
Mon témoignage...

J'ai depuis toujours eu une peur panique et inexpliquée des chiens. Je faisais tout pour les éviter, pour ne pas avoir à les croiser, je rebroussais chemin lorsque j'en voyais un au loin...

Et au début de cet été, au cours d'une balade en forêt avec un ami, j'ai vécu un événement particulièrement traumatisant avec un gros molosse noir que je n'ai pas pu éviter, qui a déboulé sur nous en pleine course, aboyant, sautant contre nous, totalement hors de contrôle de son maître resté au loin... j'étais littéralement tétanisée par la peur.

Après cet événement, je ne pouvais plus imaginer sortir à nouveau en balade, tellement l'idée de rencontrer un chien me plongeait dans un état irrationnel de panique incontrôlable.

C'est là que j'ai trouvé Florence. J'étais morte de peur en allant à mes premiers cours.

Mais Florence a été extraordinaire. Elle m'a accueillie avec beaucoup de bienveillance. Elle a su me comprendre, ne jamais me juger.

Elle a toujours beaucoup expliqué, m'a appris à observer le comportement du chien... elle a su éveiller en moi l'envie de mieux le connaître, de mieux le comprendre... jusqu'à avoir envie de m'en approcher, d'entrer en relation...

Chacune de nos rencontres a été incroyable. Elle a su instaurer un véritable climat de confiance. Après quelques séances seulement, j'osais me trouver au milieu des chiens détachés, jouant et courant, sans éprouver d'appréhension... puis j'ai pu m'ouvrir à entrer en relation, laisser le chien m'approcher, l'appeler pour lui donner une friandise... et tout cela en pleine sérénité...

J'en ressens une telle joie, c'est un nouveau monde que je découvre. Je n'aurais jamais cru cela possible!

Aujourd'hui, je vais à nouveau courir en forêt et randonner seule dans la nature. Et quand je croise un chien, je n'ai plus ces montées de panique d'autrefois. J'observe, je reste attentive, et je peux continuer mon chemin l'esprit serein. Et parfois même je m'arrête, et je fais connaissance avec le chien, avec joie et en toute tranquillité.

Un tout grand merci Florence !

Nicole

Juillet – Octobre 2025