

Médiation animale



**avec
Hélène de Vallombreuse
et ses compagnons**



MEDIATION ANIMALE

La plume est aussi un lieu de bien-être et de thérapie. Nous développons depuis plusieurs années des séances de thérapie avec les oiseaux.

« Les oiseaux n'ont pas fini de livrer leurs secrets et de nous en apprendre chaque jour un peu plus sur nous-même... »

« La présence de l'animal aide le patient à ne pas se sentir jugé dans ce qu'il est, physiquement et psychologiquement. Il s'ouvre ainsi davantage, ce qui augmente les résultats thérapeutiques... et facilite la relation dans l'ici et maintenant ».

-- Frédérique Roussel

PETIT HISTORIQUE

La thérapie avec les oiseaux est plus connue sous le nom de zoothérapie, approche développée depuis le XIX^{ème} siècle auprès de personnes en souffrance psychique ou physique. Le terme « zoothérapie » provient de la racine grecque « zoo » qui signifie « animal » et « thérapia » qui signifie « soin ». En 1950, Boris Levinson, psychologue de l'Université de Yeshiva aux USA, démontra le rôle thérapeutique complémentaire de l'animal durant des séances de thérapie et l'apport bénéfique de la médiation. L'approche se développe ces dernières années dans des structures de soin, palliatif, médico-social, d'insertion, de santé mentale mais aussi dans le développement personnel et le bien-être.



L'ANIMAL COMME ALLIÉ DE LA RENCONTRE AVEC SOI

L'objectif de la thérapie avec les oiseaux est de permettre à toute personne de vivre une expérience avec l'animal, d'exprimer ses souffrances, de se connecter avec ses potentialités et sa créativité, afin d'avoir une meilleure connaissance d'elle-même et de sa relation avec le monde extérieur.

L'approche se centre sur le vécu, sur l'expérience sensorielle, corporelle et affective. Le thérapeute ne se concentre pas sur la difficulté ou le symptôme mais sur leurs répercussions psychiques et sociales. La personne est unique dans l'appréhension de son corps et dans sa manière d'être au monde. L'animal devient alors un catalyseur qui permet d'explorer une relation bienveillante, non jugeante, où la personne est acceptée dans sa singularité. Le thérapeute est un accompagnant de cette relation, privilégiant l'« être avec » et non le faire et devient témoin du chemin que fait la personne dans sa rencontre avec elle-même. C'est l'individu, lui et lui seul, qui se soigne par l'alliance avec un animal choisi pour cela.

QUELQUES AXES DE TRAVAIL

- Développer la confiance et l'estime de soi
- Stimulations cognitives et mémorielles, développement des capacités d'apprentissage
- Meilleure gestion des émotions et facilité d'expression
- Stimulations sensorielles
- Connexion au corps, mobilité et fluidité, développement psychomoteur
- Valorisation de la créativité et la spontanéité
- Favoriser la relation à l'autre et avec soi-même à travers la présence de l'oiseau



L'ANIMAL MÉDIATEUR-MIROIR

Il va être le support de projections et d'effets miroirs. Par exemple un enfant agité face à un oiseau énervé peut lui demander de se calmer et ainsi prendre conscience de ses propres mouvements émotionnels. La relation avec l'animal va permettre à la personne de percevoir ses ressentis, ses difficultés, ses peurs et questionnements et par là opérer des réarrangements psychiques et émotionnels permettant une façon nouvelle d'être au monde.

L'ANIMAL POUR APPRIVOISER SES PEURS

La découverte de l'animal dont les réactions sont inconnues et inhabituelles peuvent susciter de la peur. Apprendre à communiquer avec lui c'est apprivoiser ses peurs, ses projections, ses émotions.

L'ANIMAL ACCUEILLANT

Par sa simple présence il va apporter bien-être, plaisir, joie, désir et ouvre un chemin autour de l'instant présent, de la connexion à soi et de la relation dans l'ici et maintenant.

L'animal a des effets apaisants. Il ne juge pas, il accueille dans sa spontanéité et son honnêteté. Il permet à la personne d'être accueillie, de se rencontrer et de s'accepter.

L'ANIMAL SENSORI-MOTEUR

Il va permettre une sollicitation sensori-motrice dans la rencontre avec son corps, ses ramages et plumage, sa chaleur, ses odeurs, ses mouvements... Il est un vecteur de moments privilégiés de caresses et de soins. L'animal va également stimuler la personne à effectuer des mouvements nouveaux, des explorations proprioceptives et corporelles inédites.



L'ANIMAL RÉPARATEUR DE L'IMAGE DU CORPS

Le vécu sensoriel, corporel, prendre soin... toutes ces explorations renvoient à la construction du corps et l'image corporelle. Plume contre peau, petit à petit, patte à patte, la personne éprouve et renoue avec ce corps vivant, celui de l'animal, pour qu'il ose se lier à son propre corps et au monde qui l'entoure.

L'ANIMAL MÉMORIEL

Il va aider à stimuler la mémoire, aider à faire remonter les souvenirs, catalyser des expériences symboliques, reconnecter avec des savoirs-faires et compétences parfois oubliées.

L'ANIMAL VALORISANT

La relation à l'animal permet à la personne de passer du statut de soigné à celui de soignant, de passif à actif. La personne peut prendre soin, se sentir utile, prendre la responsabilité de la sécurité de l'animal, et reprendre confiance en lui, en ses capacités de sécurisation, de bien-être.

L'ANIMAL RELATIONNEL ET SOCIAL

L'animal dans sa relation affective, sociale, son interaction avec ses pairs, renvoie une image de soi et de son rapport aux autres. Dans le travail avec le thérapeute et l'animal, se crée et se rejoue les situations émotionnelles, relationnelles où les rapports ont pu se figer dans des vécus douloureux, difficiles... A travers le transfert, la personne peut inventer de nouvelles façons de communiquer, d'être en lien avec l'animal, de prendre sa place dans le monde, de s'affirmer et s'apaiser dans sa relation avec lui-même et les autres.



L'ANIMAL RECONNECTANT

La relation au monde et aux autres, demande tellement d'adaptation qu'à un moment où l'autre de sa vie, l'individu se rend compte qu'il a oublié qui il était et de quoi il a besoin. L'animal conduit à être dans l'instant présent, hors de toute considération mentale. Il permet, en miroir, par la prise en compte de ses besoins, de son harmonie avec son environnement, de se reconnecter avec sa nature profonde, l'écoute de sa créativité et son épanouissement personnel.

L'ANIMAL LIBRE, SAUVAGE ET CRÉATEUR

L'animal, de par sa nature sauvage, renvoie la personne à son libre arbitre, à sa capacité de trouver les réponses en lui. La relation thérapeutique permet de grandir, de donner des outils pour mieux vivre, s'assumer et devenir acteur de sa vie. L'oiseau, symbolise la liberté, la connexion entre la terre et le ciel, le voyage. Il est une porte d'entrée sur nos rêves et aspirations.



SI VOUS VOUS RENDEZ SUR PLACE ?

CONSIGNES DE SECURITE ET RENCONTRE AVEC LES ANIMAUX

Chers visiteurs, soyez les bienvenus à La Plume de Vallombreuse. Dans ce domaine clos et arboré, vivent des créatures exceptionnelles, venues de l'autre bout du monde. Vous allez pouvoir approcher de près mes perroquets, et si vous êtes gentils, de magnifiques chats viendront vous saluer. Un espace de liberté vous est offert, pour pique-niquer, vous reposer, profiter de la nature...

Entrer en contact avec les perroquets, et passer votre séjour à La Plume de Vallombreuse requièrent quelques précautions que je souhaite vous partager, afin que tout se passe bien lors de votre séance.

CONSIGNES DE SECURITE

Quelques consignes de sécurité s'appliquent sur l'ensemble du site de La Plume de Vallombreuse

- Les enfants en famille ou en groupes ne doivent pas rester sans surveillance
- Les animaux venus de l'extérieur ne sont pas admis dans le domaine, pour des raisons de sécurité
- Le public se doit de respecter : les clôtures, les zones de sécurité, les panneaux d'informations, les animaux, les aménagements
- Il est interdit de pénétrer dans les locaux de service
- Un plan de secours et d'évacuation est affiché à l'entrée du site, en cas d'urgence



CONSEILS

Quelques conseils avant votre rencontre avec les perroquets

- Assurez-vous de ne pas avoir en votre possession des objets dangereux
- Les objets de valeurs comme des bracelets et colliers sont déconseillés, car ils plairont beaucoup à mes amis à plumes
- Prévoyez plutôt des « vieux » vêtements, facilement lavables, car il peut arriver que les perroquets « s'oublent » sur votre épaule
- Les animaux du site sont des êtres vivants et sensibles, il est formellement interdit de les brutaliser, ou de les attraper lorsqu'ils manifestent leur désaccord
- L'entrée dans les volières se fait uniquement accompagné, et les visiteurs doivent veiller à ne pas laisser de porte ni de trappe ouverte
- Le nourrissage des animaux ne se fait qu'en présence d'un membre de la Plume de Vallombreuse

PENSEZ À NOUS PRÉVENIR

- Si l'un des visiteurs présente des allergies aux fruits à coque, aux fruits et légumes : c'est la friandise des perroquets, mais ils sont vite chipés par des enfants affamés...
- Si quelqu'un a une phobie des oiseaux : nous prévoyons une mise en contact en douceur
- Si vous souhaitez rester pique-niquer sur place, faire une balade après la séance, ou profiter du parc ou du cours de tennis