

L'EMDR Animal est une approche d'accompagnement émotionnel destinée aux animaux, principalement aux chiens, chats, lapins, NAC, chevaux, qui vivent un stress important, des peurs, des traumatismes ou certains comportements liés à une mauvaise expérience passée.

Concrètement, beaucoup d'animaux gardent une "trace émotionnelle" après un événement marquant :

- abandon,
- maltraitance,
- attaque par un autre chien,
- accident,
- peur des humains,
- anxiété de séparation,
- phobie des bruits,
- stress chronique,
- hypervigilance,
- réactions agressives liées à la peur.

L'objectif de l'EMDR Animal est d'aider l'animal à "digérer" émotionnellement ce qu'il a vécu, pour diminuer l'intensité du stress et retrouver un état plus apaisé.

Cette méthode s'inspire de l'EMDR utilisé chez l'humain (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), une approche reconnue dans le traitement des traumatismes. Chez l'animal, le travail est évidemment adapté : il ne s'agit pas de faire "parler" le chien, mais d'observer son comportement, ses réactions émotionnelles et ses signaux corporels afin de travailler progressivement sur son état émotionnel.

Les séances se font toujours dans le respect du rythme de l'animal, sans contrainte ni violence. Elles peuvent inclure :

- des exercices de désensibilisation progressive,
- du travail émotionnel,
- des stimulations sensorielles adaptées,
- des techniques d'apaisement,
- de l'observation comportementale,
- et une relation de confiance essentielle avec le chien.

L'EMDR Animal ne remplace pas un vétérinaire ni un éducateur canin ou comportementaliste animalier, c'est une aide précieuse pour améliorer son bien-être émotionnel et sa qualité de vie.

Dans la majorité des cas, plusieurs séances sont nécessaires pour obtenir un changement durable, surtout lorsque les peurs ou les traumatismes sont installés depuis longtemps.