'activité permettrait peut-être d'obtenir des bénéfices plus durables ou plus significatifs.

Ainsi, sur la base des résultats de notre étude et de la littérature citée, la médiation animale semble avoir un impact positif sur les symptômes physiques et psychiques des participants, mais ces effets peuvent être inconstants ou insuffisants.

C. Le contact avec l'animal et la théorie du Moi-Peau

Le contact avec les animaux était un éveil à la sensorialité. Leur présence invitait les participants au toucher et au mouvement, sources de ressentis corporels positifs et confortables. Les caresses et les câlins favorisaient l'épanouissement des perceptions et des sensations, suscitant alors des émotions.

Le corps et la peau entrent en jeu dans cette rencontre avec l'animal. Cet échange corporel peut renvoyer au concept de Moi-Peau théorisé par Didier Anzieu dans son livre du même nom (68). Le Moi-Peau désigne une représentation dont le Moi de l'enfant se sert, dans les premières phases de son développement, pour se représenter lui-même à partir de *« sa propre expérience de la surface du corps* », comme Moi qui « *contient les contenus psychiques* ». Il est ainsi basé sur les différentes fonctions de la peau :

- Celle d'un "Sac" qui contient et retient le bon à l'intérieur (par le soin maternel, l'allaitement et les bains de parole notamment).
- Celle d'une "Surface de séparation" qui marque la limite avec le dehors et le maintient à l'extérieur, comme une barrière de protection contre les agressions d'autrui.
- Celle d'une "Interface de communication" qui permet d'établir des relations significatives.

Le Moi-Peau se pense donc comme enveloppe psychique cutanée, limite et interface du Moi. De nombreux auteurs se sont déjà appuyés sur ce concept pour théoriser les principes de la médiation animale dans leurs ouvrages (69–71). De la même façon, différentes hypothèses peuvent être formulées à partir de l'expérience vécue par les participants de notre étude.

L'apaisement qu'ils décrivaient lors des caresses laisse imaginer que le contact avec les animaux invite au développement d'une sensorialité archaïque. En s'appuyant sur l'idée de la peau comme interface de communication, le temps des caresses pourrait amener le participant à découvrir un lien d'attachement plus sécure. Comme une frontière entre Soi et l'Autre en toute sécurité, le contact avec l'animal représenterait un bord contenant, pouvant cicatriser l'enveloppe psychique.

Aussi, avec l'idée de *« cocon »* abordée par la participante E7, le contact avec l'animal se vivait comme un espace chaleureux et enveloppant. Elle disait *« Et là d'être auprès [des animaux], ça permet de canaliser un peu ce pourquoi je pars tout le temps en cacahuète dans ma tête. J'étais plus canalisée et apaisée »,* comme si le contact avec l'animal contenait ses émotions et son fonctionnement psychique. A l'image du sac du Moi-Peau, cet espace de contact pourrait avoir fonction d'enveloppe contenante, permettant à la fois le déploiement sécure des émotions et la canalisation des contenus psychiques.

La métaphore de la « *petite bulle un peu fermée avec l'animal »* utilisée par la participante E5 pourrait finalement venir matérialiser en partie le concept de Moi-Peau.

D. Une autre façon d'être en relation

Dans les entretiens, la plupart des participants abordaient de façon spontanée la question des relations qui se jouaient pendant la séance. Que ce soit avec l'animal ou avec les autres participants, l'expérience de la médiation animale interrogeait le rapport à l'Autre dans sa globalité, en tant que tiers différent de Soi. De la même façon que le Renard dans « Le Petit Prince » d'Antoine de Saint Exupéry, la présence de l'animal pose la question du lien à l'Autre, de l'apprivoisement et plus largement des dynamiques relationnelles (72).

1. La relation à l'animal

Une relation de confiance sécure

Avec l'animal, les participants faisaient l'expérience d'un lien relationnel sécure. D'après les témoignages des participants, différents aspects semblent permettre la naissance de cette relation de confiance.

Tous les participants à notre étude avaient déjà eu des animaux de compagnie au cours de leur vie. Certains croyaient également à une complicité ancestrale entre l'Homme et l'Animal. Ainsi, avec les animaux présents lors de la séance, ils expérimentaient une forme de relation connue

et familière, ancrée dans des croyances sur l'universalité de l'affection Homme-Animal. Ces deux aspects facilitaient l'établissement rapide d'une relation de confiance avec les animaux.

Par ailleurs, le sentiment de sécurité des participants avec les animaux présents naissait de leur confiance commune et partagée avec la médiatrice. Un des participant disait : « *Et c'est aussi parce que vu que c'est ses animaux [à la médiatrice] et bah ils sont aussi en confiance, vu qu'ils voient qu'il n'y a pas de danger. Et nous aussi on a confiance du coup. ».* Grâce à la présence de celle-ci, le lien de confiance avec les animaux pouvait s'établir plus facilement.

La place de l'absence de jugement et de l'amour inconditionnel

Les participants évoquaient généralement une plus grande facilité à se livrer et à se dévoiler avec l'animal qu'avec les Hommes. La relation avec l'animal était vécue comme un espace de liberté et d'authenticité. Pour eux, l'animal ne jugeait pas : il était perçu comme un vecteur d'amour inconditionnel.

Ce dernier point fait écho à la « *considération positive inconditionnelle* », développée par Carl Rogers. Dans ses travaux, il avance l'idée que l'acceptation totale et inconditionnelle d'un individu est une condition facilitatrice à son développement et son épanouissement. Plusieurs auteurs se sont basés sur ce concept pour théoriser les spécificités de la relation Homme-Animal dans leurs ouvrages (70,73). De même, d'autres études de la littérature internationale ont émis l'hypothèse que l'absence de jugement ressenti par les patients pourrait expliquer les bénéfices et les mécanismes en jeu dans la médiation animale (33,58,74).

Ainsi, parce qu'ils se sentaient aimés inconditionnellement et sans jugement par l'animal, les participants pouvaient s'autoriser à être eux-mêmes pendant la séance.

Dans ce processus, il semble important de souligner l'importance du non-verbal. D'une part parce que c'est l'absence de parole qui permet de projeter sur l'animal ces qualités d'écoute, d'empathie et d'amour inconditionnel. Mais également parce que le non-verbal permet, en lui-même, de se soustraire au désir de l'Autre (de l'animal en l'occurrence ici). En effet, contraint par sa condition, l'animal ne peut formuler d'attentes particulières vis-à-vis du participant. Et c'est cette absence d'attente relationnelle formelle qui permet au participant de s'émanciper de la dimension pulsionnelle habituellement en jeu dans les relations interhumaines.

L'animal : un exutoire émotionnel ?

Dans cette relation de confiance, l'animal pouvait aussi avoir une fonction de réceptacle des émotions. Pour illustrer cette idée, reprenons la métaphore faite par le participant E11 : *« J'ai la sensation que les chiens en particulier, ressentent la peine des gens. Ils ressentent et ils peuvent être des éponges un peu. Et c'est agréable de pouvoir voir qu'un chien reste heureux malgré que*

nous nous soyons tristes ». Selon lui, comme l'éponge qui absorbe l'eau sans changer de forme, l'animal ressentait et accueillait les émotions en restant égal à lui-même.

Ainsi, en s'appuyant sur l'empathie et la stabilité émotionnelle de l'animal, les participants pouvaient se décharger de leurs émotions. Nous faisons l'hypothèse que le contact avec l'animal pourrait agir comme un réceptacle, ayant une fonction libératrice et cathartique des émotions.

Une relation empreinte de soin mutuel et de réciprocité

Les participants partageaient avec les animaux une relation de soin mutuel. Ils les considéraient comme des « *êtres à part entière* » (E5) et leur accordaient ainsi une attention particulière. Ils jugeaient important d'écouter les besoins des animaux et d'ajuster leurs propres comportements en conséquence. Au travers de la médiation animale, les participants expérimentaient les bienfaits d'une relation d'attention et de soin réciproques. Ils (re)découvraient alors que prendre soin pouvait devenir une source de plaisir en soi.

La question de la réciprocité du prendre soin, soulevée ici, renvoie aux travaux philosophiques de Paul Ricoeur. Ses concepts ont déjà été repris dans plusieurs articles théorisant le soin (75) et la relation Homme-Animal (76,77). Afin de penser le soin, Ricoeur s'interroge : *« Mais le souci de soi est-il un bon point de départ ? Ne vaudrait-il pas mieux partir du souci de l'autre ? »*. Il défend l'idée que l'autre est certes un "alter" mais qu'il est aussi un "ego". C'est-à-dire que c'est en s'affirmant soi-même, en tant que "je", qu'il est possible de découvrir autrui en tant qu'autre "je". La réunion de ces conditions rend ainsi possible la réciprocité dans la relation.

Parallèlement, ces travaux et le retour des participants dans notre étude, évoquent aussi la question de la sollicitude. Ricoeur définit la sollicitude comme forme particulière de souci de l'autre à travers une « *spontanéité bienveillante* ». La posture d'écoute et de respect des besoins des animaux adoptée par les participants lors de la séance semble s'inscrire dans cette dynamique. Ricoeur disait aussi : *« Le miracle de la réciprocité, c'est que les personnes sont reconnues comme insubstituables l'une à l'autre dans l'échange même. Cette réciprocité des insubstituables est le secret de la sollicitude. La réciprocité n'est en apparence complète que lorsque l'un estime l'autre autant que soi »*. Ainsi, c'est parce que le participant considérait l'animal comme un « *être à part entière* » (E5) qu'il pouvait naître entre eux une réciprocité du prendre soin. Et, à l'image des vases communicants, les bénéfices de cette relation de soin mutuel pouvaient être partagés entre les deux parties.

Selon les participants, le lien émotionnel réciproque avec les animaux se vivait également à travers le corps et le contact. A ce sujet, leurs témoignages font écho avec le phénomène d' « *empathie corporelle réciproque* » théorisé par K. Shapiro (78). Ce concept met en avant la capacité des humains et des animaux à se comprendre et à interagir au niveau corporel. Selon Shapiro, l'empathie corporelle réciproque se produit lorsque deux êtres, qu'ils soient humains

ou animaux, sont capables de ressentir et de partager les sensations physiques de l'autre. Le participant E11 illustrait bien cette idée en disant : *« Je me suis senti calme, apaisé, parce que j'ai pris un peu aussi le comportement du chien, qui lui était calme, apaisé. ».* Cette connexion empathique peut se manifester par une synchronisation des mouvements, des postures et des expressions corporelles, conduisant à une forme de communication non verbale intuitive.

Par ce concept, Shapiro développe l'idée sous-jacente qu'à travers ce langage corporel commun, l'Homme et l'animal peuvent être capables de percevoir et de répondre aux signaux physiques de l'autre. Il s'établit ainsi un lien émotionnel et empathique de soin réciproque, résonnant avec la notion de sollicitude pensée par Ricoeur. En favorisant cette connexion empathique, la médiation animale peut renforcer le bien-être émotionnel et améliorer le fonctionnement relationnel.

Le lien à l'animal comme modèle relationnel ?

Finalement, pendant la séance de médiation animale, les participants faisaient l'expérience d'un positionnement relationnel respectueux de l'animal et de ses besoins. Ils découvraient une modalité relationnelle bénéfique, dans laquelle chaque protagoniste peut être lui-même, tout en étant attentif à l'autre.

Rachel Lehoktay développe dans ses travaux l'idée selon laquelle l'animal peut être utilisé comme modèle de comportement pour améliorer les aptitudes sociales du patient (79). Sur le même principe, nous faisons l'hypothèse que les participants pourraient s'inspirer du lien créé avec l'animal pour investir différemment la relation à l'autre en général. La relation à l'animal deviendrait alors un modèle relationnel et comportemental qui pourrait être reproduit dans d'autres cadres que celui de la médiation animale.

2. La relation aux autres participants

Pour tous les participants de notre étude, à l'exception d'un seul, les séances de médiation animale étaient vécues en collectif. La présence d'autres participants lors de l'activité avait une influence sur l'expérience rapportée. Dans les entretiens, les participants abordaient d'une part, les relations interpersonnelles et collectives en jeu dans le groupe, et d'autre part, l'impact de la présence des animaux au sein de celui-ci.

L'animal comme catalyseur et médiateur des interactions

Les participants ont observé que la présence d'animaux dans cette médiation collective facilitait la rencontre. L'animal avait agissait d'abord comme un « *brise-glace* » (E6) puis comme un élément fédérateur entre les participants. Certains disaient avoir vécu un moment de partage avec les autres participants autour des animaux pendant la séance. Ces observations suggèrent que la présence de l'animal contribue à fluidifier les interactions sociales dans l'ensemble. Cette

idée est aussi développée par Kruger et Serpell dans leurs travaux sur la médiation animale en santé mentale, où ils décrivent l'animal comme un « *catalyseur d'interaction sociale* » (80).

Selon les participants, la présence de l'animal pouvait également soutenir les interactions interpersonnelles. En agissant comme un tiers médiateur fiable, l'animal servait d'appui pour faciliter la communication et la relation à l'autre. Cette fonction de médiateur dans la relation duelle est d'ailleurs l'un des aspects principalement théorisés dans les travaux sur la médiation animale en tant qu'outil thérapeutique (70,81–83).

Un changement de regard impulsant une nouvelle dynamique relationnelle

Dans un contexte différent du cadre hospitalier habituel, les participants semblaient (re)découvrir leurs pairs sous un angle différent. Ils rapportaient notamment avoir constaté des changements de comportements ou des réactions inattendues chez les autres participants au contact de l'animal.

Ce changement de regard pouvait parfois initier en lui-même une modification dans les dynamiques relationnelles. Pendant la séance, certains participants adoptaient un positionnement plus altruiste et adapté à l'autre, inspiré peut-être de la relation à l'animal.

Ces observations suggèrent que la médiation animale peut faciliter l'accès au vécu d'autrui, offrant ainsi la possibilité de s'ajuster dans la relation. Dans cette activité collective, les participants se confrontaient à la réalité des processus relationnels et faisaient éventuellement l'expérience d'une socialisation plus adaptée.

La médiation animale : un vecteur de socialisation ?

Ces résultats soulèvent la question de l'impact de la médiation animale sur la socialisation.

Pour certains participants à notre étude et dans d'autres travaux de la littérature, la médiation animale semble avoir un effet positif sur les interactions sociales. La revue de la littérature menée par Rossetti *et al*., conclut notamment à un bénéfice sur la socialisation des patients atteints de maladies psychiques en général (84). De même, l'étude randomisée contrôlée menée par Chen *et al*. chez des patients schizophrènes a montré une amélioration de la communication et des interactions sociales après participation à des séances de cynothérapie (85). Et, d'après une autre étude du même type de Villalta-Gil *et al*., la participation à un atelier en présence d'un chien améliorait les aptitudes et la qualité de vie sociales chez les patients atteints de troubles psychotiques (40).

Toutefois, il faut noter que l'expérience du collectif était aussi vécue de façon plus mitigée dans notre étude. En effet, certains participants ne trouvaient pas de bénéfices à vivre cette médiation en groupe. D'une part, ils considéraient que l'activité était avant tout une expérience

personnelle, et d'autre part ils estimaient que les profils des participants étaient trop hétérogènes pour avoir des interactions significatives.

Pour illustrer ces nuances sur le vécu du collectif et de la socialisation, il est intéressant de s'attarder sur les résultats de deux études en particulier. La première est une étude randomisée contrôlée menée par Shih et Yang auprès de patients schizophrènes (47). Pendant trois mois, une partie des patients participait à une activité hebdomadaire de médiation animale (groupe intervention), tandis que l'autre partie assistait à des discussions de groupe après visualisation d'un film sur les animaux (groupe contrôle). L'impact de ces deux activités sur le fonctionnement social des participants était mesuré à trois reprises (avant, après et à 3 mois de l'exposition) puis les résultats des deux groupes étaient comparés. A la suite immédiate de l'activité, les résultats ont montré une amélioration du fonctionnement social significativement plus importante dans le groupe ayant participé à la médiation animale, mais cet effet n'était pas durable, car il n'était pas retrouvé lors de l'évaluation à 3 mois. Dans une autre étude similaire de Villalta *et al.* citée précédemment, les capacités sociales des patients étaient améliorées après leur participation à un activité en présence d'un chien, mais aucune différence significative n'a été observée avec le groupe contrôle, qui participait à la même activité sans le chien (40).

Les résultats retrouvés dans la littérature corroborent ceux de notre étude : la médiation animale peut avoir des effets bénéfiques sur les compétences sociales des patients atteints de pathologies psychiques, mais ces effets sont inconstants et d'intensité limitée.

E. L'affirmation de soi et l'autonomisation, un pas vers l'empowerment ?

Outre les interactions avec autrui, la médiation animale était vécue comme une expérience personnelle complexe. Ce vécu individuel s'articule autour de différentes facettes, contribuant chacune à l'épanouissement personnel des participants.

<u>Une autre façon d'accéder à soi</u>

Comme développé précédemment, les participants retrouvaient dans la relation avec l'animal un espace d'authenticité dans lequel ils s'autorisaient davantage à se livrer sans filtre. Cette liberté d'être pourrait leur donner l'occasion de renouer avec une version plus authentique d'eux-mêmes.

Par ailleurs, en utilisant l'animal comme support de verbalisation, les participants parvenaient parfois plus facilement à exprimer leurs émotions. Ce processus est basé sur l'intervention de la médiatrice lorsqu'elle identifie qu'un participant projette ses propres sentiments sur l'animal. Elle peut alors lui en faire prendre conscience et utiliser cette projection comme un point de départ pour l'aider à mettre en mots ce qu'il éprouve. Grâce à cette démarche utilisée en séance,

les participants pouvaient alors se réapproprier leurs émotions. Dans leur manuel d'utilisation de la médiation animale en thérapie, Anderson *et al.* expliquent eux aussi que l'animal peut être utilisé comme une ressource permettant au patient d'en apprendre plus sur ses propres émotions (86).

Dans une idée similaire, l'évocation des souvenirs personnels pendant la séance donnait aux participants l'opportunité de les assimiler autrement dans leur histoire de vie. Pour étayer cette idée, nous nous appuyons sur le concept d'*« identité narrative* » développé là aussi par Paul Ricoeur, qui explore le rôle du récit dans la construction de l'identité individuelle (87). En faisant le récit de son souvenir et des contenus affectifs qui lui sont associés, le sujet donne du sens à son propre vécu et peut ainsi le réinterpréter. Un extrait de notre étude illustre ce propos : lors d'une séance, la participante E10 a évoqué un aspect difficile de son histoire personnelle et disait ensuite : « *Donc je l'ai exprimée pendant l'activité et j'ai été écoutée et c'était mieux ».* Cet exemple montre comment le processus narratif d'un souvenir difficile peut contribuer à sa réappropriation et sa cicatrisation.

Par ces différents procédés, la médiation animale participe à la construction identitaire individuelle, permettant à chaque participant d'accéder à une conscience différente de soi. Elle offre l'occasion de se découvrir sous un autre angle, favorisant ainsi l'affirmation de soi.

<u>Une invitation à l'affirmation de soi</u>

Grâce à l'expérience de la médiation animale, les participants avaient l'opportunité de se définir en dehors de leur statut de patient. Libérés d'une partie de leurs symptômes habituels, ils pouvaient se percevoir autrement que par le prisme de la pathologie. De plus, cette activité leur permettait de sortir du cadre hospitalier et des relations soignant-soigné habituelles. Le partage de cette expérience avec un soignant du service favorisait une approche plus horizontale de la relation de soin. De même, en présence de la médiatrice (étant une personne extérieure au service) certains patients s'autorisaient à se dévoiler autrement, mettant à distance une partie de leur histoire médicale et de leurs antécédents. Grâce à ces changements de postures et de dynamiques relationnelles, la médiation animale permet aux participants de s'émanciper de leur statut de patient et de s'affirmer au-delà de celui-ci.

Par ailleurs, la médiation animale apparaît comme une expérience narcissisante, favorisant l'estime de soi. A ce sujet, les résultats de la revue de la littérature de Hawkins *et al*., affirment que la médiation animale améliore l'image de soi chez les patients schizophrènes (41). Dans notre étude, les participants rapportaient que cette activité leur offre l'occasion de poser un regard bienveillant sur eux-mêmes. Ils pouvaient auusi se sentir valorisés par l'acquisition de nouvelles compétences au contact de l'animal et des autres participants. Certains rapportaient notamment que la médiation animale leur permettait de gagner en assurance et en confiance en eux.

Ainsi galvanisés, les participants pouvaient alors prendre conscience de leur valeur en tant qu'individu. Dans cette perspective, nous émettons l'hypothèse que la médiation animale permet aux patients de s'affirmer dans leur individualité. Elle les invite à se déterminer selon leurs propres choix, les engageant ainsi dans un processus de subjectivation. On retrouve dans la littérature plusieurs études qui corroborent cette hypothèse. L'étude randomisé contrôlée menée par Chu *et al.* en 2009 et plus récemment la revue de la littérature de Tyssedal *et al.* en 2023 ont toutes les deux montré une amélioration significative de l'auto-estime et des capacités d'auto-détermination chez les patients schizophrènes, après participation à des ateliers de médiation animale (42,88).

Cette dynamique d'affirmation de soi semble faire naître chez les participants une motivation à se remobiliser pour eux-mêmes.

Vers une remobilisation pour soi

D'abord, la participation à l'activité augmentait l'implication des patients dans leur parcours de soin. En premier lieu, l'inscription volontaire initiait une dynamique pro-active de la part des participants, à travers la formulation d'une demande auprès de l'équipe soignante. De plus, certains patients s'engageaient au long cours dans l'activité. Après discussion avec leur psychiatre référent, la médiation animale pouvait faire partie intégrante de leur projet de soin. Plusieurs essais randomisés montrent d'ailleurs, que la présence d'un animal améliore l'adhésion aux soins proposés. Dans leur étude Arnskötter *et al.* ont trouvé que l'inclusion d'un chien en séance de psychothérapie renforçait la motivation du patient à y participer et améliorait l'alliance thérapeutique (89). De même, dans les travaux de Calvo *et al*., on retrouve une meilleure adhésion à l'activité chez les patients participant à une médiation animale que dans le groupe contrôle (90).

Pour certains participants, la médiation animale était également un vecteur d'autonomisation, invitant à « *se prendre en charge* », pour reprendre la formulation du participant E2. Comme développé par Lehoktay dans ses travaux, le fait de s'occuper d'un animal permet de développer un sens des responsabilités et favorise ainsi l'autonomie (79). L'étude de Kovàcs *et al*. appuie aussi cette idée en démontrant que la participation de patients schizophrènes à une activité de médiation animale pendant 9 mois améliorait leur indépendance dans les activités de la vie quotidienne, notamment dans le domaine de la santé (91).

Ainsi, il semble qu'à la suite de cette expérience avec les animaux, les participants étaient davantage disposés à s'investir dans leur bien-être, en mobilisant leurs propres ressources. Cette idée converge avec les résultats des travaux de Berget *et al*., qui retrouvent une augmentation du sentiment d'auto-efficacité et une amélioration significative des capacités de coping chez les patients présentant des troubles psychiatriques, après des séances de médiation animale avec

des animaux de ferme (92). Le coping est défini en psychologie comme la capacité à faire face aux épreuves stressantes (93). A la lumière de ces observations, il apparaît que la médiation animale peut aider les patients à prendre conscience des ressources dont ils disposent, les encourageant ainsi à les utiliser pour faire face à leurs difficultés.

En définitive, la médiation animale permet une mobilisation active pour soi dans une optique de rétablissement. En ce sens, elle favorise l'empowerment des participants. Tom Greacen défini l'empowerment comme un mouvement d'émancipation dans lequel le patient apprend à « *choisir par lui-même les moyens de faire face à de nouveaux défis et à décider de quelle sorte d'appui [il] a besoin* ». Il peut alors développer sa capacité à « *se dégager de situations désespérées et à trouver un nouveau mode de vie* » (94,95). Dans cette dynamique, à l'issue de l'atelier, le participant E11 aborde ses difficultés psychiques sous un nouvel angle : « *Donc c'est dans nos mains, c'est nous-même qui pouvons-nous en libérer ».* En se saisissant de leur pouvoir d'agir, les patients peuvent alors (re)devenir les acteurs principaux de leurs soins et de leur mieux-être.

F. Proposition de modélisation

Cette proposition de modélisation résume sous forme de schéma les principaux résultats issus de l'analyse et de la discussion. Elle synthétise une partie des données mises en avant dans cette étude mais n'a pas vocation à être exhaustive.

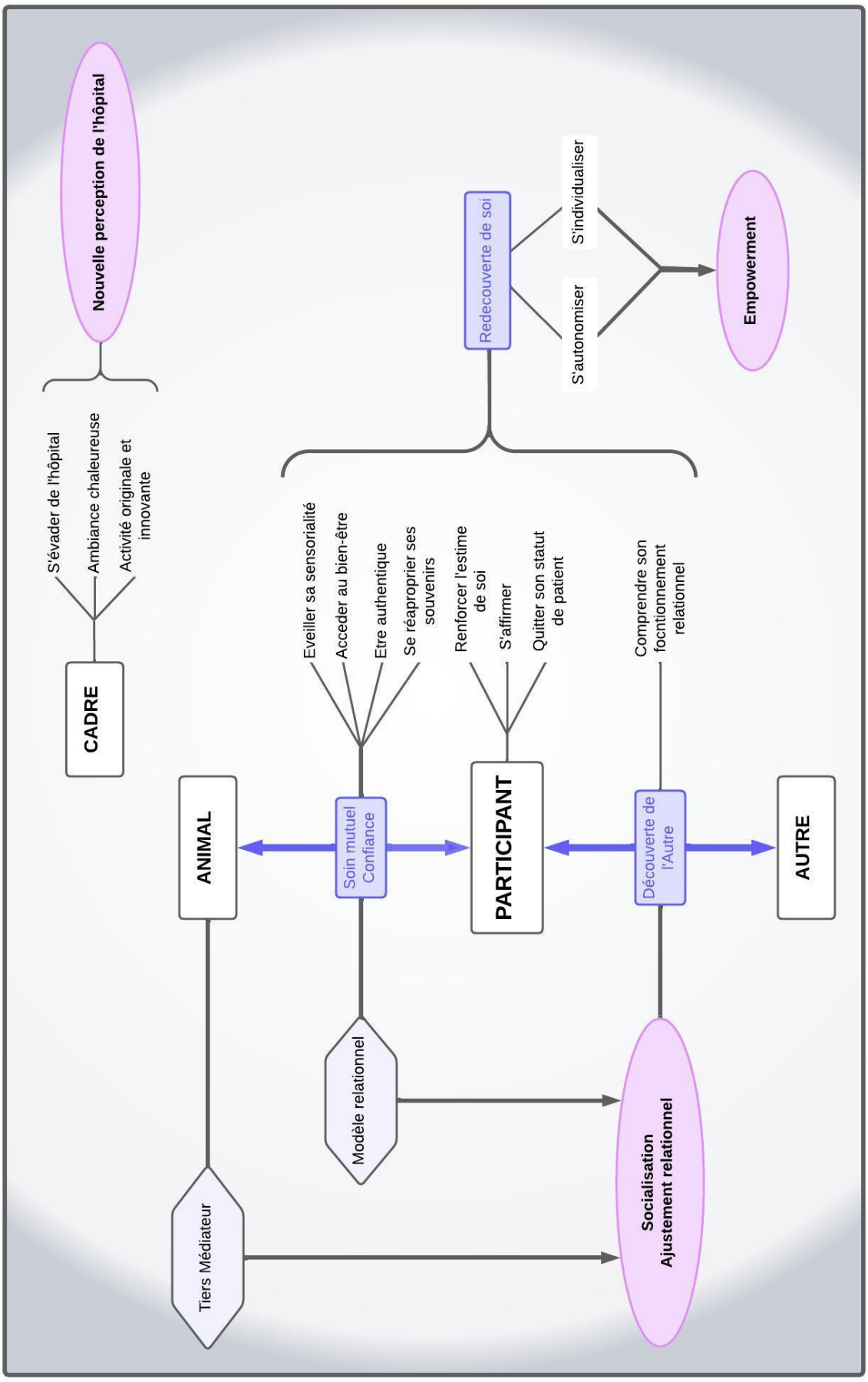


Figure 3 : Proposition de modélisation

IV. Propositions et perspectives futures

A. Propositions des participants

Dans la deuxième partie de l'étude, nous avons recueilli les remarques et propositions des participants concernant les modalités et le contenu des séances de médiation animale au G08. Même si les propositions émises étaient diverses et parfois divergentes, elles étaient nombreuses et sont importantes à prendre en compte.

Les patients sont les bénéficiaires et les principaux acteurs de cette activité. Il serait intéressant de s'inspirer de leurs retours afin de proposer un « format » de médiation animale qui soit au plus près de leurs attentes. A partir des résultats de notre étude, nous pouvons synthétiser quelques recommandations pouvant servir d'inspiration.

Concernant les modalités :

- La séance devrait durer 2 à 3 heures, à raison d'une à deux fois par semaine.
- Le groupe devrait être composé de 3 ou 4 personnes maximum.
- Des temps individuels avec l'animal pourraient être proposés pendant la séance.
- Des séances individuelles devraient être mises en place à la demande des patients.
- Le nombre d'animaux devrait être ajusté au nombre de participants.
- Les espèces d'animaux pourraient être variées, en choisissant des rongeurs, des chevaux ou des oiseaux, par exemple.
- Un ou plusieurs animaux pourraient être présents en permanence au sein de l'hôpital.

Concernant le contenu :

- Les activités et les jeux proposés devraient être centrés sur les animaux.
- Des temps spécifiques de câlins et de caresses avec les animaux pourraient être instaurés.
- Les séances devraient avoir lieu à l'extérieur, autant que possible.
- L'intervenante pourrait donner aux participants des conseils et des astuces pour leurs propres animaux.
- Des explications devraient être données sur le sens et les effets attendus des exercices proposés.

La médiation animale peut également prendre d'autres formes que celle étudiée dans ce travail (animal résidant à l'hôpital, séances à l'hôpital avec un soignant formé à la discipline, séances dans des structures extrahospitalières, etc.). Il pourrait donc également être intéressant de proposer cette activité sous un format différent, en incluant les patients dans le choix de celui-ci.

B. Implications cliniques globales

L'hétérogénéité des remarques et propositions des participants laisse penser qu'il serait pertinent de proposer la médiation animale dans un parcours plus individualisé et adapté à chacun. Il pourrait prendre la forme d'un projet personnalisé, défini en amont en collaboration avec l'intervenant et l'équipe soignante.

Cette proposition présente plusieurs aspects intéressants :

- D'abord, cela pourrait permettre à la fois d'inclure davantage les patients dans leur démarche de soin, et de définir avec eux des objectifs de travail ajustés selon le profil de chacun.
- Ensuite, il nous a semblé lors des entretiens que de nombreux patients n'étaient pas informés de l'existence de séances individuelles. Parfois aussi, ils n'osaient pas ou ne savaient pas comment en faire la demande. Cette discussion en amont serait alors l'occasion d'informer les patients et d'orienter leur prise en charge vers une médiation individuelle ou collective, selon leurs préférences et l'intérêt clinique.
- Aussi, ce processus permettrait de définir des modalités de participation cohérentes avec la durée d'hospitalisation estimée. S'ils le souhaitent, les patients hospitalisés de manière chronique ou régulière pourraient s'engager durablement dans l'activité.
- Enfin, des temps d'évaluation réguliers avec le patient permettraient de suivre l'évolution des objectifs fixés et d'apprécier les effets perçus par les participants.

Par ailleurs, les retours sur la médiation animale au G08 étant majoritairement positifs, cette activité gagnerait à être étendue dans d'autres structures de soins psychiatriques et plus particulièrement dans les autres services de l'hôpital G. Daumézon. A ce sujet, il faut noter que depuis juin 2023 la médiation animale est désormais proposée sous une autre forme à l'hôpital G. Daumézon, dans les services G06 et G08. En effet, Florence Deniaud, infirmière formée à la médiation canine et employée par l'hôpital, est maintenant présente à plein temps avec son chien Pumba au sein de l'hôpital. Ses interventions sont plus diverses : ateliers de relaxation guidée, présence dans les activités thérapeutiques collectives, promenades à l'extérieur de l'hôpital, prises en charge individuelles sur le long terme à la demande des équipes soignantes, etc. Ce nouveau projet de médiation animale est dans l'ensemble une évolution positive, notamment parce qu'il répond à certaines des demandes formulées par les participants dans notre étude. De plus, l'infirmière étant employée par l'hôpital, le maintien de cette activité ne dépend désormais plus des fluctuations d'enveloppes budgétaires allouées aux interventions de structures externes (l'association cœur d'Artichien en l'occurrence). Ainsi, la médiation animale peut s'inscrire de façon durable dans le panel des outils thérapeutiques proposés à l'hôpital G. Daumézon.

Enfin, puisqu'elle est bénéfique pour la socialisation et l'autonomisation des patients souffrant de maladies mentales, la médiation animale apparaît, dans notre étude et dans d'autres travaux de la littérature (47,91), comme un outil idéal à utiliser dans le cadre de la réhabilitation psychosociale. Ce pan du soin est défini en psychiatrie comme « *l'ensemble des mesures qui peuvent contribuer au rétablissement d'un fonctionnement satisfaisant des personnes souffrant de troubles psychiques, afin de favoriser leur autonomie* » (96). La médiation animale est d'ailleurs déjà employée dans des domaines similaires, tels que la réinsertion psychosociale des personnes détenues (97).

C. Perspectives en recherche

Dans notre étude, l'impossibilité d'interroger les participants n'ayant pas accès au langage nous a amené à exclure un patient pour qui les séances semblent avoir eu un effet bénéfique notable sur le plan clinique. En effet, dans les entretiens, de nombreux participants ont relevé des changements positifs de comportement et des réactions inattendues chez ce patient, tels que des sourires, des rires, une aisance dans le contact avec les animaux et une participation active aux jeux. Pour surmonter cette limite, il serait donc utile de mener une étude mixte, combinant une observation directe des participants pendant la séance et des entretiens individuels menés à la suite de celle-ci. Ce type d'étude a déjà été menée par G. Boivin dans le cadre d'une thèse de médecine, mais son travail ne s'intéressait qu'à des patients schizophrènes, et les observations ainsi que les entretiens étaient menés par la même personne (50). Nous mettons en avant l'intérêt d'un travail selon un protocole similaire mais incluant des pathologies psychiatriques plus diverses et faisant intervenir deux investigateurs distincts.

Aussi, le design de notre étude n'a pas permis d'évaluer les effets d'une participation répétée à l'activité, ni la durabilité des bénéfices rapportés. Alors que de nombreux travaux de la littérature explorent les effets d'une exposition répétée à la médiation animale, peu investiguent spécifiquement la durée de ces effets (47). Afin de répondre à cette question, il serait pertinent de mener une étude plus longue, évaluant ces bénéfices à plusieurs intervalles, jusqu'à plusieurs mois après l'activité.

Enfin, dans notre travail, plusieurs participants ont comparé les bienfaits de médiation animale aux effets d'un médicament, anxiolytique notamment. Inspirée par ces témoignages, une étude évaluant l'impact des séances de médiation animale sur la prescription des traitements psychotropes chez les patients souffrant de troubles psychiques serait également intéressante à développer.

D. Et en médecine générale ?

Et si la médiation animale était recommandée par les médecins généralistes ?

La médiation animale demeure un outil thérapeutique peu connu et peu exploité en médecine générale.

Pourtant notre étude et la littérature existante sur le sujet suggèrent que cette approche thérapeutique est utile dans la prise en charge des patients ayant des troubles psychiatriques. La médecine générale est une porte d'entrée fréquente vers le soin pour les patients en souffrance psychique. En informant davantage les médecins généralistes sur les bienfaits de la médiation animale, cette discipline pourrait s'intégrer dans le panel d'outils proposés dans l'accompagnement de ce type de patients.

Aussi, l'éclairage sur la médiation animale apporté par ce travail pourrait être transposé dans d'autres domaines que celui de la psychiatrie. En parallèle de cette étude, les divers travaux de la littérature sur le sujet permettent de comprendre plus finement les bienfaits et les spécificités de cette discipline dans le soin en général. En médecine générale, elle pourrait par exemple être utile dans la prise en charge des patients souffrants de handicaps moteurs, de douleurs chroniques ou encore chez les enfants ayant des troubles du neurodéveloppement par exemple.

Une meilleure connaissance de cet outil thérapeutique pourrait ainsi aider les médecins généralistes à identifier les situations cliniques spécifiques dans lesquelles ils pourraient recommander la médiation animale à leurs patients, en complément du parcours médical habituel.

La place d'un animal de compagnie au cabinet ?

Au vu de la place et des fonctions que l'animal semble avoir dans le soin, ce travail fait émerger un questionnement : quel impact aurait la présence d'un animal en consultation de médecine générale, tant pour le patient que pour le médecin ?

Bien que cette pratique reste marginale, les effets de la présence de l'animal de compagnie du médecin en consultation de psychiatrie et de médecine générale ont déjà été explorés dans plusieurs travaux (57,98). Comme dans notre étude, le chien semble avoir une fonction de médiateur, jouant le rôle d'un tiers bienveillant et rassurant, favorisant l'alliance thérapeutique. Pour le médecin, d'ailleurs, sa présence semble avoir un intérêt personnel, servant parfois de soupape émotionnelle face à certaines situations cliniques difficiles.

Les réflexions menées autour de ce travail de thèse suscitent chez moi une certaine curiosité quant à l'idée d'intégrer une telle pratique dans l'exercice de la médecine générale.

CONCLUSION

La médiation animale est une approche thérapeutique non médicamenteuse actuellement utilisée dans divers champs de la santé, notamment en pédiatrie, en gériatrie et en psychiatrie. Son utilisation dans le domaine du soin psychique a été étudiée dans de nombreuses études, mais peu d'entre elles ont investigué le point de vue des patients. Ils sont pourtant les bénéficiaires directs et les acteurs principaux de leurs soins. Dans l'optique de soutenir l'implication des patients dans leur prise en charge, il est essentiel de tenir compte de leur ressentis et de leurs retours concernant les outils thérapeutiques qui leur sont proposés.

Cette étude qualitative avait donc pour objectif d'explorer le vécu et de recueillir les opinions des patients participant à un atelier de médiation animale au cours de leur hospitalisation en psychiatrie, dans le service G08 au Centre Hospitalier G. Daumézon. Les résultats de ce travail sont cohérents avec la littérature et résonnent avec quelques théories psychiatriques et philosophiques existantes sur le sujet.

D'abord, la présence d'une telle activité à l'hôpital contribue au développement d'une **représentation plus humaine de la psychiatrie**, au-delà des soins techniques et médicamenteux. La présence des animaux instaure une ambiance chaleureuse et familière, offrant aux patients un **temps hors du cadre hospitalier**.

Ensuite, comme déjà souligné dans la littérature, il apparaît que la médiation **animale favorise le bien-être des patients et améliore leurs symptômes**, notamment sur le plan de l'anxiété, de l'humeur, des ruminations, des hallucinations et des douleurs physiques. Le contact avec les animaux permet un éveil à la sensorialité et un apaisement, en canalisant les contenus psychiques et émotionnels. Néanmoins, il est important de noter que les effets bénéfiques décrits sont inconstants et parfois limités, en intensité et en durée.

Cette médiation collective en présence des animaux participe également à **améliorer le fonctionnement relationnel** des patients. En compagnie de l'animal, les participants font l'expérience d'une relation de confiance et de soin mutuel, teintée d'empathie et de sollicitude. Alors, en utilisant l'animal comme tiers médiateur, vecteur de socialisation, et en s'inspirant du modèle relationnel partagé avec celui-ci, les patients peuvent développer des compétences relationnelles plus ajustées à l'autre et plus altruistes. Cependant, même s'il encourage la socialisation, le fonctionnement collectif implique également des aspects limitants pour les patients, notamment parce qu'il confronte à la diversité des profils et qu'il restreint les interactions duelles entre le patient et l'animal.

Sur le plan individuel, la médiation animale encourage les patients à **s'engager dans leur propre bien-être**. Au cours de l'activité, ils développent une image plus positive d'eux-mêmes, renforçant l'estime de soi. Il se réapproprient également leur vécu et leur histoire personnelle

en s'appuyant sur la fonction narrative du récit des souvenirs et sur l'animal comme support de verbalisation. A travers ces aspects, la médiation animale participe au **processus d'individualisation** des patients qui peuvent ainsi s'affirmer au-delà de leur pathologie. Grâce à cette expérience, ils s'impliquent activement dans leur soin et leur mieux-être, dans une dynamique d'**autonomisation**. Ainsi, la médiation animale favorise l'**empowerment** des patients en les incitant à choisir par eux-mêmes les ressources à mettre en place pour aller mieux.

Par ailleurs, l'analyse des résultats de ce travail permet de formuler des recommandations concernant l'utilisation de la médiation animale dans le cadre de la psychiatrie. D'une part, les propositions émises par les participants pourraient servir de base pour définir les modalités et le contenu de cette activité (temps de séance plus long, favoriser les séances individuelles, augmenter le nombre d'animaux, etc.). D'autre part, au vu des témoignages recueillis, il serait également pertinent d'inclure cette activité dans un parcours individualisé pour chaque patient. Les modalités et les objectifs pourraient alors être discutés avec lui en amont, en collaboration avec l'équipe soignante et la personne intervenante.

Au regard des bénéfices mis en avant dans cette étude, l'utilisation de la médiation animale mériterait d'être étendue aux différentes structures de soin psychique, notamment dans le cadre de la réhabilitation psycho-sociale.

En médecine générale, comme recommandé par le ministère de la Santé dans la stratégie nationale de Santé 2018-2022, il est primordial de développer le recours aux interventions non médicamenteuses dans le champ de la santé mentale. Dans cette optique, il serait donc utile d'informer davantage les médecins généralistes sur la médiation animale et ses bienfaits, afin que cette discipline fasse partie des outils thérapeutiques proposés aux patients en souffrance psychique, en complément de leur suivi médical habituel.

BIBLIOGRAPHIE

1. Les thérapies non médicamenteuses | Centre hospitalier La Rochefoucauld [Internet]. [cité 26 janv 2024]. Disponible sur: https://www.ch-larochefoucauld.fr/les-th-rapies-non-m-dicamenteuses

2. Ministère de la Santé et de la Prévention [Internet]. 2024 [cité 26 janv 2024]. La stratégie nationale de santé 2018-2022. Disponible sur: https://sante.gouv.fr/systeme-de-sante/strategie-nationale-de-sante/article/la-strategie-nationale-de-sante-2018-2022

3. Albrecht B. Recensement national de la médiation animale [Internet]. Fondation Adrienne et Pierre Sommer. 2022 [cité 26 janv 2024]. Disponible sur: https://fondation-apsommer.org/1er-recensement-national-de-la-mediation-animale-en-france/

4. Fondation Adrienne et Pierre Sommer. Fondation de France. 2017 [cité 26 janv 2024]. Comment les Français voient la médiation animale ? Disponible sur: https://www.fondationdefrance.org/fr/actualites-de-fondations/comment-les-francais-voient-la-mediation-animale

5. International Association of Human-Animal Interaction Organizations. Livre Blanc de l'IAHAIO : Définitions concernant les Interventions Assistées par l'Animal et les recommandations pour assurer le bien-être des animaux associés à ces activités. [Internet]. 2018 [cité 26 janv 2024]. 19 p. Disponible sur: https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/12/iahaio-white-paper-french-2018.pdf

6. Badel J. Pratique de la thérapie assistée par l'animal dans le champ de la psychiatrie et de la santé mentale: exemple de l'équithérapie [Internet] [Thèse d'exercice]. [Lille ; 1969-2017, France]: Université du droit et de la santé; 2017 [cité 28 mars 2023]. Disponible sur: https://pepite-depot.univ-lille.fr/LIBRE/Th_Medecine/2017/2017LIL2M117.pdf

7. Mandrá PP, Moretti TC da F, Avezum LA, Kuroishi RCS. Animal assisted therapy: systematic review of literature. CoDAS. 27 juin 2019;31(3):e20180243.

8. Cardinaux M. La médiation animale chez la personne âgée atteinte de troubles neurocognitifs majeurs, des effets probants sur les symptômes comportementaux et psychologique liés à la démence: Une revue de la littérature actualisée [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Franche-Comté. Faculté de médecine et de pharmacie; 2023.

9. Charollais E. Recommandations pour l'application de la médiation animale dans les EHPAD dans l'indication des symptômes neuro-psychiatriques des troubles neurocognitifs sur la base d'une revue de la littérature et d'entretiens d'experts [Internet] [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Tours. UFR de médecine; 2022 [cité 28 mars 2023]. Disponible sur: http://memoires.scd.univ-tours.fr/index.php?fichier=Medecine/Theses/2022_Medecine_CharollaisEmmeline.pdf

10. Vrbanac Z, Zecević I, Ljubić M, Belić M, Stanin D, Bottegaro NB, et al. Animal assisted therapy and perception of loneliness in geriatric nursing home residents. Coll Antropol. sept 2013;37(3):973-6.

11. Colombo G, Buono MD, Smania K, Raviola R, De Leo D. Pet therapy and institutionalized elderly: a study on 144 cognitively unimpaired subjects. Arch Gerontol Geriatr. 2006;42(2):207-16.

12. Bouffenie E. Les effets ressentis de la médiation animale chez la personne âgée vivant en structure d'hébergement, dans les Hauts-de-France [Internet] [Thèse d'exercice]. [2022-...., France]: Université de Lille; 2022 [cité 9 janv 2024]. Disponible sur: https://pepite-depot.univ-lille.fr/LIBRE/Th_Medecine/2022/2022ULILM162.pdf

13. Delgoulet M, Landau C. Ressenti des résidents non déments concernant les effets de la zoothérapie dans les EHPAD de Haute-Garonne. [Thèse d'exercice en médecine]. UNIVERSITÉ TOULOUSE III-Paul SABATIER; 2019.

14. Pelerin-Blondel F. Apport bénéfique du chien dans la thérapie infantile à l'hôpital [Internet] [Thèse d'exercice]. [2022-...., France]: Université de Lille; 2022 [cité 29 mars 2023]. Disponible sur: https://pepite-depot.univ-lille.fr/LIBRE/Th_Pharma/2022/2022ULILE065.pdf

15. Hinic K, Kowalski MO, Holtzman K, Mobus K. The Effect of a Pet Therapy and Comparison Intervention on Anxiety in Hospitalized Children. J Pediatr Nurs. 2019;46:55-61.

16. Martin F, Farnum J. Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. West J Nurs Res. oct 2002;24(6):657-70.

17. Bouchard F, Landry M, Belles-Isles M, Gagnon J. A magical dream: a pilot project in animal-assisted therapy in pediatric oncology. Can Oncol Nurs J Rev Can Nurs Oncol. 2004;14(1):14-7.

18. Abate SV, Zucconi M, Boxer BA. Impact of canine-assisted ambulation on hospitalized chronic heart failure patients' ambulation outcomes and satisfaction: a pilot study. J Cardiovasc Nurs. 2011;26(3):224-30.

19. Cole KM, Gawlinski A, Steers N, Kotlerman J. Animal-assisted therapy in patients hospitalized with heart failure. Am J Crit Care Off Publ Am Assoc Crit-Care Nurses. nov 2007;16(6):575-85; quiz 586; discussion 587-588.

20. Marcus D, Bernstein C, Constantin J, Kunkel F, Breuer P, Hanlon R. Animal-Assisted Therapy at an Outpatient Pain Management Clinic. Pain Med Malden Mass. 1 janv 2012;13:45-57.

21. Marcus DA, Bernstein CD, Constantin JM, Kunkel FA, Breuer P, Hanlon RB. Impact of Animal-Assisted Therapy for Outpatients with Fibromyalgia. Pain Med Malden Mass [Internet]. janv 2013 [cité 28 janv 2024];14(1):43-51. Disponible sur: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3666031/

22. Calcaterra V, Veggiotti P, Palestrini C, De Giorgis V, Raschetti R, Tumminelli M, et al. Post-operative benefits of animal-assisted therapy in pediatric surgery: a randomised study. PloS One. 2015;10(6):e0125813.

23. Charpentier F. Effets des séances de médiation animale sur des patients hospitalisés en soins palliatifs: une étude qualitative [Internet] [Thèse d'exercice]. [Lyon, France]: Université Claude Bernard; 2020 [cité 29 mars 2023]. Disponible sur: https://n2t.net/ark:/47881/m6445kxc

24. Swall A, Craftman Å, Grundberg Å, Wiklund E, Väliaho N, Hagelin CL. Dog handlers' experiences of therapy dogs' impact on life near death for persons with dementia. Int J Palliat Nurs. 2 févr 2019;25(2):65-71.

25. Kaub L. Contribution à la mise en place de séances de thérapie assistée par l'animal (TAA) en service de soins critiques: étude RéAnimal [Thèse d'exercice]. [France]: VetAgro Sup; 2020.

26. Quijada E. Apports de la thérapie assistée par un chien dans la prise en charge de patient anxieux au cabinet dentaire [Thèse d'exercice]. [2014-...., France]: Université de Bordeaux; 2022.

27. Maldonado C. État des lieux des pratiques et apports de la thérapie assistée par le chien en orthophonie en France [Internet]. Lyon, France: Institut des sciences et techniques de réadaptation; 2018 [cité 29 mars 2023]. Disponible sur: https://n2t.net/ark:/47881/m6p849x1

28. Blanchon C, Bontemps B, Ginguay B. La psychomotricité et la médiation canine: une alliance thérapeutique pour la prise en soin des troubles du comportement chez la personne âgée démente. France: Sorbonne université (Paris). Faculté de médecine; 2021.

29. Devalland J, Gouadon Y. La médiation animale au service de la psychomotricité ou l' intérêt d'une telle médiation en psychomotricité: exemple de prise en charge avec le cheval comme partenaire privilégié en psychomotricité. France; 2013.

30. Pinson S. Présence d'un animal au sein d'un cabinet libéral de kinésithérapie [Internet]. Rempleo. 2023 [cité 28 janv 2024]. Disponible sur: https://rempleo.fr/blog/presence-dun-animal-au-sein-dun-cabinet-liberal-de-kinesitherapie/

31. Gordinho-Lunel JP. Intérêt de l'hippothérapie comme outil de rééducation chez les enfants atteints de paralysie cérébrale [Internet] [Mémoire]. [1971-...., France]: Université de Bretagne Occidentale; 2021 [cité 28 janv 2024]. Disponible sur: https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03473185/document

32. Bert F, Gualano MR, Camussi E, Pieve G, Voglino G, Siliquini R. Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks. Eur J Integr Med. oct 2016;8(5):695-706.

33. Matuszek S. Animal-facilitated therapy in various patient populations: systematic literature review. Holist Nurs Pract. 2010;24(4):187-203.

34. Ein N, Li L, Vickers K. The effect of pet therapy on the physiological and subjective stress response: A meta-analysis. Stress Health J Int Soc Investig Stress. oct 2018;34(4):477-89.

35. Nepps P, Stewart CN, Bruckno SR. Animal-Assisted Activity: Effects of a Complementary Intervention Program on Psychological and Physiological Variables. J Evid-Based Complement Altern Med. juill 2014;19(3):211-5.

36. Barker SB, Dawson KS. The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. Psychiatr Serv Wash DC. juin 1998;49(6):797-801.

37. Antonioli C, Reveley MA. Randomised controlled trial of animal facilitated therapy with dolphins in the treatment of depression. BMJ. 26 nov 2005;331(7527):1231.

38. Souter MA, Miller MD. Do animal-assisted activities effectively treat depression: a meta-analysis. Database Abstr Rev Eff DARE Qual-Assess Rev Internet [Internet]. 2007 [cité 12 janv 2024]; Disponible sur: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK74080/

39. Monfort M, Benito A, Haro G, Fuertes-Saiz A, Cañabate M, Baquero A. The Efficacy of Animal-Assisted Therapy in Patients with Dual Diagnosis: Schizophrenia and Addiction. Int J Environ Res Public Health. 30 mai 2022;19(11):6695.

40. Villalta-Gil V, Roca M, Gonzalez N, Domènec E, Cuca, Escanilla A, et al. Dog-Assisted Therapy in the Treatment of Chronic Schizophrenia Inpatients. Anthrozoös [Internet]. 1 juin 2009 [cité 12 janv 2024];22(2):149-59. Disponible sur: https://doi.org/10.2752/175303709X434176

41. Hawkins EL, Hawkins RD, Dennis M, Williams JM, Lawrie SM. Animal-assisted therapy for schizophrenia and related disorders: A systematic review. J Psychiatr Res. août 2019;115:51-60.

42. Tyssedal MK, Johnsen E, Brønstad A, Skrede S. Dog-assisted interventions for adults diagnosed with schizophrenia and related disorders: a systematic review. Front Psychiatry. 2023;14:1192075.

43. Moretti F, De Ronchi D, Bernabei V, Marchetti L, Ferrari B, Forlani C, et al. Pet therapy in elderly patients with mental illness. Psychogeriatr Off J Jpn Psychogeriatr Soc. juin 2011;11(2):125-9.

44. O'Haire ME, Guérin NA, Kirkham AC. Animal-Assisted Intervention for trauma: a systematic literature review. Front Psychol. 2015;6:1121.

45. Sahebalzamani M, Rezaei O, Moghadam LF. Animal-assisted therapy on happiness and life quality of chronic psychiatric patients living in psychiatric residential care homes: a randomized controlled study. BMC Psychiatry. 1 déc 2020;20(1):575.

46. Brown S, Snelders J, Godbold J, Moran-Peters J, Driscoll D, Donoghue D, et al. Effects of Animal-Assisted Activity on Mood States and Feelings in a Psychiatric Setting. J Am Psychiatr Nurses Assoc. 2020;26(6):555-67.

47. Shih CA, Yang MH. Effect of Animal-Assisted Therapy (AAT) on Social Interaction and Quality of Life in Patients with Schizophrenia during the COVID-19 Pandemic: An Experimental Study. Asian Nurs Res [Internet]. 1 févr 2023 [cité 12 janv 2024];17(1):37-43. Disponible sur: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1976131723000026

48. Virués-Ortega J, Pastor-Barriuso R, Castellote JM, Población A, de Pedro-Cuesta J. Effect of animal-assisted therapy on the psychological and functional status of elderly populations and patients with psychiatric disorders: a meta-analysis. Health Psychol Rev [Internet]. 1 sept 2012 [cité 12 janv 2024];6(2):197-221. Disponible sur: https://doi.org/10.1080/17437199.2010.534965

49. Bánszky N, Kardos E, Rózsa L, Gerevich J. The psychiatric aspects of animal assisted therapy. Psychiatr Hung Magy Pszichiatriai Tarsasag Tudomanyos Folyoirata. 2012;27(3):180-90.

50. Boivin G. La cynothérapie: perception de patients souffrant de schizophrénie [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Strasbourg (2009-....). Faculté de médecine; 2013.

51. Berthod-Comtet I. Intérêts de la médiation animale dans la souffrance anxieuse et dépressive de l'adulte [Thèse d'exercice]. [1970-...., France]: Université de Bourgogne; 2015.

52. Valentin M. Etude qualitative auprès de médecins psychiatres et infirmiers en milieu psychiatrique : le chien dans le soin psychique, à propos d'un outil de médiation chez l'adulte schizophrène. [Thèse d'exercice en médecine]. UFR de médecine Lyon Est; 2016.

53. Lejeune C. Manuel d'analyse qualitative. Analyser sans compter ni classer [Internet]. Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur; 2019. 162 p. (Méthodes en sciences humaines; vol. 2e éd.). Disponible sur: https://www.cairn.info/manuel-d-analyse-qualitative--9782807323582.htm

54. Lebeau JP. Initiation à la recherche qualitative en santé: le guide pour réussir sa thèse ou son mémoire. Puteaux] [Paris: Global média santé CNGE productions; 2021.

55. Françoise CASADEBAIG, François CHAPIREAU, Daniel RUFFIN, Alain PHILIPPE. Description des populations des institutions psychiatriques dans l'enquête HID. Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques; Report No.: 44.

56. Kaufmann JC. L'entretien compréhensif [Internet]. Paris: Armand Colin; 2016. 128 p. (128; vol. 4e éd.). Disponible sur: https://www.cairn.info/l-entretien-comprehensif--9782200613976.htm

57. de Biasi M, Charles R, Massoubre C. Une carrière pour le chien en consultation psychiatrique ? : Expérience vécue de médecins et de patients. Inf Psychiatr [Internet]. 2019 [cité 12 janv 2024];95(10):850-6. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-l-information-psychiatrique-2019-10-page-850.htm

58. Cangelosi PR, Embrey CN. The healing power of dogs: Cocoa's story. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. janv 2006;44(1):17-20.

59. Halm MA. The healing power of the human-animal connection. Am J Crit Care Off Publ Am Assoc Crit-Care Nurses. juill 2008;17(4):373-6.

60. Engelman SR. Palliative care and use of animal-assisted therapy. Omega. 2013;67(1-2):63-7.

61. Giuliani F, Jacquemettaz M. Animal-assisted therapy used for anxiety disorders in patients with learning disabilities: An observational study. Eur J Integr Med [Internet]. 1 sept 2017 [cité 12 janv 2024];14:13-9. Disponible sur: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876382017301403

62. Muñoz Lasa S, Ferriero G, Brigatti E, Valero R, Franchignoni F. Animal-assisted interventions in internal and rehabilitation medicine: a review of the recent literature. Panminerva Med. juin 2011;53(2):129-36.

63. Nimer J, Lundahl B. Animal-Assisted Therapy: A Meta-Analysis. Anthrozoös [Internet]. 1 sept 2007 [cité 12 janv 2024];20(3):225-38. Disponible sur: https://doi.org/10.2752/089279307X224773

64. Hunjan U, Reddy KJ. Effect of animal-assisted therapy on depression, memory, attention, and emotion regulation. J Hum Res Rehabil. 14 avr 2023;13:120-30.

65. White-Lewis S, Johnson R, Ye S, Russell C. An equine-assisted therapy intervention to improve pain, range of motion, and quality of life in adults and older adults with arthritis: A randomized controlled trial. Appl Nurs Res ANR. oct 2019;49:5-12.

66. Coakley AB, Mahoney EK. Creating a therapeutic and healing environment with a pet therapy program. Complement Ther Clin Pract. août 2009;15(3):141-6.

67. Quibel C, Bonin M, Bonnet M, Gaimard M, Mourey F, Moesch I, et al. Évaluation de l'effet thérapeutique de la médiation animale dans la maladie d'Alzheimer. Soins Gérontologie [Internet]. mai 2017 [cité 14 janv 2024];22(125):35-8. Disponible sur: https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1268603417300427

68. Anzieu D. Le Moi-peau. 2e édition. Paris: Dunod; 1995. 291 p.

69. Barrois C, Jean P, Lebon C, Muller É. Médiation thérapeutique avec le cheval. Expérience institutionnelle de l'équithérapie [Internet]. Toulouse: Érès; 2020. 320 p. (Trames). Disponible sur: https://www.cairn.info/mediation-therapeutique-avec-le-cheval--9782749266671.htm

70. Didier P. Les bienfaits de l'animal à tout âge. Rôles et fonctions de l'animal en psychothérapie [Internet]. Paris: Dunod; 2022. 188 p. (Santé Social). Disponible sur: https://www.cairn.info/les-bienfaits-de-l-animal-a-tout-age--9782100838769.htm

71. Beiger F. La médiation animale au service de l'enfant en déficience mentale [Internet]. Paris: Dunod; 2016. (Enfances; vol. 2e éd.). Disponible sur: https://www.cairn.info/l-enfant-et-la-mediation-animale--9782100747092-p-85.htm

72. Saint-Exupéry A de. Le Petit Prince. Paris: Gallimard jeunesse; 2012. 124 p. (Bibliothèque Gallimard jeunesse).

73. Servais V. Introduire des animaux dans le cabinet du clinicien. 2016.

74. Brodie SJ, Biley FC. An exploration of the potential benefits of pet-facilitated therapy. J Clin Nurs. juill 1999;8(4):329-37.

75. Svandra P. Repenser l'éthique avec Paul Ricœur. Le soin : entre responsabilité, sollicitude et justice. Rech Soins Infirm [Internet]. 2016 [cité 16 janv 2024];124(1):19-27. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2016-1-page-19.htm

76. Burgat F. La « dignité de l'animal »: Une intrusion dans la métaphysique du propre de l'homme. L'Homme [Internet]. 1 janv 2002 [cité 16 janv 2024];(161):197-204. Disponible sur: http://journals.openedition.org/lhomme/11201

77. Cecilia A. Nature et Culture: Paul Ricoeur. J Fr Francoph Philos Vol 7 No 3 1995 193-207. 1 août 2010;7.

78. Shapiro KJ. Understanding dogs through kinesthetic empathy, social construction, and history. Anthrozoös. 1990;3(3):184-95.

79. Lehotkay R. Zoothérapie : le thérapeute fait-il partie du jeu ? J Psychol [Internet]. 1 mars 2021 [cité 17 janv 2024];385(3):14-9. Disponible sur: https://www-cairn-info.budistant.univ-nantes.fr/revue-le-journal-des-psychologues-2021-3-page-14.htm

80. Kruger K, Serpell J. Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations. In: Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 2006. p. 21-38.

81. Conrath P, Ouazzani M. L'animal et le soin psychique : un objet thérapeutique vivant. J Psychol [Internet]. 2021 [cité 17 janv 2024];385(3):12-12. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-le-journal-des-psychologues-2021-3-page-12.htm

82. Wagner C, Grob C, Hediger K. Specific and Non-specific Factors of Animal-Assisted Interventions Considered in Research: A Systematic Review. Front Psychol. 2022;13:931347.

83. Bolt C, Heath J, Moss D. Exploring the therapeutic opportunities, challenges and psychological mechanisms of integrating dogs into psychological therapies with adults. Complement Ther Clin Pract. mai 2022;47:101564.

84. Rossetti J, King C. Use of animal-assisted therapy with psychiatric patients. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. nov 2010;48(11):44-8.

85. Chen CR, Hung CF, Lee YW, Tseng WT, Chen ML, Chen TT. Functional Outcomes in a Randomized Controlled Trial of Animal-Assisted Therapy on Middle-Aged and Older Adults with Schizophrenia. Int J Environ Res Public Health. 21 mai 2022;19(10):6270.

86. Anderson D, Urichuk L. Paws on purpose: implementing an animal-assisted aherapy program for children and youth, including those with FASD and developmental disabilities. [First edition (2008)]. Edmonton: Chimo Project; 2008. 213 p.

87. de Ryckel C, Delvigne F. La construction de l'identité par le récit. Psychothérapies [Internet]. 2010;30(4):229-40. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-psychotherapies-2010-4-page-229.htm

88. Chu CI, Liu CY, Sun CT, Lin J. The effect of animal-assisted activity on inpatients with schizophrenia. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. déc 2009;47(12):42-8.

89. Arnskötter W, Martin S, Walitza S, Hediger K. Effects of including a dog on treatment motivation and the therapeutic alliance in child and adolescent psychotherapy: study protocol for a randomized controlled trial. Trials. 5 janv 2024;25(1):26.

90. Calvo P, Fortuny JR, Guzmán S, Macías C, Bowen J, García ML, et al. Animal Assisted Therapy (AAT) Program As a Useful Adjunct to Conventional Psychosocial Rehabilitation for Patients with Schizophrenia: Results of a Small-scale Randomized Controlled Trial. Front Psychol [Internet]. 2016 [cité 12 janv 2024];7. Disponible sur: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2016.00631

91. Kovács Z, Kis R, Rózsa S, Rózsa L. Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study. Clin Rehabil. août 2004;18(5):483-6.

92. Berget B, Ekeberg O, Braastad BO. Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. Clin Pract Epidemiol Ment Health CP EMH. 11 avr 2008;4:9.

93. Callahan S, Chabrol H. Mécanismes de défense et coping [Internet]. Paris: Dunod; 2013. 320 p. (Psycho Sup). Disponible sur: https://www.cairn.info/mecanismes-de-defense-et-coping--9782100598892.htm

94. Deutsch C. L'empowerment en santé mentale. Sci Actions Soc [Internet]. 2015;1(1):15-30. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-sciences-et-actions-sociales-2015-1-page-15.htm

95. Jouet E, Greacen T. Pour des usagers de la psychiatrie acteurs de leur propre vie. Rétablissement, inclusion sociale, empowerment [Internet]. Toulouse: Érès; 2012. 344 p. (Actualité de la psychiatrie). Disponible sur: https://www.cairn.info/pour-des-usagers-de-la-psychiatrie-acteurs-de-leur--9782749216089.htm

96. Franck N. Outils de la réhabilitation psychosociale: Pratiques en faveur du rétablissement. Elsevier Masson; 2016. 408 p.

97. Mercier CJ. La médiation équine : réinsertion psychosociale des personnes détenues. J Psychol [Internet]. 2021 [cité 12 janv 2024];385(3):33-7. Disponible sur: https://www.cairn.info/revue-le-journal-des-psychologues-2021-3-page-33.htm

98. Maurin J. Le généraliste et son chien, un duo inattendu ? [Thèse d'exercice]. [France]: Université Jean Monnet (Saint-Étienne). Faculté de médecine Jacques Lisfranc; 2023.

ANNEXES

Annexe 1 : Canevas d'entretien final

Annexe 2 : Documents support de l'intervention avant et après l'atelier

Annexe 3 : Document d'information des participants

Annexe 4 : Extrait de la carte mentale issue de l'analyse

Annexe 5 : Extrait du tableau d'analyse intégrative du codage des entretiens

Annexe 6 : Avis favorable du CERNI

Annexe 7 : Formulaire de consentement

Annexe 8 : Extrait de retranscription d'entretien

Annexe 1 : Canevas d'entretien final

PRESENTATION

D'abord merci de me consacrer du temps. Je suis médecin en formation et je réalise un travail de recherche sur l'atelier de médiation animale dans le service, c'est-à-dire sur les séances que vous avez passé avec les animaux. L'objectif est de discuter de vos ressentis autour de cette expérience.

La discussion va durer environ 30/45 minutes. Je vais vous poser quelques questions, vous êtes libre d'y répondre comme vous le souhaitez. Il n'y pas de bonne ou de mauvaise réponse, vous êtes libres de me dire ce que vous voulez. Sachez que tout ce qui se dit ici restera strictement anonyme. Cet échange et vos réponses n'auront aucune conséquence sur vos soins à l'hôpital et ne seront pas partagés avec les équipes soignantes. Je suis médecin en formation mais aujourd'hui cette discussion n'est pas en lien avec votre suivi médical, je suis simplement une personne avec qui vous allez discuter de l'expérience que vous avez faite avec les animaux.

Pour savoir si vous êtes d'accord de participer, je vous ai donné un document d'information sur mon travail à la fin de l'atelier. Avez-vous pu lire le document d'information ? Est-ce que vous avez des questions sur ce document ?

Temps de signature du formulaire de consentement.

Si vous êtes d'accord, j'enregistre notre discussion pour que je puisse ensuite la mettre à l'écrit. L'enregistrement sera supprimé par la suite.

GUIDE D'ENTRETIEN

1) **Question brise-glace :** *J'ai cru comprendre que la participation à l'atelier se fait de manière volontaire sur le planning qui est dans l'unité*. Est-ce que vous pouvez me raconter, comment s'est passé votre inscription ? Qu'est-ce qui vous a amené à vous y inscrire ?

2) **Exploration du vécu :**
   a) Si vous deviez raconter la séance avec les animaux à un de vos proches, qu'est-ce que vous lui diriez ?
      Relance : Racontez-moi comment s'est passé la séance pour vous ?
   b) Comment vous êtes-vous senti pendant l'atelier ?
      Relance :
      Qu'est-ce qui vous a plu ou déplu ?
      D'un point de vue corporel ? Emotionnel ? Affectif ?
      Parlez-moi de vos sensations pendant la séance ?
   c) Est-ce que vous pouvez me raconter un moment de la séance qui vous a marqué ?
   d) Qu'est-ce que ça fait pour vous d'avoir un animal à l'hôpital ?

3) Si non abordé, **Orientation sur les relations :**
   a) De quelle manière vivez-vous l'interaction/la relation entre vous et le chien ?
      Relance :
      Comment vous vous êtes senti dans le lien avec l'animal ?
      Est-ce que vous pouvez m'en plus sur les différents contacts que vous avez eu avec l'animal (caresse, ballade, jeux...) ?

b) *Si non abordé spontanément :* Et avec les autres personnes présentes pendant la séance ?

Relance :

Comment ça s'est passé avec les autres participant ?

Qu'est-ce que ça change d'avoir un animal dans le groupe ?

4) **Proposition et piste d'amélioration :**

Comment vous amélioreriez la séance, si on imagine que tout est possible ?

Si on devait améliorer la séance, qu'est-ce que vous pourriez proposer ?

Relance : Sur le format, la durée, les activités proposées ou les animaux présents par exemple ?

5) **Ouverture** : Est-ce que vous souhaitez dire autre chose ? Revenir sur un point ?

RECUEIL DES DONNEES SOCIOLOGIQUES

Quel est votre sexe ?

Quel âge avez-vous ?

Combien avez-vous déjà fait de séances avec les animaux ?

Annexe 2 : Documents support de l'intervention avant et après l'atelier

DEBUT DE SEANCE

Bonjour à tous, je fais juste une petite intervention rapide avant que la séance commence. Je suis Zoé. Je suis médecin en formation.

Il y en a peut-être parmi vous qui m'ont déjà croisée dans les unités il y a quelques années. Mais aujourd'hui je viens pour tout autre chose (à préciser si je connais déjà certains participants). Je suis ici aujourd'hui parce que j'effectue un travail sur l'atelier avec les animaux ici à l'hôpital. C'est super que vous soyez là pour y participer !

Moi je ne participerai pas à la séance mais après, ça m'intéressera justement de pouvoir discuter avec vous de l'expérience que vous allez vivre avec les animaux, et d'entendre ce que vous avez à dire. Pour ceux qui veulent, je reviendrai à la fin pour en dire plus, parce que je ne vais pas retarder le début de l'atelier.

Je m'en vais pour que vous puissiez vivre pleinement ce moment avec les animaux. Vous me raconterez, bonne séance !

FIN DE SEANCE

J'espère que vous avez passé un bon moment avec les animaux. Donc moi je suis là aujourd'hui parce que j'effectue un travail sur les séances de médiation animale c'est-à-dire sur ce que vous venez de vivre avec les animaux. C'est une étude que je fais dans le cadre de mon parcours scolaire, pour ma thèse de médecin. Ce qui m'intéresse c'est de savoir comment s'est passée la séance pour vous, que vous me racontiez un petit peu comment vous l'avez vécue ? Je suis curieuse d'avoir votre avis et vos retours.

Le but de mon travail c'est de rapporter votre parole, vous êtes les acteurs principaux de vos propres soins et donc votre avis compte !

Pour ceux qui veulent, je vous propose donc qu'on prenne un moment dans la journée pour discuter de ça. Ce sera un temps d'échange seul avec moi pour que vous me racontiez votre séance, ce qui vous a plu, ce que vous avez vécu avec les animaux par exemple. L'avis de chacun m'intéresse.

Vous êtes libre de refuser. Que vous participiez ou non, cela n'aura aucune conséquence sur vos soins ici. Dans tous les cas, ce moment ensemble sera confidentiel et anonyme, c'est entre vous et moi. Vous serez libre de me raconter ce que vous souhaitez, je ne suis pas là pour juger mais simplement pour écouter et discuter. Et vous pourrez partir quand vous voulez.

Est-ce que vous avez des questions ? Est-ce qu'il y en a qui seraient d'accord de passer ce temps avec moi ? Si refus : est-ce que je peux vous demander ce qui vous freine ?

Pour les patients volontaires : Il y a un moment dans l'après-midi où vous seriez disponible pour que l'on se revoit ? Je viendrai vous chercher vers cette heure-là dans le service si vous êtes d'accord ?

Avant qu'on se rencontre pour discuter, je dois vous donner un document papier qui vous explique mon travail et vous rappelle vos droits. C'est dans le cadre de la loi. Vous pouvez le lire ou demander à un soignant de votre unité de vous expliquer ce qui est écrit. Il y est expliqué pourquoi c'est intéressant de faire un travail sur la médiation animale, comment va se passer le moment d'échange, la confidentialité de ce que l'on va se dire … Si vous avez des questions après l'avoir lu, vous pourrez me les poser quand on se reverra. Merci beaucoup en tout cas et on se revoit tout à l'heure.

Annexe 3 : Document d'information des participants

DOCUMENT D'INFORMATION

Titre du projet :

« Exploration du vécu et des points de vue des patients participant à un atelier de médiation animale à l'hôpital psychiatrique : une étude d'orientation qualitative »
Chercheuse responsable scientifique du projet :

Zoé DERREUMAUX, Interne en médecine générale à l'Université de Nantes. Sous la direction du Dr MARQUETTE Catherine, psychiatre au G08 à l'hôpital George Daumezon.

Lieu du projet :

Service G08 de l'hôpital Psychiatrique Georges Daumezon à Bouguenais.

Merci de vous intéresser à mon travail de recherche et d'accepter d'y participer. Je m'intéresse à l'atelier de médiation animale dans le service, c'est-à-dire aux séances avec les animaux. L'objectif est de discuter avec vous autour de l'expérience que vous avez vécue pendant de l'atelier avec les animaux.

Votre participation est volontaire, vous êtes libre d'accepter ou de refuser, sans conséquence sur vous ou sur votre suivi médical à l'hôpital ou en dehors. Dans tous les cas, vous pourrez à tout moment quitter la discussion, sans besoin de vous justifier et toujours sans conséquence négative.

Le but mon travail : Vous donnez la parole !

→ Explorer comment vous (et les autres participants) avez vécu l'atelier avec les animaux pour permettre de développer les connaissances sur la médiation animale et ses effets.
→ Ce travail pourrait justifier pourquoi il est intéressant que cette activité continue à être proposée au sein de l'unité G08.
→ Grâce à ces discussions, nous pourrions apporter des modifications à l'atelier pour l'améliorer et l'adapter selon vos attentes et vos propositions.

Cette recherche ne présente pas de risque pour votre santé. Elle n'implique aucun examen, consultation ou traitement supplémentaire, mais seulement le recueil de votre expérience et de vos ressentis.

Le déroulement :

L'entretien se déroulera entre vous et moi uniquement, dans une salle à l'étage du service. Il pourra durer entre 15 et 45 minutes. Nous allons discuter de l'expérience que vous avez vécue avec les animaux. Je vous poserai quelques questions sur la séance, vous serez libre d'y répondre comme vous le souhaitez. Il n'y pas de bonne ou de mauvaise réponse. Vous pourrez me dire ce que vous voulez, je ne porterai aucun jugement.

Si vous vous sentez mis en difficulté, gêné, fatigué ou inconfortable pendant la discussion, vous pouvez le signaler à tout moment. Je serai attentive à tous ces points pour que notre échange soit le plus confortable possible.

Si vous avez des questions, vous pourrez les poser, j'essaierai d'y répondre à la fin pour vous laisser entièrement la parole avant.

La discussion que nous allons avoir ensemble est anonyme, je n'utiliserai pas votre nom ou vos informations personnelles dans mon travail. Votre identité sera masquée par un numéro aléatoire et ne sera révélée à personne. Une partie de ce que vous me direz pourra être utilisée pour mon travail, mais aucune information ne pourra permettre de vous reconnaître. Si vous êtes d'accord, j'enregistrerai notre discussion pour pouvoir la réécouter par la suite, puis je détruirai l'enregistrement.

Le contenu de notre échange et l'enregistrement ne seront pas partagés à l'équipe soignante, aucune personne extérieure à ce travail n'y aura accès. A la suite de l'entretien, l'enregistrement sera supprimé.

A quoi sert ce travail ?

Les résultats de cette étude permettront d'avoir plus de connaissances sur les effets et le vécu des ateliers thérapeutiques avec les animaux dans le service. Mon travail de thèse sera soutenu et présenté à la faculté de Nantes. Vous pourrez demander d'avoir accès aux résultats si vous le souhaitez en me contactant par mail (Cf rubrique « Contact »). Si vous avez d'autres questions à la suite de notre échange, vous serez libre de me les poser également par mail.

La protection de vos données personnelles :

Dans le cadre de ce travail, vos données personnelles seront traitées par informatique : cela me permettra d'analyser nos échanges et de remplir l'objectif de l'étude.

Ce travail respecte la loi concernant la protection des données personnelles. Si vous souhaitez vous en assurer, vous pouvez contacter le Délégué de la Protection des Données du CHU de Nantes (Cf rubrique « Contact »).

Conformément à la loi, vous pouvez avoir accès à vos données personnelles, vous opposer à leur utilisation ou demander leur effacement à posteriori, en m'adressant une demande par mail. A noter qu'une fois totalement anonymisées, certaines de vos données ne seront plus accessibles. Vous pouvez également porter une réclamation auprès de la CNIL (Cf rubrique « Contact »).

Merci du temps que vous me consacrez et de votre participation à venir.

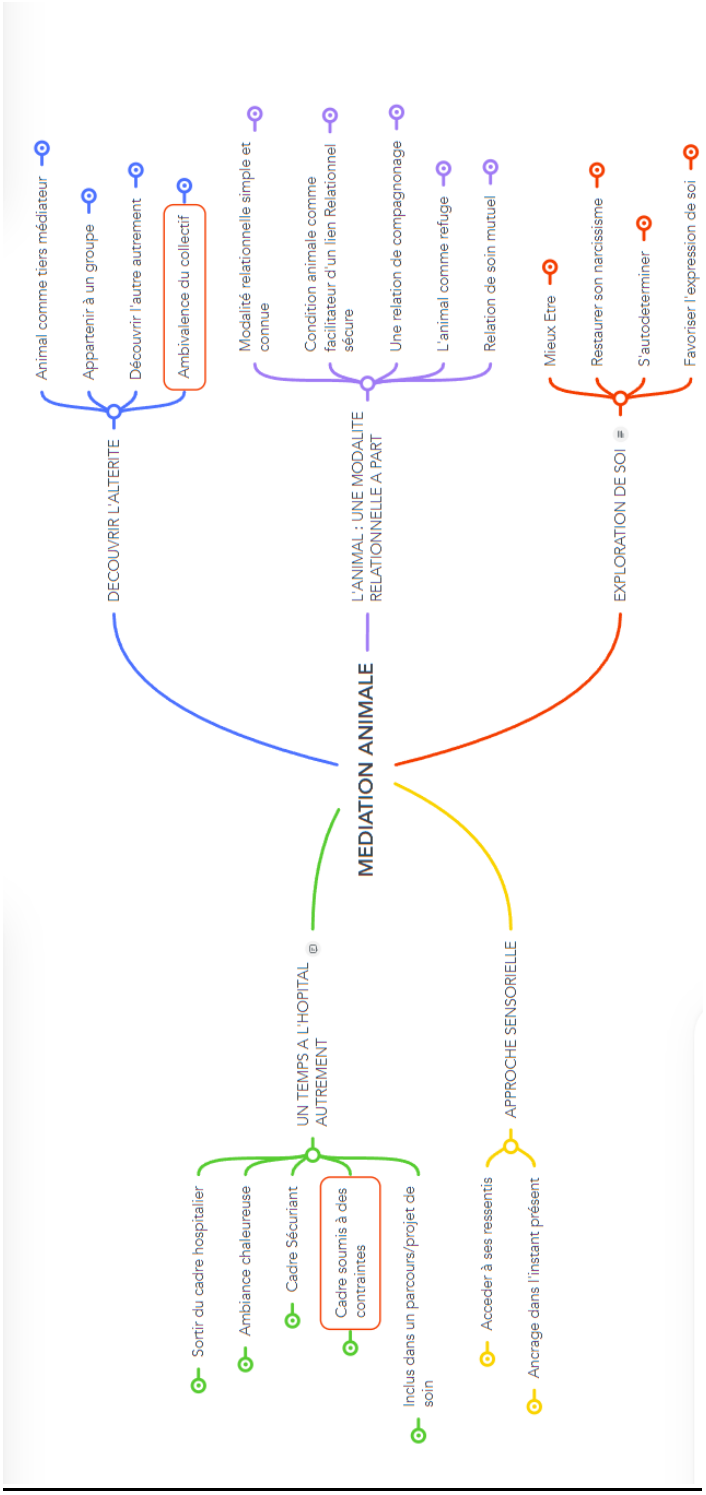
Ce projet est conforme aux textes de loi suivants :

→ Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen et du Conseil du 27 avril 2016 relatif à la protection des personnes physiques à l'égard du traitement des données à caractère personnel et à la libre circulation de ces donnée (règlement général sur la protection des données)
→ Loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés
→ RGPD (Règlement Général sur la Protection des Données) applicable depuis le 25 mai 2018 et transposé en droit français dans la Loi n°2018-493 du 20 juin 2018 relative à la Protection des données personnelles.
→ Il a été présenté au Comité d'éthique sur la recherche non interventionnelle de l'Université de Nantes (CERNI).

Contact :

Responsable de l'étude : zoe.derreumaux@etu.univ-nantes.fr
Délégué de Protection des données du CHU de Nantes : vosdonneespersonnelles@chu-nantes.fr
CNIL : https://www.cnil.fr/fr/webform/adresser-une-plainte/

Annexe 4 : Extrait de la carte mentale issue de l'analyse thématique



Annexe 5 : Extrait du tableau d'analyse intégrative du codage des entretiens

1					E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11
2	UN TEMPS A l'HOPITAL AUTREMENT												
3	**Sortir du cadre hospitalier**												
4		Changer la vision de l'hopital			C'était agréable en général, moi je trouve que c'est une bonne idée dans les hôpitaux de faire des choses comme ça.				Parce que l'air de rien c'est pas anodin de voir deux chiens comme ça dans un hôpital. Ca change un peu de ce décors, bon coloré quand même ils ont fait un effort	faire quelque chose qui n'est pas commun. Fin c'est pas tous les jours où ont voit des animaux aller dans les établissement de santé et tout ça quoi !		Bah ça fait du bien, ça casse un peu le cliché de l'hôpital en fait. Ça fait oublier peut-être le côté hôpital vraiment.	
5		Activité originale et innovante											
6			Différentes des autres activités thérapeutiques						Mais si je prends exemple avec d'autres activités que j'ai pu avoir dans un autre hôpital psychiatrique, bah c'est plus plaisant d'être avec les animaux que de faire les autres ateliers que j'ai pu faire.				
7			Source de curiosité									j'y suis allée parce que j'étais curieuse, j'ai envie de faire des choses aussi et je suis assez	
8			Activité rare et précieuse				Alors ça je trouve ça génial ! Ca faut le garder ça, vraiment. Vraiment vraiment ! C'est le seul HP où j'ai découvert qu'il y avait des médiations animales de proposé, vraiment encadré et tout ça.	ça change que on en revient toujours au même, que ça sort du cocon de l'hôpital et que c'est exceptionnel ! Donc ça fait du bien	Bah je suis arrivée il y a 2 jours en fait, donc je savais même pas que ça se faisait dans les hôpitaux ça pour le coup ... (...) bah j'avais déjà été hospitalisée dans d'autres unités, mais pas ici à Daumezon et ils nous ont jamais parlé de ce type d'animation. Y'avait pas ca donc ...	J'étais heureuse, parce que c'est pas tous les jours qu'il y a ça			
9		Sortir du quotidien de l'hopital											
10			S'évader du cadre de l'hopital					ça m'a quand même permis de sortir du cadre un peu hospitalier. Et ça fait du bien !	parce que l'air de rien c'est pas anodin de voir deux chiens comme ça dans un hôpital. Ca change un peu de ce décors, bon coloré quand même ils ont fait un effort	Bien, oh oui franchement j'ai complètement occulté, occulté l'hôpital, fin j'avais tout oublié.			j'ai pu m'évader à un momen l'hôpital. J'ai pu sortir de De ou de Warhol pour vraiment p à autre chose et que mon esp arrête de ruminer.
11			Etre dans la nature					J'ai pu sortir un peu du cocon hôpital, prendre l'air et puis y'avait du soleil ce matin, y'en a toujours là ! C'était agréable.				Et puis le fait d'être en nature c'était super agréable aussi.	
12			S'évader du quotidien						Bah ça change un peu de la routine, de ce train-train de juste voir des infirmiers ou des patient ou des médecins.				
13			Se changer les idées										Ce moment de médiation ani permet à tout le monde de pe autre chose.
14			Occuper son temps différement			si ca vous arrive un jour d'être interné comme ca de cette manière depuis deux mois vous verrez comment vous réagirez. Vous cherchez tout pour s'occuper. Donc c'est pour		Pour ma part, j'ai pas le droit de sortir sans accompagnement donc c'est long parce qu'il y a pas grand-chose à faire. Donc c'est pour ça le fait qu'il y ai des activités de mises en place c'est		Oui, parce que d'être enfermée on va dire entre 4 murs, sans voir personne... Là de voir des animaux, en plus que j'aime bien !			C'est que pour moi ici le tem passe très lentement parce q m'ennuie et parce que je rum beaucoup. Et lorsque j'ai fait l'activité le temps est passé vite.
15		Changement dans les interactions de soin											
16			Intervenante externe							Bah en fait, je suis la personne, fin je suis comme je suis. Mais eux n'ont pas été informés de comment je suis. Fin que je peux être dans les mauvais moments, donc du coup ça a un peu euh ...			
17			Changer de statut										Quand on est dans l'hôpital vraiment avec tous les patients et lorsqu'on e l'extérieur ou dans une autre avec des animaux c'est tout différent, il y a pas la même a même ambiance. C'est di avec les soignants aussi ou
18	**Une ambiance chaleureuse**												
		Ambiance calme							bah on sentait une ... Je trouvais vraiment que l'atmosphère était vraiment hyper calme, et ça, c'est quand même plaisant pour le coup.				

Annexe 6 : Avis favorable du CERNI

Nantes Université

Nantes, le 12 avril 2023

Dossier suivi par : Catherine BONTE
Direction de la recherche, des partenariats et de l'innovation
catherine.bonte @univ-nantes.fr
+33 (0) 2 53 00 92 29
07 87 20 45 26

N/Réf : SY/GD/CB DRPI n°2023-301

Madame Zoé DERREUMAUX
UFR Médecine
1 rue Gaston Veil
BP 53508
44035 NANTES cedex 1

s/c de Madame Catherine MARQUETTE,
Responsable scientifique

Objet : Avis du CERNI sur le projet « Vécu des patients hospitalisés ayant participé à un atelier de médiation animale au cours de leur séjour ».

Madame, Chère collègue,

Vous avez soumis à l'examen du comité d'éthique de la recherche non interventionnelle (CERNI) de Nantes Université (n°IRB : IORG0011023), un projet intitulé « Vécu des patients hospitalisés ayant participé à un atelier de médiation animale au cours de leur séjour », dont Madame Catherine MARQUETTE assure la responsabilité scientifique et nous vous en remercions.

L'objectif de votre étude est d'explorer et d'analyser le vécu et les ressentis des patients hospitalisés en psychiatrie au centre hospitalier G. Daumezon à Bouguenais, à la suite de leur participation à un atelier de médiation animale, afin de mettre en évidence les effets bénéfiques de cette démarche qui pourraient justifier le maintien au long cours de l'atelier dans le service, mais également de mettre en avant des voies d'amélioration sur les modalités et le contenu de cet atelier.

Après un examen attentif, j'ai le plaisir de vous informer que la qualification règlementaire en recherche non interventionnelle a été soumise et validée par le comité éthique de la recherche non-interventionnelle de l'Université de Nantes avec le numéro de référence n°11042023.

Restant à votre disposition, je vous prie de croire, Madame, chère collègue, en l'assurance de mes sentiments dévoués.

Guillaume DURAND
Président du CERNI

Présidence de l'université • 1 quai de Tourville
BP 13 522 • BP 44 035 Nantes Cedex 1 Tél.
02 40 99 83 83 • drpi@univ-nantes.fr
www.univ-nantes.fr

Annexe 7 : Formulaire de recueil de consentement

FORMULAIRE DE RECUEIL DE CONSENTEMENT

Après avoir pris connaissance du formulaire d'information, avez-vous des questions sur son contenu ?

Pouvez-vous me confirmer que vous avez bien compris :

(Cases à cocher)

- [ ] Le but et le déroulement de l'étude
- [ ] Les bénéfices attendus
- [ ] Les contraintes possibles
- [ ] L'anonymisation des données recueillies pendant l'entretien
- [ ] Le droit de retirer votre consentement de participation, à n'importe quel moment, sans préjudice
- [ ] Le respect du cadre légal concernant la protection et le traitement de vos données personnelles

Pouvez-vous me dire oralement que vous acceptez librement de participer à cette étude ?

- [ ] Consentement oral de participation obtenu

Je soussignée, Zoé DERREUMAUX, responsable de l'étude, atteste avoir obtenu le consentement oral libre et éclairé de Mr/Mme …….

Après avoir vérifié sa bonne compréhension et l'avoir informé clairement des points sus cités,

Pour l'étude « *Vécu des patients hospitalisés ayant participé à un atelier de médiation animale au cours de leur séjour : étude qualitative dans un hôpital psychiatrique de Loire-Atlantique* »

A l'hôpital G. Daumezon, Bouguenais,

Le :

Signature de la responsable de l'étude :

Annexe 8 : Extrait de retranscription d'entretien

ENTRETIEN 11

C : Et qu'est-ce que ça fait pour vous ? Comment vous vous sentez à ce moment-là ?

E11 : Je me sentais vraiment bien, libre puisque l'éducatrice qui s'occupe de cette séance de médiation est très impliquée et elle protège beaucoup ses animaux comme les patients qui participent.

C : Comment vous avez pu vous sentir pendant l'atelier ?

E11 : Je me suis senti bien, calme, apaisé. Parce que j'ai pris un peu aussi le comportement du chien, qui lui était calme, apaisé, qui ne se souciait que d'une chose c'est de faire son exercice et d'avoir qu'un seul objectif : de pouvoir accompagner les gens. Et je pense que le chien lui-même ne se rend pas compte de l'importance qu'il a pour les autres.

C : De prendre le comportement du chien, comment vous voyez que vous prenez son comportement?

E11 : Je connais un peu les animaux et je sais que les chiens sont des animaux qui sont euh… Qui ont la personnalité de leur maître souvent. Et là donc ils ont la personnalité de la médiatrice canine, qui est une personne qui est là pour accompagner, pour aider, pour trouver des solutions annexes pour que nous nous allions mieux et qu'on puisse avoir des questions sur nous-même et un développement intérieur plus tendre sur nous-même.

C : D'accord.

E11 : C'est-à-dire que souvent quand on est hospitalisé on n'accepte pas la moindre critique, on n'accepte pas qu'on nous dise qu'on est hospitalisé, qu'on est des patients et pourtant c'est ce que l'on est. Et si on est ici c'est qu'il y a une raison. Ça varie de patient en patient évidemment, il y en a qui sont ici par choix, d'autres parce qu'ils n'ont pas le choix et y'en a qui sont ici parce que la loi les a mis ici.

C : Hum-hum

E11 : Moi dans mon cas, c'est moi qui ai décidé d'être hospitalisé, parce que je me faisais du mal. Donc cette médiation animale est importante parce qu'elle permet à des gens, peu importe d'où ils viennent, leurs horizons, leur degré d'incapacité mentale, de penser à autre chose. Ce moment de médiation animale permet à tout le monde de penser à autre chose. J'espère que j'ai été assez clair…

C : Oui oui, moi tout ce que vous allez dire m'intéresse. On peut même rebondir, vous dites « ça fait penser à autre chose », vous ça vous fait penser à quoi quand vous êtes avec les animaux ?

E11 : Moi ça me fait penser aux chiens que j'ai à la maison, donc chez mes parents. Qui sont toujours heureux de nous voir, qui sont toujours présents, qui sont toujours dans nos pieds. Ça me fait penser malheureusement au chien que j'ai perdu aussi. C'est comme ce que je disais pendant le début de la médiation ; c'est que les chiens nous aiment tout le temps en fait. Ils aiment. Ils ont rarement peur de l'humain, sauf s'ils ont été maltraités. Et j'ai très peu de respect pour ceux qui maltraitent les animaux, peu importe l'animal. Mais les chiens sont exceptionnels puisqu'ils puisent notre mal-être et le transforment en un bien-être, en venant se coller à nous pour qu'on puisse caresser, le toucher.

NOM : DERREUMAUX **PRENOM : Zoé**

Titre de Thèse : « Exploration du vécu et des points de vue des patients participant à un atelier de médiation animale à l'hôpital psychiatrique : une étude d'orientation qualitative. »

RESUME

Introduction : La stratégie nationale de santé 2018-2022 encourage le recours aux interventions non médicamenteuses dans la prise en charge des patients. Parmi ces approches thérapeutiques, la médiation animale est employée dans divers domaines de soin, notamment en santé mentale. Son utilisation en psychiatrie a été explorée dans de nombreuses études mais peu d'entre elles ont investigué le point de vue des patients, qui en sont pourtant les acteurs principaux.

Les objectifs de cette étude sont d'explorer le vécu des patients participant à un atelier de médiation animale à l'hôpital psychiatrique et de recueillir leurs points de vue sur les modalités pratiques de celui-ci.

Méthode : Une étude qualitative a été menée au moyen d'entretiens semi-dirigés auprès de patients participant à un atelier de médiation animale dans le service G08 de l'hôpital psychiatrique G. Daumézon à Bouguenais, en Loire-Atlantique. Ils ont été recrutés sur la base du volontariat à la suite de l'atelier selon un échantillonnage raisonné et homogène. Onze entretiens ont été réalisés d'avril à juin 2023 jusqu'à suffisance des données. L'analyse thématique a été conduite selon une approche phénoménologique interprétative.

Résultats : La séance de médiation animale offre un temps à l'hôpital autrement, dans une ambiance chaleureuse et hors du contexte hospitalier habituel. Le lien avec l'animal est vécu comme une relation à part, basée sur la sensorialité, la confiance et le soin mutuel. La présence de l'animal dans cette médiation collective facilite les relations entre les participants et contribue à développer leur socialisation. En revanche, le collectif comporte également des aspects limitants. L'activité de médiation animale favorise le bien-être des participants et améliore leur symptômes psychiques et physiques. Cependant, ces effets bénéfiques sont inconstants et parfois limités, en intensité et en durée. Finalement, cette expérience permet aux participants de gagner en estime d'eux-mêmes et de s'affirmer, favorisant ainsi leur autonomisation et leur implication dans leurs soins et leur bien-être.

Conclusion : La médiation animale a un effet positif sur le bien-être des patients et leur offre une nouvelle perspective sur la relation aux autres et à eux-mêmes, dans un cadre à part du contexte de soin habituel. Ainsi, son utilisation mériterait d'être étendue à d'autres structures de soin psychique, en se basant sur les recommandations pratiques issues des propositions des participants à cette étude et de l'analyse de leurs témoignages. Informer les médecins généralistes sur les bienfaits de cette discipline permettrait de l'intégrer au panel d'outils thérapeutiques proposés en soins primaires, dans l'accompagnement des patients en souffrance psychique.

MOTS-CLES

Médiation animale ; zoothérapie ; patient ; psychiatri* ; santé mentale ; hôpital psychiatrique ; étude qualitative ; animal-assisted therapy ; mental-illness ; inpatient.