

Comment gérer et surmonter la perte de son animal de compagnie

Rencontre avec le Dr Marina von Allmen-Balmelli

Le Dr Marina von Allmen-Balmelli, au même titre que ses confrères et consœurs, est appelée à pratiquer ce geste extrême qu'est l'euthanasie. Empli de respect, de dignité et, comme le souligne la vétérinaire neuchâteloise, «d'amour infini», ce rendez-vous avec la mort, elle le partage non seulement avec l'animal, mais aussi avec le propriétaire de ce dernier qui, plongé dans le désarroi, va devoir vivre ce moment de séparation définitive avec son compagnon, puis apprendre à gérer sa tristesse, son deuil, l'absence de l'ami fidèle. Pour aider les gens à surmonter leur chagrin, pour les accompagner dans la gestion et la compréhension de ce deuil, Marina von Allmen-Balmelli a initié à leur intention un cercle de parole se déroulant sur plusieurs soirées structurées par des thèmes de réflexion précis.

Petit ange, avec d'infinies précautions tu prends par ta petite main un gros chien noir éteint.

(Marina von Allmen-Balmelli)

Comment sont nés ces séminaires ou cercles de paroles ?

En tant que vétérinaires, nous sommes régulièrement confrontés à la mort et au chagrin que représente, pour le propriétaire, la perte de son animal de compagnie. Une fois l'euthanasie pratiquée, nous restons avec la personne, nous l'écoutons évoquer ses souvenirs, raconter son parcours de vie avec son compagnon. Nous partageons avec elle des instants de grande intimité. Mais après ces moments chargés d'émotion, comment cela se passe-t-il ? Comment la personne va-t-elle vivre son deuil, surmonter son chagrin ? Pourra-t-elle faire part de son désarroi à des membres de sa famille, des amis, sera-t-elle écoutée ? Est-ce qu'on respectera sa tristesse sans se moquer d'elle ? Pour tenter de répondre en partie à ces questions, pour aider les propriétaires à préparer, puis à gérer le deuil de leur animal, pour aborder avec eux ce délicat sujet qu'est la mort, l'euthanasie, sans oublier des notions essentielles comme le doute et la culpabilité qui accompagnent ces moments extrêmes, nous avons mis à leur disposition, dans notre cabinet vétérinaire, une brochure.

Dans ce document qui répondait à une véritable attente de la part des propriétaires d'animaux, j'invitais aussi les gens à prendre contact avec moi s'ils avaient besoin d'une écoute, d'un temps de dialogue, s'ils ressentaient l'envie de parler de la mort de leurs animaux. Cependant, je me suis rendue compte très vite que ces brefs moments d'écoute ne suffisaient de loin pas et qu'ils étaient difficilement conciliables avec le rythme de travail que nous impose la pratique quotidienne de la médecine vétérinaire. J'ai donc décidé de donner une véritable structure à ces temps de parole, pour permettre aux personnes qui le désirent, de franchir les étapes essentielles caractérisant le cheminement du

deuil. C'est comme ça que j'ai créé ces séminaires ou cercles de parole.

Comment se déroulent ces rencontres ?

Le groupe est constitué de cinq à huit personnes qui participent à cinq soirées portées chacune par un thème de réflexion donné à l'avance aux participants. Sur demande des participants, il peut arriver que des personnes ayant déjà participé à ces cercles de parole viennent témoigner de leurs expériences, lors de la cinquième rencontre.

Lors de la première soirée, les membres du groupe évoquent leurs souvenirs avec leurs animaux, font connaissance, créent des liens entre eux. C'est en général une séance assez détendue, qui permet aux personnes de ne pas rester sur le seul souvenir du moment de la séparation.

La deuxième rencontre est plus difficile, plus lourde, car on y aborde la mort de l'animal et la manière dont elle a été vécue par chaque propriétaire. Je propose alors différentes pistes de réflexion aux participants, je les invite aussi à laisser libre cours à leurs émotions, à ne pas combattre les vagues de chagrin qui les submergeront pendant les semaines qui suivent cette soirée.

Lors des rencontres suivantes, nous travaillons notamment sur les blocages qui empêchent la personne de faire son deuil, d'accepter cette séparation et de retrouver une certaine sérénité. Nous réfléchissons sur le sentiment de culpabilité qui peut survenir, sur le regard ou le jugement de l'entourage face au désarroi de la personne qui perd son compagnon, sur l'autocensure de ses émotions, la révolte, la colère, sur les moqueries des gens qui ne comprennent pas que l'on puisse pleurer la perte d'un chien, d'un chat, d'un hamster ou de tout autre animal. Nous abordons également les étapes du deuil. A chaque fois, je donne au groupe des pistes de compréhension et des outils pour mieux comprendre ces moments difficiles, pour les surmonter, pour appréhender le futur sous un autre éclairage, réfléchir à la relation que l'on a avec la mort, et finalement, profiter de la vie chaque instant.

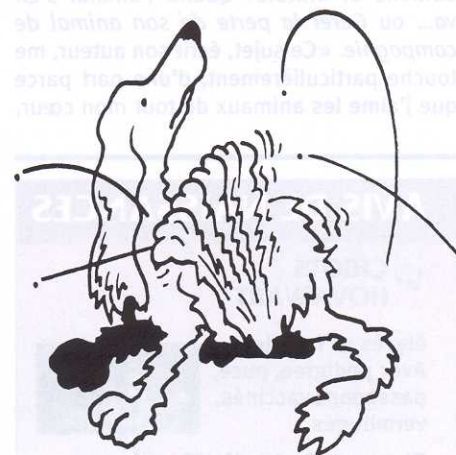
A qui sont ouverts vos cercles de parole ?

A toute personne qui a besoin d'aide pour faire le deuil de son animal. Mais je ne suis pas psychologue. Donc, si je constate que la détresse d'une personne dépasse mes compétences, parce que le deuil de son animal n'est qu'un aspect de la souffrance qui l'emprisonne, je me permets de l'aiguiller vers des spécialistes. Les cercles de parole que j'anime sont là pour allumer des lumières, ouvrir des portes et non pour apporter des solutions ou des réponses toutes faites.

Vous-même, en tant que vétérinaire, comment vivez-vous, non seulement cette détresse lors de la perte de son animal de compagnie, mais également l'acte même de l'euthanasie ?

J'aime profondément les animaux. Je comprends et partage donc cette détresse et ce besoin que l'on a de faire son deuil, mais

LE MÉDICAMENT VÉTÉRINAIRE C'EST NOTRE AFFAIRE



PHARMACIE DE GRENUS

TÉL. 022 732 53 20 MANOR

Comment gérer et surmonter la perte de son animal de compagnie
 Rencontre avec le Dr Marina von Allmen-Balmelli

également l'importance qu'il y a de se préparer le plus tôt possible à cette séparation définitive et inévitable. En ce qui me concerne, j'aborde avec mes clients cette question lorsque l'animal est encore jeune, en bonne santé, plein de vie. Parler de la mort permet en effet de vivre plus intensément la vie, de profiter à fond des bons moments qu'elle nous offre, puis, l'heure venue, d'appréhender ce passage de la meilleure façon possible, avec dignité, respect, amour et tolérance, aussi bien pour l'animal qui va mourir que pour son propriétaire. En tant que vétérinaire, je suis naturellement là pour soulager l'animal, mais également pour écouter le propriétaire, le conseiller, le préparer à cet instant, le soutenir dans son chagrin, l'aider à reprendre pied dans la vie.

En ce qui concerne l'acte même de l'euthanasie, malgré toutes les précautions que l'on prend pour que cela se passe bien pour l'animal, on ne peut jamais savoir comment les choses vont tourner. Pour cette raison, il est préférable de ne pas promettre à l'animal que tout va bien se passer, mais de se contenter de lui promettre que cela se passera le mieux

possible. Le vétérinaire fera toujours en sorte qu'il en soit ainsi, mais tout ne dépend pas de lui, c'est à la mort (ou à Dieu, ou au sort) qu'appartient la dernière décision. Le moment de l'euthanasie est toujours un moment très difficile. Il m'arrive parfois de pleurer lorsque j'injecte le poison fatal à un animal, surtout lorsque le propriétaire ne peut pas être présent. Mais j'ai également vécu des moments poignants au cours desquels l'animal avait compris ce qui se passait et attendait cet instant de délivrance avec une grande sérénité, comme s'il voulait nous montrer l'exemple et la route à suivre.

Pourquoi sommes-nous à ce point anéantis par la mort de nos animaux de compagnie?

Pourquoi pas! L'homme a toujours entretenu des liens affectifs avec les animaux de compagnie. Il est donc normal qu'il souffre lorsque que l'un d'entre eux vient à disparaître. Aujourd'hui, dans notre société parfois en manque de communication et de reconnaissance d'autrui, où la solitude guette chacun d'entre nous, l'animal de compagnie, plus que jamais, comble un vide affectif

immense. C'est un compagnon de tous les jours, qui se donne complètement, ne juge pas son maître, qui s'adapte à la vie des hommes, sait même se faire oublier quand il le faut! Lorsqu'on rentre fatigué de sa journée de travail, tendu, de mauvaise humeur, on ne peut pas résister à son chien qui, fou de joie de nous retrouver, nous accueille en faisant la fête, ou au chat qui vient se frotter dans nos jambes en ronronnant. L'animal a le don de tisser des liens complices entre lui et nous. Il sait se faire aimer. L'animal domestique est souvent aussi le confident des enfants. Dès lors, il est un membre à part entière de la famille. Il est donc normal qu'on pleure sa disparition, qu'on ressente profondément le vide physique et affectif que provoque son départ. Pour toutes ces raisons, il faut profiter à chaque instant de la vie et des moments de bonheurs que nous partageons avec nos fidèles compagnons.

Propos de Marina von Allmen-Balmelli, recueillis à Neuchâtel par Armande Reymond.

Quand l'animal s'en va...

Parallèlement aux cercles de parole qu'elle a initiés, le Dr Marina von Allmen-Balmelli a écrit un livre remarquable, préfacé par Rosette Poletti, édité chez Jouvence Editions et intitulé: *Quand l'animal s'en va... ou Gérer la perte de son animal de compagnie*. «Ce sujet, écrit son auteur, me touche particulièrement, d'une part parce que j'aime les animaux de tout mon cœur,

d'autre part parce qu'au cours de mes années de pratique de la médecine vétérinaire, j'ai été confrontée à quantité de situations de désarroi et de tristesse inconsolable de la part de certains propriétaires. Il me semblait, dès lors, être de mon devoir et de ma compétence d'essayer de trouver les mots, les phrases, les pensées pouvant venir au secours de ces personnes désespérées. [...] Je serai heureuse si mes textes pouvaient aussi contribuer à améliorer la compréhension de ceux qui n'ont jamais possédé un animal de compagnie, pour la perte et la tristesse que ressentent ceux

qui ont partagé une partie de leur vie avec un tel ami.»

Outre les conseils, expériences, informations et témoignages que nous livre l'auteur, nous découvrons, au fil des pages et des sujets abordés, quelques poèmes, également écrits par le Dr Marina von Allmen-Balmelli, nous permettant de transcender ces moments difficiles, de croire en la vie et surtout, de mesurer à quel point les liens que nous tissons avec nos animaux de compagnie sont essentiels à notre existence, à notre équilibre et à notre bonheur...

AVIS DE NAISSANCES

CHIOTS HOVAWART

élevés en famille.
 Avec pedigree, puce,
 passeport, vaccinés,
 vermifugés



Elevage du Jardin Fleuri
 Françoise Jatou, Rte du Mérélet 26,
 1042 Assens, tél. 079 416 07 59.
www.hovawart-suisse.com

POUR EN SAVOIR +

A la fin du livre du Dr Marina von Allmen-Balmelli, un chapitre «Adresses, bibliographie et conseils» nous permet d'approfondir ce sujet.

Pour plus d'informations sur les cercles de parole: Dr Marina von Allmen-Balmelli, médecin vétérinaire, Ecluse 12, 2004 Neuchâtel. Tél.: 032 725 50 77, courriel: marina.vonallmen@vonallm.ch, site Internet: www.animal-deuil.vonallm.ch.