

Les thérapies de modifications comportementales mentales dans le traitement des phobies chez le chien

Le principe des thérapies utilisées dans les phobies est de permettre à l'animal de redécouvrir la réalité en créant un nouvel apprentissage face à des événements qui n'ont pas de quoi être redoutés. C'est ce que nous explique le Dr Gérard Muller, vétérinaire comportementaliste, président de Zoopsy.

Comportement Animal : Quelles sont les thérapies de modifications comportementales utilisées dans le traitement des phobies chez le chien ?

Gérard Muller : Les techniques d'habituation seraient utiles mais en pratique, elles sont inapplicables car trop longues et délicates à mettre en œuvre.

Les techniques d'immersion pourraient également être utiles mais elles risquent de conduire à une sidération affective puis à des états dépressifs.

Nous utilisons ce qu'il est classique de nommer l'immersion contrôlée, qui consiste à maintenir l'animal face à un stimulus d'intensité modérée, jusqu'à obtenir une habituation.

La réouverture des possibilités d'analyse de la situation, annihilées par les voies courtes de la réaction de peur, est autorisée par l'utilisation de psychotropes qui diminuent la sensibilité et modèrent l'intensité de la perception phobique. Ces médicaments rendent la thérapie plus rapide et diminuent le risque d'apparition d'une réaction dépressive.

Comment mettre en place la thérapie ?

G.M. : La première étape consiste à identifier le plus exactement possible le stimulus phobogène d'origine. L'animal y est alors confronté à une intensité modérée, alors qu'il est sous l'influence du psychotrope. Il est normal que l'animal exprime des réactions de peur mais elles doivent être assez faibles pour être contrôlables. L'ex-



▲ L'exposition au stimulus phobogène est indispensable à la guérison.

position dure jusqu'à ce que l'intensité de ces réactions diminue. Il est important que l'exposition ne cesse pas avant que l'animal soit revenu à un niveau émotionnel situé sous le seuil d'homéostasie acquis. La durée des expositions est variable et dépend de l'intensité du stimulus et de l'activité du psychotrope.

Combien de temps dure en moyenne une thérapie ?

G.M. : La durée est variable pour une action thérapeutique. Elle dépend de ce que recherchent le propriétaire et le soignant. Elle dépend aussi du temps consacré à la thérapie. Il faut souligner que le traitement médicamenteux permet de faire disparaître les états anxieux qui peuvent découler de l'évolution de l'état phobique mais que la phobie elle-même ne sera pas amendée sans thérapie. Pendant l'influence du psychotrope, les réactions de l'animal sont moindres mais un animal qui serait juste traité et non exposé à ce stimulus phobogène retrouvera la totalité de sa phobie à la fin du traitement médicamenteux. L'exposition est indispensable à la guérison.

Faites-vous appel à un éducateur pour appliquer les consignes au quotidien ?

G.M. : Ce n'est pas à moi de choisir. Le propriétaire décide s'il peut ou non réaliser la thérapie lui-même. Éventuellement, je peux l'aider à trouver un éducateur pour l'aider. Nous travaillons alors sur des objectifs communs.

Quel est le rôle du vétérinaire, du propriétaire ?

G.M. : Le vétérinaire comportementaliste a pour rôle de diagnostiquer la maladie, d'évaluer l'état pathologique et de mettre en place la thérapie en l'expliquant en détail. Il doit aussi soutenir le maître dans l'application de cette thérapie et suivre l'évolution de l'animal. Il adapte les actions thérapeutiques aux progrès de l'animal. Il change le traitement médicamenteux à mesure des progrès observés.

Le propriétaire a la charge de la réalisation de la thérapie. Il peut se faire aider par un éducateur. L'idéal serait alors que vétérinaire et éducateur soient en rapport permanent pour suivre l'animal. Souvent, les coûts de telles pratiques poussent les

propriétaires à faire eux-mêmes ce qu'ils jugent facilement réalisable. C'est souvent le temps et la patience qui manquent le plus. Il faut de nombreux exercices pour réussir.

Quelles sont les difficultés rencontrées ?

G.M. : La motivation est souvent ce qui fait le plus défaut. Le propriétaire d'un animal phobique consulte parce qu'il est dérangé par le comportement de son animal. Dès que la situation s'améliore, il s'en contente alors que l'animal n'est pas encore guéri. Pour cette raison, les éducateurs auraient tout à fait leur place dans ce système, mais leur travail a un coût et il faut le comparer à la valeur optimale de la guérison.

Comment les progrès du chien sont-ils évalués ?

G.M. : L'évaluation des progrès s'obtient en refaisant une sémiologie. Ces réévaluations sont difficiles car la demande des propriétaires change avec le temps et il faut savoir se fixer des objectifs précis pour réussir.



« Nous utilisons l'immersion contrôlée qui consiste à maintenir l'animal face à un stimulus d'intensité modérée, jusqu'à obtenir une habituation »

Gérard Muller

Les phobies constituent souvent un problème long à résoudre et l'étiologie de ces affections nous montre qu'elles résultent souvent d'anomalies du développement. Même lorsque la phobie qui a motivé la consultation a disparu, le propriétaire peut avoir encore bien des demandes. Il est donc important de limiter ou même d'organiser les objectifs pour ne pas se trouver face à une insatisfaction permanente.

La métaphore de la voiture sans volant illustre cette particularité. Si vous possédez une telle voiture, il est légitime que vous vous adressiez à un garagiste qui vous réparera facilement ce véhicule totalement inutilisable. Dès les premières sorties, vous consta-



▲ L'habituation est progressive.

terez que cette voiture n'a pas non plus de freins ou que le changement de vitesse est défectueux. Ces nouvelles découvertes ne doivent pas vous permettre d'accuser le garagiste qui a réparé le volant.

Bien sûr, nous devons, dans notre exercice, faire une sémiologie complète qui nous permet de prévoir que non seulement il manque un volant mais aussi des freins, des essuie-glaces... Ce que nous visons, c'est l'équilibre du chien, parfois au-delà de la demande initiale. Pourtant, le propriétaire peut ne pas s'attendre à rencontrer de nouvelles difficultés une fois la phobie guérie. Notre mandat doit donc être précisément défini au départ. L'objectif n'est pas uniquement de nous protéger,

de l'orage se trouve être celui d'un maître qui redoute lui aussi ces manifestations météorologiques, la thérapie se complique. Ce qui s'exprime par une phobie chez le chien peut s'exprimer par un comportement évitant simple chez le maître. Par exemple : "j'ai toujours aimé me promener très tôt le matin, à une heure ou les gens sont encore couchés...". Si ce propriétaire doit entreprendre un traitement de phobie sociale pour son chien, la thérapie risque d'être compliquée par ses propres désirs.

Enfin, il arrive que la phobie trouve ses racines dans les besoins du propriétaire. Pour illustrer cette complexité, j'aime raconter cette anecdote clinique : monsieur et madame XY consultent car leur chien à une telle phobie de la voiture qu'ils ne peuvent plus l'emmener pour une longue route. La situation est si grave qu'ils partent en vacances séparément pour garder le chien. Les différentes thérapies s'avèrent infructueuses. Quelques années plus tard, je revois le propriétaire pour un vaccin et je lui repars de ce problème : "Ah oui, c'est vrai, depuis que nous avons divorcé, le problème a disparu" !

Au terme de la thérapie, le chien est-il totalement guéri ?

G.M. : Comme je le signalais plus haut, la guérison d'une phobie est un objectif raisonnable. Si le trouble ne provient pas d'une anomalie du développement, il est probable que cet objectif simple soit rapidement réalisé. Malheureusement, les phobies ne surviennent que rarement sur des animaux qui ne sont pas prédisposés. Pour ces animaux aussi la guérison est possible bien que souvent difficile. La thérapie doit prendre en compte l'ensemble de l'animal. Il reste important de prévenir le maître des efforts qu'il aura à faire qui, en dépit de leur intensité, ne lui donneront jamais un animal «parfait». ●