

Méthode Tellington TTouch®

Communiquer autrement avec les animaux...

A l'invitation de Lisa Leicht (lire ci-contre), praticienne Tellington TTouch®, et de son assistant Cédric Sugnaux, également praticien Tellington TTouch®, nous avons suivi le cours de base pour chiens, de cette méthode créée et développée au fil des ans par Linda Tellington-Jones. Voici le reflet de quelques moments essentiels qui ont ponctué ces deux journées d'initiation qui se sont déroulées au Centre d'éducation canine (CEC) de Bellevue (GE).

La méthode Tellington TTouch® permet d'établir un nouveau lien de communication, non verbale, avec les animaux, fondé sur le respect et l'écoute mutuelle. Ce langage développé par Linda Tellington-Jones (lire ci-contre), basé notamment sur une série de Touches spécifiques stimulant l'activité des fonctions cellulaires, consolide et augmente le bien-être de nos animaux, améliore leur équilibre physique, mental, émotionnel. Il influence positivement leur comportement et tempérament (diminution du stress, de l'anxiété, de l'hyperactivité, des paniques liées aux bruits comme le tonnerre, les coups de feu, les pétards), favorise leur socialisation, soulage leurs douleurs et accélère leur guérison. Cette méthode permet d'approfondir et d'enrichir la relation entre l'homme et l'animal, de clarifier une communication réciproque, de travailler au renforcement de la confiance mutuelle. Rappelons cependant qu'elle ne remplace pas un suivi ou un traitement vétérinaire, mais qu'elle les complète de manière active et intelligente.

Le travail corporel TTouch

Le cours de Lisa Leicht débute par un chaleureux tour de table permettant à chaque participant de se présenter, de parler de son chien, d'évoquer la raison pour laquelle il a décidé de suivre cette formation et de préciser ce qu'il attend de cette dernière. Ensuite, la monitrice et son assistant entrent dans le vif du sujet en proposant aux étudiants de découvrir et d'expérimenter sur eux-mêmes et leurs chiens, quelques techniques spécifiques de cette méthode reposant sur trois axes essentiels que sont: le travail corporel TTouch, les outils TTouch et le parcours de confiance TTouch. Commencant par le travail corporel TTouch, Lisa Leicht et Cédric Sugnaux apprennent à leurs étudiants à se familiariser avec quelques TTouch différents (il y en a une trentaine en tout). Ces touchés sensoriels agissent directement et de manière spécifique sur les fonctions cellulaires du chien en communiquant de nouvelles expériences et sensations au système nerveux. Réalisés sur tout le corps à l'aide des mains, avec des degrés de pression et des rythmes différents, les touchés consistent soit en une série de mouve-

ments circulaires caractérisés par différents positionnements des doigts et des mains, soit par des mouvements permettant de soulever le tissu corporel avant de le faire revenir à sa position initiale, enfin, par des mouvements longs et lissants permettant de relier entre elles des parties corporelles éloignées. Afin de se familiariser avec les degrés de pression, l'exécution précise du geste caractérisant chaque TTouch, et pour en ressentir les effets, les étudiants s'entraînent d'abord sur eux, avant de travailler sur leur chien.

Les outils TTouch

Les étudiants s'initient également à la manipulation et l'utilisation des outils TTouch, tels que bandages, T-shirt, harnais ou laisse d'équilibre. Complémentaires aux TTouches, ces différentes aides permettent au chien de prendre conscience de son propre corps, tout en lui procurant un sentiment de sécurité, d'équilibre, de bien-être. Elles sont très utiles, par exemple, pour apaiser un animal, faire cesser les aboiements intempestifs.

Le parcours de confiance

L'initiation au langage TTouch passe aussi par un travail dans le terrain, au cours duquel le chien, assisté de son maître et parfois d'une tierce personne, va devoir franchir un certain nombre d'obstacles et se livrer à des exercices de concentration: passage d'un labyrinthe, slalom, franchissement de pneus,

d'une planche, de cavaletti... Ce parcours de confiance doit être exécuté le plus lentement possible, avec des arrêts répétés. Il permet au chien d'aiguiser sa concentration et son attention, de travailler son équilibre, la coordination de ses mouvements, de prendre conscience de son environnement, de son corps sur l'obstacle, des changements de directions et d'allures. Ce parcours est l'occasion, pour le chien comme pour son conducteur, de développer une écoute mutuelle, de renforcer la communication entre eux.

En harmonie avec son chien

A l'issue de ces deux jours riches, extrêmement intenses à tout point de vue, aussi bien pour le maître que pour son chien, Lisa Leicht et Cédric Sugnaux proposent à leurs étudiants un petit moment de réflexion sur les expériences qu'ils ont vécues et sur les enseignements qu'ils en tirent pour travailler au renforcement des liens de communication entre eux-mêmes et leur chien. Ce temps d'échange est empli d'émotion, car chaque participant semble porter un regard différent ou nouveau sur son compagnon, paraît le redécouvrir pour l'aimer encore plus, pour comprendre et resserrer encore les liens de confiance unissant l'homme à l'animal... et réciproquement.

Armande Reymond, avec la complicité de Lisa Leicht, Cédric Sugnaux et les étudiants du cours.

Lisa Leicht pratique une TTouch sur Verone.



Chantal et Juliette initient Opale au «parcours de confiance». Exécuté lentement, ce parcours d'obstacles et d'adresse permet au chien de se concentrer et de coordonner ses mouvements.





Virgine s'entraîne aux TTouches avec Chanel.



Florence pratique un «museau TTouch» à Tango.

Linda Tellington-Jones

Cavalière, entraîneur, éleveuse, auteur et monitrice internationale de la méthode qu'elle a créée puis développée dans un premier temps sur les chevaux, Linda Tellington-Jones – Canadienne vivant aujourd'hui à Hawaï, quand elle ne court pas le monde pour enseigner – a fondé ses recherches sur ce qu'elle nomme: «le réveil des fonctions cellulaires». Cette forme de communication douce, non verbale, avec l'animal permet de fournir, par le touché (mains, outils, mouvements lents et réfléchis de l'animal sur le parcours de confiance), des informations au système nerveux qui, à son tour, les interprète et les retransmet au corps. «Le TTouch, explique

Linda Tellington-Jones, stimule l'intelligence des cellules, un peu comme si nous allumions des lumières dans tous les coins du corps.» Afin de parfaire ses connaissances, elle suit les cours du Dr Moshé Feldenkrais (1904-1984). Spécialiste du système nerveux chez l'humain, cet ingénieur physicien a utilisé des informations issues de la physique, de la psychologie, de l'anatomie, des théories de l'apprentissage, de la neurophysiologie et du judo, pour étudier comment le système nerveux, grâce à des mouvements lents et à des touchés précis et clairs, active des nouvelles liaisons neuronales entre le corps et le cerveau, démontrant ainsi que les cellules ont

une intelligence propre. Linda Tellington-Jones intègre ce postulat à ses recherches personnelles et l'expérimente sur des centaines de chevaux, puis sur d'autres animaux domestiques et sauvages. Par le biais de sa méthode, elle démontre qu'on peut entrer en communication avec son animal pour lui adresser un certain nombre d'informations ou de signaux sensoriels précis qui auront une influence significative sur son comportement, son équilibre et son bien-être. La méthode Tellington TTouch® est utilisée et pratiquée depuis 1978, dans une trentaine de pays, sur tous les animaux domestiques, sur certains animaux sauvages, ainsi que sur les êtres humains.

Lisa Leicht

Lisa Leicht n'a qu'une obsession: améliorer la compréhension et la confiance entre l'homme et l'animal. Au nom de cette passion et de cet engagement, elle a choisi de réorienter complètement sa vie professionnelle tournée autrefois vers des activités liées au marketing, management, à la gestion et à l'organisation de grandes expositions internationales. Depuis une dizaine d'années, et après avoir suivi la formation complète Tellington TTouch®, elle s'engage en effet avec détermination à la diffusion et à l'enseignement de cette méthode en Suisse et en France: «J'apprécie énormément cette méthode, car elle est douce, elle est axée sur les sensations et permet de beaucoup aider les animaux et les chiens en particulier. En outre, chaque propriétaire, une fois qu'il connaît les bases et quelques outils TTouch, peut travailler tout seul et partout où il se trouve. Il peut approfondir lui-même la relation qu'il a avec son chien, établir une vraie communication avec lui, améliorer les performances, canaliser les craintes, l'agressivité ou le stress de son compagnon. Cette méthode peut aussi être utilisée en complément à des traitements vétérinaires, car elle agit sur l'équilibre général du chien, son bien-être. Elle permet d'accélérer la guérison à la suite d'opérations chirurgicales ou de bles-

sures. Elle contribue à soulager les douleurs chroniques. Je travaille d'ailleurs régulièrement avec certains vétérinaires qui m'envoient des clients et réciproquement. Beaucoup de praticiens suivent mes cours. Cette méthode est appréciée par bon nombre d'éducateurs canins, ainsi que par les conducteurs de chiens qui participent à des concours ou pratiquent une discipline sportive, comme l'agility, l'obéissance. Je suis également en contact avec des associations de chiens de travail et de thérapie; ainsi qu'avec des éleveurs.» Outre les cours de base et de suivi, Lisa Leicht propose des ateliers sur des thèmes spécifiques s'adressant au grand public, ainsi qu'aux professionnels du monde canin et cynologique. Dans le cadre de la guilde TTouch Suisse, elle co-organise la formation des praticiens pour chiens et autres animaux de compagnie. «J'encourage vivement les jeunes à se lancer dans cette formation qui dure trois ans. C'est une formidable expérience de vie, particulièrement dans notre société actuelle où il faut tout mettre en œuvre pour améliorer encore et toujours les relations que nous entretenons mutuellement avec les animaux.»

En mettant un bandage et un T-shirt, au chien, ici Titus, on le calme et on lui procure un sentiment de sécurité.

Françoise met un harnais et un T-shirt à Angy, pour lui permettre de prendre conscience de son corps et de trouver son équilibre.



Cours 2008 enseignés par Lisa Leicht dans la région de Genève, Neuchâtel et de Lausanne

Cours sur deux jours (le week-end), Genève, avec Cédric Sugnaux:

Cours 1 (cours de base): 15 et 16 mars, 11 et 12 octobre, 29 et 30 novembre.

Cours 2: 3 et 4 mai, 6 et 7 décembre.

Cours 3: 6 et 7 septembre.

SVPA, Lausanne: Cours 1 (cours de base): 17 et 18 mai, 4 et 5 octobre.

Workshop (1 journée), Genève, avec Cédric Sugnaux:

Vendredi 14 mars: Spécial moniteurs d'éducation canine.

Dimanche 13 avril: Spécial molosses.

Vendredi 2 mai: Peur des orages, pétards et bruits violents.

Val-de-Ruz (Neuchâtel): Cours 1 (cours de base): 24 et 25 mai

Tellington TTouch® pour les chats:

Samedi 30 mars: Refuge de la Grangette, 1090 La Croix-sur-Lutry.

Pour tout contact et précisions sur ces cours et séances particulières:

Lisa Leicht

Haspelgasse 26, 3006 Berne

tél.: 079 356 57 21

courriel: lisa@lisaleicht.ch

www.lisaleicht.ch.

Cédric Sugnaux

1219 Châtelaine

tél.: 078 602 03 08

courriel: gordons@infomaniak.ch.