

APAISEMENT DES PASSAGERS ANXIEUX À L'AÉROPORT – PROTOCOLE PROFESSIONNEL DOGS

OBJECTIF

Stabiliser l'état émotionnel d'un passager en situation de stress ou d'angoisse avant un vol, grâce à l'intervention structurée d'un chien de soutien émotionnel.

1. MANIFESTATIONS DE L'ANXIÉTÉ AÉROPORTUAIRE

- Hyperventilation, souffle court, sensation d'oppression
- Mains froides, tremblements, agitation motrice
- Ruminations, peur du vol, anticipation négative
- Difficulté à se concentrer, comportement d'évitement

2. FONDEMENT SCIENTIFIQUE

Le chien active des mécanismes de régulation émotionnelle :

- Augmentation de l'ocytocine (hormone d'apaisement)
- Réduction du rythme cardiaque et de la tension musculaire
- Ancrage sensoriel immédiat : chaleur, respiration, texture
- Régulation du système nerveux autonome

3. PROTOCOLE DOGS – INTERVENTION 45–90 SECONDES

Étape 1 – Approche contrôlée

Présenter le chien, inviter le passager à signaler son niveau de stress.

Étape 2 – Contact d'encrage

Main posée sur le chien, pression légère, observation des sensations : chaleur, texture, rythme.

Étape 3 – Respiration guidée 3–3–3

Inspiration 3 sec – Rétention 3 sec – Expiration 3 sec.

Synchronisation avec le mouvement thoracique du chien.

Étape 4 – Réorientation cognitive

Questions courtes et stabilisantes :

« Qu'est-ce que vous ressentez sous votre main ? »

« Votre respiration ralentit-elle ? »

Étape 5 – Clôture sécurisante

Reformulation positive :

« Vous êtes revenu au calme. Le chien vous accompagne. Vous pouvez avancer en confiance. »

4. RECOMMANDATIONS POUR LES ÉQUIPES AÉROPORTUAIRES

- Créer un espace calme et dégagé
- Limiter les stimuli auditifs
- Éviter les sollicitations multiples
- Orienter vers les équipes médicales si signes sévères

BÉNÉFICE GLOBAL : diminution rapide du stress, amélioration de l'expérience passager, prévention des crises paniques avant embarquement.