

LA PEUR DES CHIENS



Table des matières

- 1.Introduction
- 2.Qu'est-ce que la peur?
- 3.La cynophobie
- 4.Pourquoi a-t'on peur des chiens?
- 5.Résultats du sondage
- 6.Quels sont les dangers?
7. Pourquoi les chiens sont' ils attirés par les personnes qui en ont peur ?
8. Comprendre le comportement du chien
9. Première approche avec un chien
10. Exemples d'exercices
11. Résumé
12. Sources

Introduction

Je m'appelle Mandy Mauron, j'ai obtenu mon CFC de gardienne d'animaux pendant l'été 2022. J'ai effectué mon apprentissage à la Fondation Barry où je travaille actuellement en tant qu'employée à 100%. Au fil de mon apprentissage, j'ai beaucoup entendu parler et appris à connaître le Barry social. C'est en mars 2023 que j'ai la chance de pouvoir faire cette formation qui me tient à cœur.

Le Barry social est composé de plusieurs équipes composées chacune d'un chien de race St-Bernard et d'un humain. Ces équipes se rendent dans des institutions afin d'y proposer différentes interventions assistées par l'animal:

- Activités assistées par l'animal (homes et écoles)
- Pédagogie assistée par l'animal (camps et programmes à long terme)
- Thérapies assistées par l'animal (concepts individualisés en fonction de différents besoins)

Dans le cadre de ma formation, j'effectue mon travail personnel sur le thème de la peur des chiens. Travaillant régulièrement au sein du musée du Barryland, il m'arrive d'être confrontée à des visiteurs ayant peur de nos chiens, ce que je trouve particulièrement dommage car avec certains de nos chiens on pourrait vraisemblablement aider ces personnes à atténuer leur peur ou même dans certains cas la faire disparaître.

Tout au long de mon exposé, je vais vous parler du sentiment que l'on ressent lorsque nous avons peur, de quoi pourrait venir la peur de cet animal pourtant considéré comme proche de l'homme, des dangers qu'il pourrait y avoir si on ne sait pas comment agir correctement et évidemment de pouvoir mieux comprendre ce que les chiens ressentent et de la bonne manière dont il faut les aborder.



Qu'est ce que la peur?

Définition:

1. Sentiment d'angoisse éprouvé en présence ou à la pensée d'un danger, réel ou supposé, d'une menace.
2. Appréhension, crainte devant un danger, qui pousse à fuir ou à éviter cette situation.

Comment se manifeste t'elle ?

La peur peut se manifester de plusieurs manières que ce soit physiquement ou psychologiquement, voici quelques exemples de symptômes de la peur:

Symptômes Physiques:

Tremblements

Transpiration abondante

Accélération du rythme cardiaque

Accélération de la respiration

Pleurs

Cris

Tétanisation

Symptômes psychologiques:

Stress

Insomnies

Fatigue

Susceptibilité

La peur des chiens s'appelle : La Cynophobie

La cynophobie

La peur des chiens peut atteindre tout types de personnes différentes; des enfants, des adultes, des personnes âgées, des personnes en situation de handicap,.. cette peur peut vraiment atteindre tout le monde.

Souvent la cynophobie se développe lorsque nous nous faisons mordre ou poursuivre par un chien.

Elle peut aussi se transmettre de parents à enfants lorsque ceux-ci en ont eux-mêmes peur. Lorsqu'un parent a peur d'un chien, il va aussi avoir peur pour son enfant, il va vouloir le protéger en lui disant de ne pas s'approcher du chien ou va montrer des signes de frayeur que l'enfant va assimiler à l'animal.

Plus rarement, la cynophobie peut se développer à la vue d'une simple bagarre entre chiens ou lorsque nous avons été témoin d'une attaque.

Certaines personnes peuvent avoir peur seulement d'une race précise ou d'un groupe de chiens.

Les chiens qui font le plus peur sont généralement les molosses comme le doberman, le pitbull ou le rottweiler qui sont souvent utilisés comme chiens de garde ou les chiens de la race berger allemand ou les chiens de bergers belges malinois qui eux sont plutôt dressés pour servir comme chiens policiers.

(A savoir que le Saint-Bernard fait parti du groupe des molosses mais que grâce à son allure "pataud" et au film "Beethoven" il est souvent apparu comme un gentil chien.)

La cynophobie peut être très handicapante dans la vie de tous les jours. Au jour d'aujourd'hui, il est de plus en plus fréquent de croiser des chiens lors d'une balade en ville, d'un diner chez des amis ou simplement en sortant de chez nous car les voisins en possède un.



Résultats du sondage

Afin de compléter mon travail personnel, j'ai eu la chance d'effectuer un sondage au sein des visiteurs du Barryland (Martigny) et via les réseaux sociaux.

Peur des chiens ?:

Il en est sorti que 56,1% personnes sont atteintes de la cynophobie dont 9,6 % ont peurs de tous les chiens alors que 46,5% ont peurs uniquement de certains chiens. 14 % ont aussi avoué avoir ressenti cette peur par le passé.

L'intensité de la peur ?:

En ce qui concerne l'intensité des symptômes de la cynophobie, plus de la moitié (54,9%) ont affirmé pouvoir se laisser approcher par l'animal mais sans pour autant se sentir tranquille. Cependant 26,4% ne veulent pas que le chien les approchent mais restent plutôt calmes. Et enfin 18,7 % des personnes ressentent de la peur avec intensité et sont obligées de s'éloigner de l'animal pour se sentir mieux.

L'origine de la peur ?:

Une faible partie de la population répondant à mon sondage (1,8%) semble être atteint de cynophobie à cause de la transmission de la peur d'un de leur parent. Seulement 3,5 % en ont peur à cause de la taille du chien qui peut parfois être imposante. La majorité (45,6%) développent un sentiment de mal être à cause du comportement du canidé qui peut par exemple aboyer, grogner ou simplement les fixer. 28,9 % ont développé cette phobie lors d'une mauvaise expérience de types morsures ou attaques. Egalement 28.9% ont développé ces sensations pour des raisons inconnues.

L'occasion de surmonter sa peur ?:

Lors de ce sondage, j'ai aussi pu demander aux personnes cyno phobiques s'ils avaient déjà eu l'occasion de surmonter cette peur et il faut savoir que 33,3% ont réussi à surmonter leur peur avec succès mais aussi 33,3% aimeraient pouvoir passer ce cap mais n'en ont pas encore eu l'occasion. Malheureusement, 15,6% ont eu l'opportunité d'affronter leur phobie mais cela n'a pas été concluant. Cependant, 17,8% ont avoué ne pas forcément avoir l'envie d'essayer de se confronter à leur phobie.

Se comporter correctement avec un chien inconnu ?:

Bien heureusement, la plus grande partie (71,1%) ont répondues savoir se comporter correctement en présence de chiens qu'ils ne connaissent pas mais, il reste encore une partie (28,9%) qui disent ne pas savoir le comportement adéquat à adapter.

La thérapie assistée par l'animal ?

Pour conclure mon sondage, j'ai demandé aux personnes s'ils avaient déjà entendu parler de la thérapie assistée par l'animal. 57,9% ont répondu qu'ils en avaient déjà entendu parler contre 42,1% qui n'en ont jamais entendu parler.

Conclusion du sondage

Pour la plus grande partie, la cynophobie se développe à cause du comportement de l'animal et même si pour la plupart, les symptômes sont assez faibles et qu'ils osent approcher le chien sans pour autant se sentir à l'aise, il reste encore trop de monde qui ne savent pas "lire dans le chien". Connaître le comportement du chien, les signaux d'apaisements, et comment nous devons nous comporter avec lui font parti des choses primordiales à savoir pour éviter tout accident et certainement qu'une fois que l'on connaît ces choses là, cela permettrait peut-être de réduire cette phobie.



Quels sont les dangers?

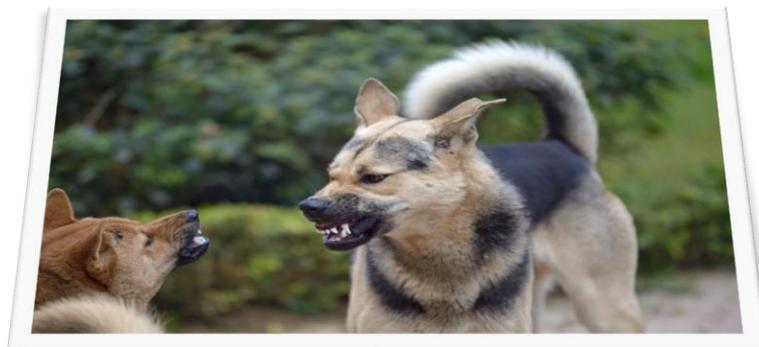
Lorsque les humains sont confrontés aux chiens et qu'ils en ont peur, il est important pour l'humain de pouvoir comprendre le chien et son langage. Sans quoi il risque d'y avoir une incompréhension entre les deux êtres et c'est à ce moment là que plusieurs dangers peuvent arriver, tant pour les humains que pour les chiens.

Sous le coup de la peur, les êtres humains peuvent avoir plusieurs réactions. Si pour une partie d'entre eux la première va être de se tétaniser, pour d'autres, les réactions vont peut-être varier entre de l'excitation, la fuite ou la violence.

Dans l'excitation, il se peut que par exemple, un enfant agite ses bras de manière rapide, ce que l'animal pourrait prendre comme un jeu, ce qui l'attirerait encore plus ou qui l'inciterait à l'attraper, ce qui pourrait causer des blessures.

Dans la fuite, lorsque quelqu'un se met à courir devant un chien, cela pourrait réveiller l'instinct de chasse du chien. Comme le chien descend du loup, certains chiens ont encore cet instinct de chasse enfoui en eux et il se réveille lorsqu'un animal ou une personne se met à courir vite devant eux. C'est alors à ce moment là que le chien peut devenir dangereux et qu'il va vouloir attraper sa "proie".

Puis, il y a la violence, si une personne a peur du chien, il se peut que celle-ci aie envie de se défendre face à la menace qui l'entoure, en l'occurrence, dans cette situation, le chien. Cela peut donc être un danger pour le chien car il se peut qu'il reçoive un ou plusieurs coups par cette personne ou inversement, si le chien se sent menacer par les coups de l'humain, il va peut être vouloir se défendre lui aussi et risque de blesser.



Pourquoi les chiens sont-ils intéressés par les gens qui en ont peur?

Avez-vous déjà eu l'occasion d'observer comment un chien se comporte lorsqu'il est en présence de personnes qui ont peur de lui ?

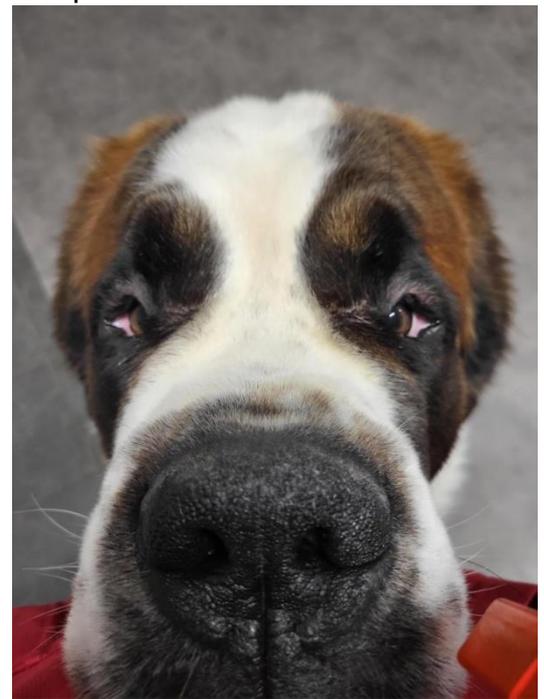
Et bien, dans la plupart des cas, le chien va être attiré par ces personnes et va vouloir aller les renifler. Pourquoi ? Nous les humains, nous sécrétons des odeurs naturellement et de manière totalement incontrôlable que ça soit lorsque nous avons peur, lorsque nous sommes stressés, en colère, enfin, peu importe notre sentiment, nous sécrétons ce que les experts appellent des chimiosignaux.

Les chiens, ayant des capacités olfactives beaucoup plus développées que les notre, entre 10'000 et 100'000 fois plus importantes, sont capables de percevoir ces chimiosignaux dès les premiers instants de présence avec les humains.

En effet, l'odorat du chien est son sens le plus développé, ses yeux et ses oreilles étant fermés lors de sa naissance, c'est avec l'odorat qu'il arrive à retrouver sa maman et à se conduire jusqu'aux mamelles pour se nourrir. C'est aussi le seul sens qui avec l'âge restera intact alors que les autres sens se dégraderont gentiment.

Lorsque une personne dégage plus de chimiosignaux, le chien va être plus curieux d'aller voir cette personne pour pouvoir bien renifler son odeur plutôt que de quelqu'un d'autre qu'il aura eu le temps de sentir plus rapidement.

Pour les canidés, l'odorat fait aussi parti de leur outil de communication, c'est avec cela que lorsqu'ils se croisent, ils peuvent savoir si ils ont affaire avec un mâle ou une femelle, si celle-ci va arriver en chaleurs ou même si elle est portante. Vous l'aurez compris, l'odorat du chien est certainement la chose la plus importante pour lui.



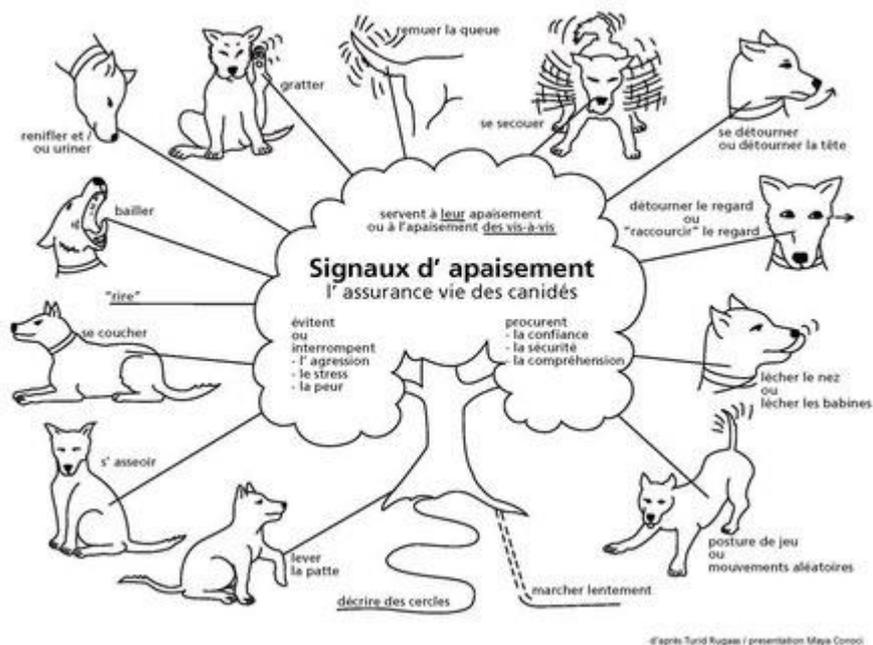
Comprendre le comportement du chien

Pour comprendre le comportement des chiens, il faut d'abord savoir comment ils communiquent.

Même si les chiens aboient et savent donner de la voix, ce n'est pas comme cela qu'ils communiquent. Les chiens ont un langage corporel très sophistiqué, ils utilisent entre eux ce qu'on appelle des signaux d'apaisements. Ces signaux permettent aux chiens de communiquer entre eux pour éviter les conflits mais aussi pour communiquer avec nous les humains. En effet, les animaux et donc les chiens ne peuvent pas nous parler directement et nous communiquent donc comme ils ont appris avec leurs confrères.

Il existe des tonnes de signaux d'apaisements chez les chiens, en voici quelques-uns:

- Détourner le regard
- Se lécher la truffe
- Bailler
- Cligner des yeux
- Se gratter
- Baisser les oreilles
- Mâchouiller dans le vide
- Se frizzer



Première approche avec un chien:

La première approche avec le chien est le moment le plus important pour lui et pour la personne qui s'en approche.

Effectivement, grâce à leurs capacités olfactives, les canidés peuvent déjà sentir à distance l'humeur de l'humain qui s'en approche. C'est alors à ce moment-là, que les chiens se font leur première opinion s'ils peuvent déjà faire confiance en la personne qui va venir à sa rencontre ou non. En fonction de son ressenti, le chien va se montrer enjoué à l'idée d'avoir un contact avec cette personne ou peut alors se montrer plus sur la réserve et va donc démontrer quelques signaux d'apaisements.

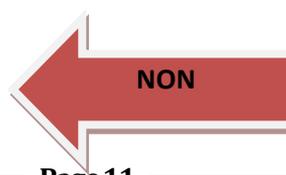
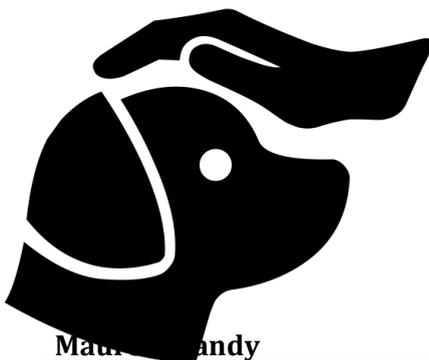
Il est important que la personne qui s'approche soit calme et fasse le moins de gestes brusques possible pour que le chien ne prenne pas peur. L'idéal serait de rester statique et de laisser le chien venir nous renifler, qu'on lui tende la main ou non, il est impératif que l'animal puisse bien nous examiner pour savoir à qui il a à faire.

Une fois le premier contact établi et que le chien a "validé" l'humain en face de lui, cette personne est autorisée à le caresser, mais, **attention pas n'importe où !**

L'endroit préféré des chiens pour des gratouilles reste sous le cou ou derrière les oreilles mais cela dit, on peut dans l'idéal les caresser sur le dos ou sur les cotés. Dans des cas particuliers où le chien se sent vraiment à l'aise et en confiance, il va se coucher sur le dos de façon à se que l'on puisse le caresser sur le ventre.

Souvent, on peut observer une majorité des gens faire la même erreur: caresser sur la tête.

Effectivement, contrairement aux croyances de beaucoup de monde, les chiens n'aiment pas être caresser sur la tête. Comme la main de la personne qui caresse vient du haut, cela peut être perçu comme un signe de dominance sur le chien et n'est pas très apprécié de celui-ci.



Exemples d'exercices:

Avant tout exercices, il est important de clarifier certaines règles.

En premier lieu, demander quelles sont les craintes des personnes vis-à-vis du chien. Définir un endroit, par exemple une couverture, qui sera le lieu du chien et uniquement son lieu à lui, c'est à dire que personne n'a le droit de le caresser lorsqu'il est à cet endroit précis. Instaurer le calme au sein du groupe.

Ensuite, nous pouvons présenter le chien, puis, si les participants sont partants, procéder à une première approche dans les règles de l'art.

Une fois la première approche effectuée avec succès, nous pouvons commencer à faire quelques petits exercices ou petits jeux.

Exercice n° 1: Apprendre à donner une friandise

Cet exercice est un exercice idéal pour réussir à vaincre sa peur des canidés. Il s'agit de donner une friandise à l'animal. Pour ceci, il existe différents "niveaux" de difficulté, le plus facile est de poser la friandise sur le sol, puis de laisser le chien la manger tranquillement. Le niveau moyen est de prendre une louche, de déposer la friandise à l'intérieur puis de tendre la louche vers le chien pour qu'il puisse l'attraper. Et enfin, le niveau le plus difficile est de lui donner la friandise en main propre. Pour ceci, il faut mettre la friandise au coeur de sa main et de la tendre, ainsi, le chien pourra venir chercher sa friandise délicatement.

Exercice n°2: A l'aveugle

Cet exercice est un jeu qui peut paraître compliqué lorsqu'on a peur des chiens mais une fois qu'il est réalisé, il permet d'avoir beaucoup de fierté pour soi même. Il consiste à faire confiance aux autres et au chien qui nous accompagne. Pour cet exercice, nous avons besoin de deux personnes, une qui tient le chien en laisse, puis la deuxième personne qui a les yeux bandés et qui se tient au chien avec un harnais. La personne qui guide le chien fait un petit tour ou un petit parcours et donc la personne avec les yeux bandés se laisse guider par le chien et l'autre personne.

Si la personne aux yeux bandés a très peur, on peut adapter en ajoutant quelqu'un pour lui tenir la main, pour qu'il soit rassuré.

Résumé

Pour résumé, la cynophobie, la peur des chiens est une peur qui est encore très fréquente au jour d'aujourd'hui et qui peut toucher tout genre de personnes, de tout âge.

Suite à un sondage, nous avons pu observé qu'il existe plusieurs degrés de peur et que celle-ci peut provenir de plusieurs éléments différents tel qu'une peur transmise de parent-enfant ou dû à une agression.

Il existe aussi plusieurs dangers dû à cette peur, que ce soit pour l'animal ou pour l'humain, c'est pour ceci qu'il est important de savoir comment bien se comporter en présence d'un chien et comment le chien fonctionne.

Je vous ai ensuite parler des facultés olfactives des chiens, de leur capacité à nous reconnaître si rapidement et de sentir notre humeur. Il est vrai qu'avec leur odorat sr-puissant, rien ne peut leurs échapper et ils peuvent facilement sentir lorsque nous avons peur d'eux.

Les signaux d'apaisement: il existe une quantité de signaux d'apaisement. Ces signaux permettent aux chiens de communiquer entre eux mais aussi de communiquer avec nous. Effectivement les chiens ne pouvant pas parler, ils communiquent avec les humains comme ils ont appris lors de leur période d'apprentissage.

Et enfin, la première approche avec un chien, la période la plus importante, celle qui va déterminer si le chien va vous faire confiance ou non. Il est vrai que beaucoup de monde ignore encore comment approcher un chien pour la première fois. Je trouve ceci important d'en parler et de faire connaître la démarche à avoir pour pouvoir éviter les accidents et pour permettre aux gens de mieux comprendre le fonctionnement du chien. Avec toutes ces précautions et ces connaissances, j'espère pouvoir faire diminuer le taux de personnes atteintes de cynophobie et de pouvoir aider ces personnes à vaincre leur peur.

Merci de votre lecture.

Sources

<https://fr.virbac.com/home/actualites/chiens-sentent-la-peur>.

<https://www.futura-sciences.com/planete/questions-reponses/chien-nos-chiens-sentent-ils-lorsque-nous-sommes-malades>

<https://lemagduchien.ouest-france.fr/dossier-966-odorat-chien.html>

<https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/moteur-de-recherche/segments/chronique/359730/canin-odeur-nez-renifler-museau-science>

<https://www.doctissimo.fr/animaux/chien/caracteristiques-chien/l-importance-de-la-truffe-du-chien>

<https://www.respectdogs.fr/les-signaux-dapaisement-du-chien/>

<https://www.lasantedemonchien.fr/mon-chien-au-quotidien/signaux-apaisement/>

<https://www.fondation-barry.ch/fr/>

Documents reçu lors des cours "Barry Social"