

DÉCEMBRE 2009 • WWW.FUGUES.COM • 1984-2009

# fugues

**liv**  
h  
TÉMOIGNAGES+

**TÉMOIGNAGES+**  
NOTRE SUPPLÉMENT  
DÉTACHABLE DE 36 PAGES

plein  
d'idées  
cadeaux  
pour  
les fêtes



JOSÉ SARICA, ZOTHÉRAPEUTE

## Soigner par le biais des animaux, avec passion et empathie

«Depuis mon enfance, j'ai toujours rêvé de travailler avec les dauphins et les gens en souffrance. En France, à l'âge de 6 ans, mon professeur m'a dit que, malheureusement, ce métier n'existait pas...», précise d'emblée José Sarica. Quelques années plus tard, avec ce rêve en poche, José quitte son pays natal pour le Québec, afin d'entreprendre des études universitaires auprès des bélugas du Saint-Laurent. Après une maîtrise et un doctorat spécialisé en écotoxicologie en milieu aquatique, le biologiste était, selon ses propres dires, «très loin de son rêve, celui de travailler avec les dauphins». C'est à ce moment que le

zothérapeute en devenir a alors pris connaissance de la récente ouverture de l'École Internationale de Zoothérapie à Montréal et qu'il y a suivi une formation, spécialisée dans la thérapie assistée par les chiens.



Et José de rajouter : « l'école proposait une formation de deux ans pour être thérapeute et utiliser l'animal comme déclencheur émotionnel chez les gens. Donc, en fait, ça répondait exactement à ce que je voulais faire lorsque j'étais enfant. J'ai fait la formation de zoothérapeute qui m'a complètement bouleversée car être thérapeute et travailler dans la relation d'aide, c'est déjà travailler sur ses propres souffrances, comprendre qui nous sommes et faire tomber les masques. » Au terme de cette formation «extrêmement passionnante, tant sur le plan personnel que professionnel», souligne José, le zoothérapeute a réalisé son rêve d'enfance en Israël, lors d'un stage au Dolphin Reef Eilat, un centre de thérapie assistée par les dauphins, auprès d'enfants autistes. Et pour le guider dans ses démarches, José était accompagné de son fidèle compagnon Chico, un beau bichon maltais miniature, d'à peine 5 lbs, dressé et formé pour accompagner le zoothérapeute... «Avec mon chien, nous sommes arrivés à des résultats spectaculaires auprès de ces enfants, particulièrement auprès de deux jumelles...», m'explique José, lui-même jumeau monozygote [pour la petite histoire, José a d'ailleurs déjà fait avec son frère la couverture de *Fugues* en octobre 2004].

José propose ses services par le biais de la Coopérative de Solidarité Espace-Temps et traite «zoothérapeutiquement» tous les types de pathologies: entre autres, l'anxiété, la dépression, l'autisme et l'hyperactivité chez les enfants, le Parkinson, la maladie d'Alzheimer. Il accompagne les gens en fin de vie, les familles et les mourants. Il traite aussi les endeuillés amoureux ou autres, les séropositifs, les gens en processus d'acceptation de leur homosexualité. Et José de préciser : « Je travaille aussi beaucoup sur l'estime de soi, et tout cela par le biais d'une approche humaniste, qui est d'écouter la personne. Et les gens se confient beaucoup plus facilement à un animal qu'à un être humain. Alors en tant que thérapeute, en utilisant des outils d'intervention thérapeutique, comme la vérification, le partage, le vécu et la compassion, on amène la personne à trouver elle-même les solutions présentes en elle. »

Mais, au fait, qu'est-ce que la zoothérapie ? Passionné, José m'explique : « C'est ce qu'on appelle la synergie triangulaire ; à l'image d'un triangle, vous avez le zoothérapeute, le patient et le chien (ça peut aussi être un cheval, un perroquet, un chat, j'ai suivi ma formation avec tous ces animaux). La personne vit tellement d'amour et de confiance avec le chien que lorsqu'elle voit que vous lui faites confiance pour s'occuper de votre animal, elle ne vous voit plus comme un thérapeute. Par exemple, si je vais voir un psychologue et qu'il fronce les sourcils, je vais croire qu'il porte un jugement et je vais arrêter de parler. Alors que mon chien ne fait qu'écouter, il ne juge pas! Et par conséquent, le patient n'hésite pas à se confier. Je suis là pour recentrer la conversation et les amener tranquillement là où ils doivent arriver, par eux-mêmes. La zoothérapie est un service offert à toute personne qui aspire à gérer sa souffrance, qu'elle soit physique ou psychologique. » Julie VAILLANCOURT