



erg-go!
INSPIRATION

QUAND LA THÉRAPIE SE FAIT EN MER

JUILLET 2018

JULIE COULOMBE, D.O., 97-175



JULIE COULOMBE EST OSTÉOPATHE DEPUIS 1997, DIPLÔMÉE DU COLLÈGE D'ÉTUDES OSTÉOPATHIQUES DE MONTRÉAL (CEO). ELLE DÉTIENT AUSSI UN BACCALURÉAT EN ERGOTHÉRAPIE DE L'UNIVERSITÉ MCGILL (1989). LA PÉDIATRIE ET LA PÉRINATALITÉ SONT SES SPÉCIALITÉS, MAIS ELLE REÇOIT UNE CLIENTÈLE DE TOUT ÂGE, EN CLINIQUE PRIVÉE. ELLE A TRAVAILLÉ DANS DIVERS MILIEUX : CENTRE DE MATERNITÉ, CLINIQUE PRIVÉE, MILIEU HOSPITALIER, SCOLAIRE ET INSTITUTIONNEL. L'ENSEMBLE DE SES EXPÉRIENCES LUI DONNE UNE VISION GLOBALE DE L'HUMAIN QU'ELLE TRANSPOSE DANS LA VARIÉTÉ DES THÉRAPIES QU'ELLE PRATIQUE. LE TEXTE SUIVANT RELATE UN VÉCU PARTICULIÈREMENT ENRICHISSANT DE CETTE PRATIQUE.

F AIRE UN PAS VERS LA RÉALISATION D'UN RÊVE

En juillet 2017, j'ai eu la chance de réaliser un rêve qui m'habitait depuis 25 ans : faire un stage dans un centre qui offre de la thérapie assistée par les dauphins. Lors de mes études en ergothérapie, j'avais découvert des endroits qui offrent à des enfants ayant diverses problématiques un contact avec le dauphin dans un cadre de réadaptation. Durant toutes ces années où la vie m'a conduite vers d'autres chemins (entre autres, vers un changement de carrière qui m'a amenée à devenir ostéopathe), l'idée a continué de m'habiter.

En novembre 2016, des recherches effectuées sur internet m'ont permis de découvrir le site de *Water Planet*. Cette compagnie offre des programmes de thérapie assistée par les dauphins sauvages ainsi que de l'écotourisme à Panama City en Floride. Au cours de l'été, quatre personnes sont choisies chaque mois pour participer aux programmes thérapeutiques à titre d'internes. En plus de répondre à mes objectifs en tant que thérapeute, le cadre du stage correspondait à mes exigences éthiques personnelles. En effet, il était important pour moi de m'assurer que le centre offrant la thérapie assistée par les dauphins ait une conscience éthique aiguisée. Entre autres, qu'il se conforme à la loi qui protège les animaux sauvages, permettant ainsi une interaction humain-dauphin qui respecte ce dernier et qui ne module pas son comportement (à l'inverse de centres qui utilisent des dauphins captifs). En somme, un endroit où l'humain peut rencontrer des

dauphins libres dans leur environnement naturel. La compagnie Water Planet répondait à tous mes critères.

DEVENIR INTERNE EN DELPHINOTHÉRAPIE

Le 1er juillet 2017, j'ai donc quitté ma famille pour vivre, pendant un mois, une des plus grandes aventures de ma vie : en compagnie de trois autres internes, j'allais participer activement à la planification et à l'animation des sessions thérapeutiques permettant aux enfants de rencontrer des dauphins. Mes partenaires étaient originaires de divers endroits en Europe et en Amérique, enrichissant ainsi la diversité culturelle du groupe. Bien que nous arrivions toutes avec des expériences différentes (dans mon cas une pratique pédiatrique en ostéopathie teintée de ma formation antérieure en ergothérapie), nous étions toutes néophytes en ce qui a trait à la delphinothérapie. La première semaine, se déroulant principalement sur les bateaux, a donc été consacrée à notre formation et orientation. Au cours de celle-ci, nous nous sommes familiarisées avec la philosophie des programmes, les règlements protégeant les dauphins ainsi que les notions de conservation de la faune et de la flore marine. Nous avons également pris connaissance de nos responsabilités en tant que membres d'équipage sur le bateau et du déroulement des sorties en mer. Nous avons également pu développer notre confiance et notre compétence lors des plongées en apnée avec les enfants.

Au cours de cette semaine, notre clientèle était composée de familles qui venaient vivre pour une

demi-journée l'expérience de cette rencontre en mer avec des dauphins sauvages. Même s'ils considéraient souvent cette sortie comme une simple activité s'additionnant aux autres qui étaient planifiées au cours de leurs vacances, je pouvais constater qu'elle avait un impact sur eux.

Passer quatre heures en pleine mer sur un bateau est d'une intensité physique et émotionnelle rarement vécue au quotidien. Il faut s'imaginer tout ce qu'une thérapie assistée par le dauphin implique. D'abord, il faut sauter du bateau pour plonger dans la mer, immense, impressionnante et agitée par les vagues. Même de très bons nageurs sont déstabilisés lors de leur premier saut à l'eau. Vient ensuite la rencontre avec les dauphins et la multitude d'émotions qu'elle suscite. Pour certains, apparemment détachés de la situation depuis l'embarquement au quai, c'est un éveil à la simple approche des dauphins et pour la plupart, après une première rencontre en apnée dans la mer, c'est l'explosion de joie. Ainsi, avant même d'avoir pris part au programme thérapeutique officiel, j'ai pu constater quelques-uns des bienfaits thérapeutiques de la delphinothérapie.

Lors de cette première semaine, nous avons aussi planifié nos programmes thérapeutiques. À l'aide d'un profil rempli par les parents lors de l'inscription, nous avons déterminé les objectifs et planifié les activités thérapeutiques appropriées ainsi que le matériel nécessaire. Comme nous avons toutes des expériences dans des domaines variés (éducation spécialisée, neuropsychologie, thérapie du sport, ostéopathie, ergothérapie et biologie marine), chacune y mettait sa couleur, ajoutant ainsi une richesse qui est propre aux échanges interdisciplinaires en milieu clinique. Lors des trois semaines de stage suivantes, nous avons ajusté notre planification selon l'individualité des participants et le type de programme choisi par ceux-ci (« Harmony » ou « Serenity »).

« HARMONY » : LE CONTACT DE LA MER ET DE L'EAU

L'objectif du programme « Harmony » est d'offrir aux enfants avec ou sans leur famille, l'opportunité de vivre une expérience enrichissante favorisant l'expression et l'ouverture de soi dans un contexte

relationnel et naturel. À travers ce programme, nous avons reçu des enfants ayant des atteintes légères au plan physique, émotionnel ou mental nécessitant des soins particuliers. La majorité des enfants qui ont participé au cours de l'été avaient un diagnostic de trouble du spectre de l'autisme. Le grand défi pour le thérapeute est de s'adapter à la diversité de cette clientèle. Par conséquent, outre une préparation rigoureuse, un des atouts de ce programme est de fournir un ratio adulte/enfant extrêmement bas (1 : 1, quelquefois 2 : 1).

Les capacités d'adaptation de l'enfant sont également mises à l'épreuve lors de la rencontre avec les dauphins sauvages, mais aussi par l'environnement naturel en constant changement. En effet, il est difficile de maintenir une routine fixe sur le bateau, car la façon d'agir varie rapidement selon l'état de la mer (calme ou agitée), selon la manière dont les dauphins approchent, etc. Pour certains enfants, réussir à accepter ces changements et les moments d'attente qu'ils peuvent générer dans le calme représente le défi de leur semaine. Ceci me rappelle une adolescente que j'ai rencontrée qui aimait tellement le contact de l'eau qu'après chaque plongée, la remontée par l'échelle sur le bateau la mettait en état de détresse. L'aide de trois internes dans l'eau et de quelques adultes à bord était alors nécessaire pour contrer sa résistance à remonter sur le bateau. Le troisième jour, au grand plaisir de tout le monde, elle a compris la séquence plongée-remontée et a commencé à collaborer. La demande physique des sauts en mer pour cette jeune, qui présentait une hypotonie, était particulièrement grande, mais lui a aussi permis un gain en force musculaire notable en quelques jours seulement, améliorant ainsi également son équilibre sur le bateau.

Les sorties en mer sont un cocktail de stimulations sensorielles, généreusement fournies par la nature combinant plusieurs éléments tels que le vent, le soleil, l'eau, le sable, les algues, les coquillages, le roulis des vagues, les bruits du bateau ainsi que l'observation de dauphins et d'autres espèces marines. De tous côtés, les sens sont bombardés pour le plus grand plaisir de certains, mais amenant un défi de taille à d'autres qui ne peuvent pas se

[suite page 04]

retirer de cet environnement, et donc de ces stimulations, à leur convenance. Par l'encouragement, l'accompagnement et la souplesse offerts durant les activités en mer, nous réussissions à aider ces enfants à profiter de toutes ces stimulations. Ainsi, des périodes de jeu dans le sable amènent une stimulation tactile profonde tout en réduisant l'hyperstimulation auditive et vestibulaire du bateau. La baignade en eau peu profonde offre la possibilité de ressentir la sensation d'apesanteur induite par le fait de flotter dans l'eau tout en étant dans un cadre sécurisant, loin de l'immensité de la mer au large. L'observation des bancs de poissons permet un contact avec la faune marine plus accessible pour certains que la brève rencontre des dauphins en mer. Se faire agiter par les vagues déferlantes près du bord de l'eau est aussi une activité adaptée moins envahissante que le roulis du bateau dans les vagues. C'est ainsi que même pour les enfants présentant un trouble de modulation sensorielle important, l'expérience de la delphinothérapie s'accompagne de bénéfices collatéraux importants.

« SERENITY » ET LA RENCONTRE UNIQUE ENTRE UN ENFANT ET UN DAUPHIN

Au cours du mois, nous avons accueilli Ricardo et sa famille pour le seul programme « Serenity » qui a eu lieu au cours de l'été. C'est un programme de quatre jours qui s'adresse à une clientèle ayant un handicap lourd. Il permet de vivre une expérience où les journées se partagent entre la rencontre avec les dauphins sauvages et des activités thérapeutiques telles que le Watsu, la thérapie craniosacrée, des ateliers d'art-thérapie, de musicothérapie, d'intégration sensorielle et de thérapie aquatique. La réadaptation motrice était sous la responsabilité d'une équipe de physiothérapeutes et notre groupe d'internes était responsable d'animer tout le reste des activités thérapeutiques.

Ricardo est un jeune de 14 ans présentant une quadriparésie spastique et une déficience intellectuelle sévère. Il est non verbal et a une gastrostomie pour s'alimenter. La santé de Ricardo est fragile et il souffre facilement d'hypothermie. Lors de ce programme, plusieurs défis ont été relevés, car en plus d'une condition physique compliquant les

sorties en mer, l'ensemble des activités devaient être adaptées afin d'inclure et d'intéresser tous les membres de la famille de Ricardo, tout en s'assurant du bienfait thérapeutique pour ce dernier. Par exemple, lors des jeux en piscine avec ses frères et sœurs, une attention particulière a été portée à la mobilisation passive articulaire de Ricardo. En art-thérapie (peinture sur t-shirt), il a participé en décubitus ventral afin de favoriser l'extension vertébrale et le dégagement des voies respiratoires. L'intégration de tous les membres de la famille lors des activités leur a permis de vivre une expérience positive avec lui, sans que le handicap de ce dernier ne soit un obstacle, amenant ainsi un sentiment de "véritables" vacances. Ainsi, au fil de la semaine, nous avons observé l'épanouissement et le ressourcement de la famille, tellement rares pour les aidants naturels. Cette semaine a été un partage enrichissant pour tous.

Un autre défi pour nous a été d'établir la meilleure procédure permettant la rencontre en mer entre Ricardo et les dauphins. Nous avons d'abord déterminé en piscine le type de soutien dont celui-ci avait besoin afin d'assurer sa sécurité. Celui-ci nécessitait une flottaison appropriée afin d'éviter l'ingestion d'eau, la condition de Ricardo ne permettant pas le port d'un masque. Il était également nécessaire de protéger sa gastrostomie. De plus, tout choc pouvant provoquer des blessures devait être évité à l'entrée à l'eau ou lors de la remontée sur le bateau et le portage sur celui-ci. Il fallait aussi agir suffisamment rapidement pour prévenir l'hypothermie dans la mer et sur le bateau, celle-ci pouvant survenir en seulement quelques minutes. Ensuite, lors des sorties en mer, tous les membres de l'équipe ont été mis à profit pour permettre à Ricardo de vivre cette expérience : le capitaine repérait les dauphins, plaçait le bateau, et dirigeait la mise à l'eau, deux internes déposaient Ricardo à l'eau et assuraient sa remontée sur le bateau et les deux autres l'accueillaient dans l'eau et le dirigeaient à la rencontre des dauphins.

¹ Le watsu est une technique de relaxation accompagnée, et pratiquée dans un bassin d'eau de mer. Cette technique a été développée par Harold Dull en 1980, et peu à peu introduite en France. Il n'y a que quelques centres de thalassothérapie qui appliquent et développent cette technique (docteurclic, s.d.).

J'ai vécu une expérience profondément enrichissante et émouvante lors de ces plongées avec Ricardo et les dauphins; une expérience qui m'a fait vivre la puissance du pouvoir thérapeutique de ceux-ci. Pendant quelques jours, à plusieurs reprises, nous avons plongé à l'eau avec Ricardo, à la rencontre des dauphins sans savoir si ces plongées avaient réellement un effet sur lui, car il manifestait très peu de réactions. Lors d'une sortie, alors que ma collègue et moi accompagnions Ricardo vers un dauphin solitaire, ce dernier s'est arrêté face à nous et a fait une culbute avant de faire demi-tour. Il est ensuite revenu face à nous, puis a refait une autre culbute. Même pour ma collègue et moi-même, c'était un spectacle magique! Nous avons l'impression que le dauphin voulait vraiment établir un contact avec Ricardo. Quelques secondes après la deuxième culbute du dauphin, Ricardo a éclaté d'un rire sonore; c'était la première fois que nous l'entendions communiquer autrement qu'avec des bruits témoignant des inconforts! Cet éclat de rire a suscité une réaction chez tous les témoins de cette scène inoubliable : cris et larmes de joie, d'excitation et d'incrédulité ont suivi cette interaction privilégiée entre un enfant et un dauphin.

Vous pouvez visionner la vidéo suivante afin d'avoir une idée du déroulement de ce programme avec Ricardo :

<https://www.facebook.com/WaterPlanetUSA/videos/10155324517047419/>

9 MOIS PLUS TARD

Le recul éclaire mes pensées par rapport à l'expérience globale que j'ai vécue au cours de ce mois. À 50 ans, suite à 20 ans de pratique, je me suis replongée dans une position d'apprentie, dans un contexte thérapeutique nouveau, partageant mon quotidien et mon habitation avec des personnes extraordinaires, pour la plupart beaucoup plus jeunes que moi. J'ai retrouvé mes aptitudes aquatiques et j'ai mis à l'épreuve mes capacités physiques dans un contexte nouveau.

Je porte en moi le souvenir de chaque enfant que j'ai rencontré et je suis fière d'avoir été témoin de ces moments marquants de leur vie. Il m'est impossible

de connaître avec certitude l'impact que la delphinothérapie a eu sur les enfants participant aux programmes thérapeutiques, mais je peux vous partager celle qu'elle a eu sur moi. Chaque fois que je repense au mois de juillet 2017, la joie et une paix intérieure envahissent mon cœur. Ce sentiment m'est familier puisque c'est celui que j'ai ressenti pendant 30 jours, lors de chaque rencontre avec un dauphin. Ayant accompli mon rêve, je peux me reconnecter, sans nostalgie, à cet état qui s'est imprimé, au fil de rencontres avec les dauphins, dans ma mémoire.

RÉFÉRENCES

Docteurclic (s.d.). Watsu. Repéré à <http://www.docteurclic.com/encyclopedie/watsu.aspx>

Pour joindre l'auteure : j.coulombe@videotron.ca

