

PORTONS NOS BEBES !

Rita Messmer-Studer, Oberegg 8.2.2001

D'un point de vue physiologique, l'être humain vient au monde prématuré. Il devrait en fait rester 9 mois de plus dans le ventre maternel pour pouvoir atteindre un stade d'évolution comparable à celui des autres mammifères à la naissance.

Qu'est-ce que cela signifie pour nous? Nous pouvons nous efforcer d'offrir au nouveau-né pendant cette période un environnement ressemblant le plus possible à ce qu'il vivait dans sa vie intra-utérine. Pour ce faire, l'écharpe à bébé est idéale. En portant l'enfant dans une écharpe, la maman peut vaquer à ses occupations ménagères, éventuellement aussi professionnelles, et le bébé continue à être en mouvement, à se faire bercer du rythme quotidien qui était déjà celui d'avant sa naissance.

Pour le nourrisson, c'est complètement égal d'être porté devant, derrière ou de côté. Ce qu'il désire avant tout, c'est être près de sa mère (son père), sentir ses mouvements, sa peau, son odeur et sa voix. Physiquement et accoustiquement, le bébé perçoit exactement ce que fait sa mère, qu'elle soit en train de faire la cuisine ou le ménage, ou en train d'étendre son linge. Il se sent en sécurité et se fait bercer. Ce bien-être lui permet autant de dormir que d'être réveillé, selon son besoin.

Le nouveau-né recherche à être porté, il en a besoin. La meilleure manière et aussi la plus sûre pour lui d'être porté, c'est sur le dos de sa mère. De cette position, qui lui donne des conditions comparables à l'espace intra-utérin, il peut faire connaissance en toute tranquillité et en toute confiance avec le monde qui l'entoure. Il peut s'habituer petit à petit aux espaces plus vastes et aux distances plus grandes.

Les petits enfants qui sont portés de façon quasi ininterrompue par un adulte développent visiblement un meilleur sentiment corporel. A force d'être toujours bercé, balancé, le bébé doit s'adapter en permanence, que ce soit physiquement ou intellectuellement. Que la mère se penche, qu'elle marche, qu'elle cuisine, toutes ces activités présupposent du mouvement, des changements de position auxquels le petit doit s'adapter. Le bébé reçoit ainsi tout ce dont il a besoin, il se sent bien et comblé, et peut bien grandir.

A cela on peut ajouter que plus l'enfant est certain d' " appartenir " à sa mère, plus il pourra se séparer d'elle avec confiance et facilité, peut-être même avec envie, afin de pouvoir découvrir le monde.

La peur primitive, la confiance primitive.

Le petit être humain amène une angoisse primitive lorsqu'il vient au monde. Cette peur a pour raison qu'il est totalement livré à autrui pour pouvoir survivre et s'épanouir. A part crier et pleurer, il n'a pas d'autre possibilité d'agir pour sa survie. Cette peur primitive peut être réduite par l'élaboration d'une confiance primitive qui se construit d'elle même lorsque le bébé sait absolument qu'il peut en tout cas compter sur nous. Le bébé a besoin de proximité, de chaleur, d'amour et de nourriture. Lorsque cela lui est offert 24h sur 24, sa peur du début disparaît au profit de la confiance primitive. Etre porté en permanence contribue donc dans une large mesure, pendant ces premiers mois, à offrir au bébé ce dont il a besoin pour se développer

sainement. La chaleur, la proximité, le sentiment d'appartenance, le mouvement (stimulation vestibulaire) et la stimulation des sens de l'ouïe, du toucher, de l'odorat et de la vue contribuent aussi à un développement optimal du cerveau. Le fait de porter le bébé de même qu'une attitude bienveillante aide aussi à éviter que le bébé ne souffre des coliques des trois mois et puisse aussi mieux dormir. Il ressent une sécurité complète, reçoit ainsi le meilleur des départs possibles pour sa vie, et devient capable de se développer sans crainte et sans souci, ce qui est tout autant bénéfique pour la chimie de son cerveau. Si pendant la première année, et les années suivantes, il n'y a pas de lien positif établi entre le bébé et une personne de référence, il arrive dans des cas extrêmes que l'enfant ne puisse plus jamais développer des relations normales avec les autres personnes, ni se développer moralement.

Après la guerre, un médecin américain a propagé l'idée de la nécessité de séparer les enfants de leur mère, sauf pendant les périodes d'allaitement (20 à 30 minutes toutes les 4 heures). Cette attitude a provoqué une perturbation des relations mère-enfant, comme l'a démontré une étude du début des années 1970. Les mères qui avaient le droit de garder leur enfant plusieurs heures par jour auprès d'elles ont développé un instinct maternel plus puissant et plus grand. Elle avaient une attitude plus ouverte envers les besoins de leur bébé, les caressaient davantage, et recherchaient plus le contact visuel avec lui que les mères du groupe de contrôle. Même deux ans plus tard, on pouvait encore remarquer des différences dans la manière des mères de parler avec leur enfant ! Le ton en général était plus doux, plus affectueux, et moins lourd d'injonctions.

Cette expérience montre à quel point même des petites interventions à des processus naturels peuvent influencer notre comportement social, et à quel point la chimie de notre cerveau réagit sensiblement. Quand des mères adultes sont déjà tellement conditionnées par l'entourage, on peut s'imaginer comment cela touche les petits enfants !

Le développement neurologique dans de bonnes ou de mauvaises conditions

Les influences auxquelles sont exposés les bébés dans leurs premières semaines et mois de vies terrestre sont déterminantes pour leur développement neurologique, et donc de leur comportement futur. On a constaté que le cerveau des enfants qui ne sont que rarement caressés et peu stimulés à jouer est jusqu'à 30% plus petit que celui d'autres enfants du même âge. Des expériences ont montré l'influence positive et encourageante que le sentiment de bien-être apporte, mais on a aussi démontré que son absence provoque des lésions neurologiques. Ainsi, le maternage intensif aide le nourrisson à grandir avec un niveau de stress bas, alors que le stress provoqué par la négligence, la colère, les insultes, les punitions et les coups touchent le développement du cerveau et les capacités d'apprentissage. De même, de petites atteintes, sans notion de violence, mais qui sont provoquées par la dépression, l'impatience ou l'irritabilité peuvent avoir des effets sur le cerveau en pleine croissance de l'enfant. Cependant, cet organe a la prodigieuse capacité de se régénérer, lorsque les atteintes ne durent pas trop longtemps, ou lorsqu'elles peuvent être neutralisées par d'autres personnes. Si l'alimentation, la chaleur, un sentiment de sécurité et de confiance sont essentiels pour un développement neurologique sain, il ne faut pas oublier non plus l'importance d'une attitude positive et stimulante. En première ligne, il s'agit bien sûr de la stimulation par le langage. On a ainsi démontré que des enfants auxquels les parents parlent beaucoup ont un QI plus élevé que les enfants à qui on adresse moins la parole. Dans la vie des enfants, une phase extrêmement importante débute avec la naissance, phase dans laquelle l'enfant est confronté à des stimuli visuels, acoustiques, langagiers et autres, ce qui lui offre une base pour son développement futur.

L'écharpe à bébé offre toutes ces possibilités, et de manière inégalée. L'enfant ressent la sécurité, l'amour, ce dont il a tellement besoin pour pouvoir grandir sainement, physiquement comme psychologiquement, et il peut ainsi construire sa confiance primitive. Il peut maintenant se consacrer à développer son cerveau, ce qui signifie pour lui apprendre, apprendre, et apprendre encore. Ses sens sont stimulés en permanence : il entend, ressent, sent, et voit, de plus, il est constamment en mouvement, ce qui permet aux connexions neurologiques de se faire de manière optimale.

Le besoin d'être bercé

Le mouvement, de même que le fait d'être bercé sont des besoins naturels. On sait depuis la nuit des temps que rien ne calme plus facilement un bébé que lorsqu'il est bercé. On a construit des berceaux magnifiques, mais celui qui est le plus efficace reste le corps humain. Le nouveau-né est bercé en permanence lorsqu'il est porté, ce qui influence son développement physique et neurologique de façon non négligeable. Chacun sait combien les enfants apprécient le mouvement, combien ils aiment se balancer, être " envoyés en l'air ". On a constaté qu'en cas de difficultés d'apprentissage, ou d'échec scolaire, de simples mouvements peuvent aider à surmonter les difficultés. Les enfants apprennent mieux et plus rapidement lorsqu'ils bougent en même temps, se balancent. (Autrefois, on pensait qu'il fallait forcer les enfants à l'immobilité afin qu'ils puissent se concentrer).

L'importance de la stimulation vestibulaire (par le mouvement) est démontrée par l'observation faite dans les cultures où les enfants sont portés par leur mère : ils ne pleurent presque jamais. Si l'on réfléchit au fait que les enfants sont portés pendant toute leur vie intra-utérine, on est en droit de se demander si de nombreux bébés ne sont pas simplement incapables, pendant leurs premiers mois de vie terrestre, de survivre sans contact corporel et de stimulation vestibulaire. Il se peut fort bien que dans notre culture, les bébés, couchés dans leurs petits lits, soient ainsi mis dans une situations non physiologique, qui mène entre autres à des pleurs.

En résumé, on peut dire ceci : si le nourrisson et le petit enfant, grâce à une éducation pleine d'amour, et à un sentiment de sécurité assuré, peuvent élaborer une confiance primitive, et ainsi permettre aux connexions neurologiques de se faire le mieux possible, ils bénéficient alors des meilleures bases pour pouvoir, plus tard, apporter à leurs semblables acceptation, tolérance et amour.

Rita Messmer-Studer

Cette mère de trois enfants, qui vit avec sa famille dans la région de St-Gall, est auteur d'ouvrages " Ihr Baby kann's ", et " Mit kleinen Kindern lernen lernen ", (malheureusement non traduits en français, ndlt). Elle donne aussi des cours aux jeunes parents, concernant les questions d'éducation en général et de massage des bébés, entre autres.