

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 105 (2007)

**Heft:** 2

**Artikel:** Sri Lanka, Afrique et Suisse : représentations et pratiques de massage du nourisson

**Autor:** Cycumar, Mylène / Trujillo, Léa

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-949987>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Sri Lanka, Afrique et Suisse

# Représentations et pratiques de massage du nourrisson

**De nombreux auteurs présentent les soins infantiles et les comportements parentaux associés dans des contextes non occidentaux, principalement l'Afrique, l'Asie, le Maghreb. Ils comparent des représentations de l'enfant et des pratiques éducatives, mais peu ont étudié les répercussions d'une migration sur les pratiques du massage. L'objectif de cette recherche est de collecter des éléments sur les différentes pratiques de soins de puériculture ainsi que les représentations parentales associées. Les deux étudiantes sages-femmes montrent que, dans de nombreuses cultures, le massage est un art ancestral transmis de génération en génération, mais qu'il n'en est pas de même pour les cultures où l'apprentissage du massage s'effectue par choix.**

LE massage au sens général du terme est un concept actuellement largement traité dans la littérature et plus particulièrement pour les bienfaits qu'il procure. Pratique «à la mode» chez l'adulte, nous, étudiantes sages-femmes, voulions approfondir et rechercher ce qu'il en est du massage chez le nourrisson<sup>1</sup>. Nos parcours de vie personnelle et professionnelle respectifs nous ont permis, à l'une, d'expérimenter sous une forme «empirique» le massage avec ses enfants et, à l'autre, de réaliser un apprentissage sur le massage et de participer durant la formation de sage-femme à des cours de «massage bébé».

Durant notre formation de sage-femme, nous avons accompagné des femmes et des familles de diverses cultures. Dans ce cadre, nous avons pu échanger de façon spontanée et immédiate, sur le terrain de la pratique, avec des professionnels, dans la période du post-partum, sur des habitudes de massage du nouveau-né qui leur semblaient «violentes, brutales, voire inadaptées». Ces descriptions, de fait, nous ont démontré la nécessité d'analyser les pratiques du massage pour confirmer ou infirmer, ce qui nous semble, à nous, du domaine des représentations. Si la pratique du massage revêt des représentations différentes dans certains groupes culturels, en prendre conscience nous permettait de



mieux comprendre les pratiques des familles qu'il convient de replacer dans ce qu'on appelle la culture, et plus précisément la «niche développementale».

## Culture et «niche développementale»

La culture n'est pas un élément fixe: elle est toujours relative à un groupe particulier, qui partage un fond ou un héritage commun, aussi bien géographique, religieux, politique qu'économique. Quand des gens de cultures différentes vivent ensemble dans un endroit, ce qui est «normal» pour un groupe peut ne pas l'être pour l'autre. Nous avons tous certaines acceptations, valeurs et manières de faire les choses que nous considérons comme normales et universelles mais qui sont, en fait, influencées par notre culture. Ainsi, les représentations autour de la pratique du massage du nourrisson peuvent être variables selon les cultures. A

titre d'exemple, au travers de nos lectures, nous avons pu remarquer que le massage avait une fonction de «modelage» dans certaines populations africaines, alors qu'il possède une signification différente dans d'autres cultures.

La culture, bien qu'importante, ne suffit pas à elle seule pour comprendre le sens d'une pratique, ici le massage. Nous pouvons citer par exemple Massé (1995) qui utilise un modèle d'analyse montrant les différents facteurs pouvant influencer la santé dans un contexte culturel donné. Il faut replacer celle-ci dans un ensemble plus vaste et étudier son interaction avec d'autres composantes: c'est le propos de la niche développementale. Ce concept est souvent utilisé par les anthropologues pour expliquer le développement de l'enfant et les interactions qui sont liées par un contexte, des représentations et des pratiques. Nous avons choisi ce système d'analyse, car il nous aide à prendre de la distance afin de mieux accepter les attitudes différentes de soins à l'enfant et qu'il favorise également une compréhension des diverses motivations parentales liées aux soins infantiles.

Pour Super et Harkness (1986), initiateurs de la théorie de la niche développementale, il s'agissait de comprendre le développement de l'enfant non seulement du point de vue interne à l'enfant, mais aussi en tenant compte de trois composantes:

- le contexte physique, social, culturel et économique dans lequel se déroule son développement;
  - les ethnothéories parentales liées à l'enfant, son développement et son éducation (les actions et les représentations);
  - les pratiques de soins de puériculture et d'éducation mises en œuvre par l'adulte.
- La niche développementale représente donc un système (voir schéma) où interagissent non seulement l'individu en développement, en général le bébé ou l'enfant, mais aussi les contextes (physiques

<sup>1</sup> Mylène Cycumar; Léa Trujillo: Représentations et pratiques autour du massage du nourrisson dans différentes cultures. Haute école cantonale vaudoise de la santé - Filière Sages-femmes et hommes sages-femmes, Lausanne, 2006.



«Mon fils de 7 mois a l'habitude: je le masse tous les jours comme le faisait ma maman. Et pour la souplesse, pas de problème pour lui!»

et sociaux) dans lesquels se déroule ce développement, les pratiques éducatives et les représentations sociales des adultes (aussi appelées «ethnothéories parentales») sur ce qu'est l'individu et son éducation.

## 1. Le massage du nourrisson sri lankais

Nous avons interviewé cinq personnes: trois mères, une grand-mère et un homme d'origine sri lankaise. Les

mères sont relativement jeunes. Elles vivent généralement dans une communauté qui rappelle la famille étendue<sup>2</sup> et connaissent un réseau de sri lankais aux alentours de leur lieu de vie ou dans la région lausannoise, et ceci semble compenser l'éloignement familial. C'est un groupe d'un niveau socio-économique relativement bas. Aucune des femmes interviewées ne travaillent; seul l'homme exerce une activité professionnelle en tant que chauffeur livreur.

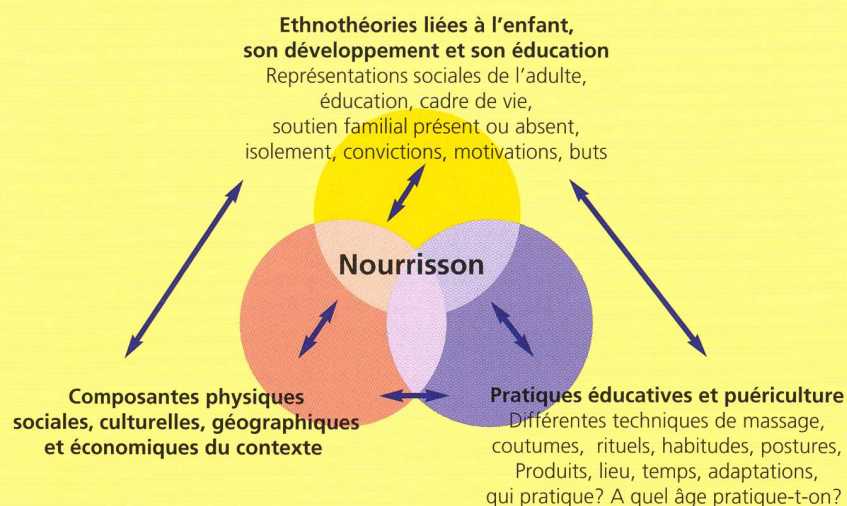
## D'abord «façonner»

A la question «Selon vous, qu'est-ce que le massage apporte à votre bébé?», plusieurs représentations ont été relevées. Tout d'abord apparaît l'esthétique associé au modelage: «C'est pour avoir une tête bien ronde, avec une belle forme», «Affiner le nez pour qu'il ne soit pas trop écrasé et bien dessiné et de rendre la tête ronde», «Les sourcils qu'ils soient bien dessinés, les fesses s'est pour faire joli», «On masse le nez, ça vient un peu devant tout joliment», «Les oreilles il faut les deux les mêmes sinon ça tombe à côté de la tête», «Pour être un peu comme un éléphant», «Les oreilles sont pliées, alors avec massage c'est plus joli».

Outre la beauté du nourrisson, les principaux impacts du massage sont:

- le bien-être du bébé: «Pour les enfants ça leur fait du bien», «Il est content», «Ça fait du bien pour après», «Il dort bien, il dort très bien», «Comme ça le nez qui est clair, comme ça il nettoie le nez», «Elle est contente»;
- le bien-être/satisfaction/plaisir parental: «Elle est heureuse de faire ça, elle est bien»,

## Schéma représentatif de la «niche développementale»



<sup>2</sup> Il est possible de distinguer dans notre échantillon deux grands types de familles: nucléaire et étendue. La famille nucléaire se compose des deux parents et des enfants issues de cette union. La famille étendue se compose, outre le couple et ses enfants, d'autres membres de la famille de l'un et/ou l'autre conjoint (parent, oncle, tante, fratrie).



## Méthodologie

### Le sens du massage appliqué au nourrisson

#### Hypothèses:

- sur les représentations autour du massage du nourrisson: y a-t-il un sens différent donné au massage par les parents en fonction de leur culture?
- sur les pratiques de massage du nourrisson: y a-t-il des pratiques de massage spécifiques en fonction de la culture d'origine? Sont-elles modifiées en fonction du pays d'accueil?
- sur le rôle de la sage-femme: quel peut-être l'intérêt pour la sage-femme de connaître ce que représente le massage du nourrisson dans différentes cultures?

**Grille d'observation:** Elle nous a permis d'observer les différentes techniques de massage, les interactions de la mère ou d'autres personnes avec le bébé (comportement), le contexte et par là même, obtenir des éléments sur les représentations (sens de la pratique et buts).

**Entretien semi-directif:** À l'aide d'un guide structuré autour de thèmes prédéfinis en rapport avec notre question de recherche, nos concepts ainsi que nos objectifs de recherche, nous avons pu obtenir des informations qualitatives sur le sens et les pratiques autour du massage du nourrisson chez les différents répondants.

**Population cible:** Nous avons cherché des femmes de culture sri lankaise, africaine et suisse pratiquant le massage du nourrisson. Au total, 17 personnes ont participé à notre recherche: soit 7 femmes d'origine suisse, 4 femmes et 1 homme d'origine sri lankaise et 5 femmes d'origine africaine.

- la force: «c'est pour la force», «Plus de force, un peu plus de force», «Quand il vient grandir, ça vient les muscles, les pieds, les jambes, tout ça c'est fort», «C'est pour muscler», «Le corps est renforcé je crois».

Le massage a aussi

- des vertus pour le développement psychomoteur du nourrisson: «Comme ça quand ils sont grands, ils arriveront mieux à faire les choses! Ils grandissent mieux», «Il grandira bien», «Le massage pour mieux grandir».

Pour un répondant seulement, le massage peut aussi apporter d'autres bénéfices:

- il favorise le courage chez l'enfant: «L'enfant sera courageux»;
- il permet des soins du corps: «Maman a dit, faut masser avec de l'huile pour la peau»;
- il rend l'enfant calme: «Il sera calme».

Lors de l'observation, seule une répondante (la grand-mère) a fait allusion à ses représentations concernant le massage. Elle s'exprime au bébé dans sa langue maternelle pour lui dire qu'il sera plus beau ou qu'avec ça il grandira bien.

La pratique du massage du nourrisson sri lankais est reliée:

- à l'évidence culturelle: «Ça a toujours été comme ça!», «C'est normalement le 1<sup>er</sup> bébé. C'est après ma mère», «J'ai appris aussi au Sri Lanka», «Là-bas c'est la maman qui montre», «Je connais déjà du Sri Lanka, vu déjà les autres»;
- à la transmission du massage: «Ça vient de ma mère!», «C'est ma maman que j'ai observé!», «Elle expliquait c'est fait comme ça! Je regardais seulement et puis maintenant je dois faire toute seule», «C'est parce que j'ai appris, j'ai appris en cours avant l'accouchement», «J'ai appris en observant ma mère», «J'ai appris au Sri Lanka dans la famille», «C'est une amie de maman. Elle est venue pendant trois mois ici pour montrer et pour moi je fais», «J'ai appris en regardant, un voisin au Sri Lanka et ici aussi», «Ma belle-mère est venue alors c'est mieux»;
- à des techniques de pression et de flexion de la tête et du nez;
- au produit utilisé (huile) et au moment opportun (le matin avant le bain).

Trois répondants débutent le massage lorsque le nourrisson a entre 6 et 10 jours, deux lorsqu'il a entre 0 et 5 jours. Pour trois répondants, il dure de 0 à 10 minutes; pour deux entre 11 à 20 minutes. Quant à la fréquence de la pratique, elle varie de 1 à 2 fois par jour à 1 à 2 fois par semaine.

Lors des observations, nous avons constaté que, le plus souvent, les dires rejoignent les faits. Le procédé reste le même. Le massage démarre toujours par la tête, le visage, le torse, le ventre, les bras, les jambes, le dos et les fesses. Pour ce faire, les répondants utilisent toujours de l'huile. On retrouve les mêmes gestes d'effleurage, d'étirement, de pression, de pincement, de torsion, de flexion, d'écartement et de croisement. Le seul geste qui n'est pas systématiquement exécuté est la pression du palais. La plupart des répondants trouvent cela «trop brutal».

Sur la tête s'effectuent des gestes de pressions modérées et sur le visage, des gestes d'effleurage, de pincement et de pression surtout sur le nez et autour de la bouche. Ils insistent tout de même sur les joues par une «pression tournée à l'aide du poing à moitié fermé». Un geste particulier est parfois effectué, c'est une pression à l'aide du pouce sur le palais du nourrisson. Au niveau des oreilles, on retrouve des étirements et des pressions. Sur le torse et le ventre, il est exclusivement pratiqué l'effleurage. En ce qui concerne les bras et les jambes, on retrouve les étirements, les torsions, les écartements, les croisements et les flexions. Et sur les mains et les pieds, nous retrouvons les pressions et l'effleurage.

#### On masse, même si Bébé pleure

Aucun des répondants ne dit cesser la pratique du massage face à des réactions de pleurs de l'enfant, ce qui se vérifie lors des observations. Lorsque le bébé pleure, les manipulations sont systématiquement poursuivies. Elles sont appliquées à l'aide de la main entière, du poing à demi fermé, du pouce et de l'index ou uniquement du pouce. Le massage précède systématiquement le bain du nourrisson. De plus, il est toujours procédé à un temps de séchage au soleil. Il y a en outre de légères modifications contraintes par le climat du pays d'accueil.

De manière générale, la quantification des données recueillies montrent que la réaction dominante concerne les pleurs: «Ils pleurent un petit peu», «Des fois le bébé pleure, des fois ça va. Des fois c'est presque pleurer tout le long», «Pleure un petit peu». Deux autres réactions revêtent une importance égale: le calme et le sourire. Bien que moins significatifs, un répondant parle du refus: «Maintenant il est plus grand, il se laisse pas toujours faire» et du regard:

«Il regarde partout». Nous retrouvons toujours des échanges de regards, ainsi qu'un dialogue souvent constant dans la langue maternelle du nourrisson.

## 2. Le massage du nourrisson africain

Nous avons interviewé cinq personnes, uniquement des femmes, originaires du Congo, de la République démocratique du Congo et du Nigeria. Le niveau d'études est assez variable. Trois femmes interviewées exercent une activité professionnelle. Dans cette population, nous ne retrouvons que des familles étendues. A nos rencontres, il y avait chez chacune des familles la présence d'oncles, tantes, cousins, cousines, et amis. C'est un groupe d'un niveau socio-économique moyen.

### Très important pour les filles

Les représentations du massage sont toujours associées à:

- l'esthétique associée au modelage: «Je me rappelle les filles, il faut qu'elles aient des grosses fesses», «Pour les filles, on se concentre sur ce côté esthétique pour qu'elles aient de jolies formes», «Une jeune fille bébé doit être massée depuis qu'elle est petite pour pouvoir lui donner des formes cambrées, ce qui est la forme de la beauté chez une femme africaine»;
- le bien-être/satisfaction/plaisir parental: «Le fait de toucher cette peau de bébé agréable, moi j'aimais bien ça».

Le massage revêt donc une importance dans l'esthétique corporelle et la satisfaction parentale. Le massage sert à remodeler le corps afin qu'il soit «joli», mais aussi qu'il soit tel que doit l'être un corps africain plus particulièrement pour les filles «une belle cambrure et des fesses bien rebondies». L'enfant qui naît, doit être formaté. Il doit avoir une colonne bien droite et les fesses bien séparées du dos, il doit être bien bâti.

D'autres représentations apparaissent souvent:

- le bien-être du bébé;
- et la souplesse: «C'est comme ma fille par exemple, moi je la trouve un peu souple, elle est flexible».

Viennent ensuite:

- le développement psychomoteur du nourrisson: «Elle fait certaines choses elle-même que les enfants de son âge n'arrivent pas à faire», «Il faut tirer les jambes du bébé pour éviter les problèmes pour marcher»;
- le massage rend l'enfant calme, favorise la santé ou la force: «C'est pour le



Le massage démarre toujours par le dos et les mères africaines utilisent souvent de l'huile.

Photos: JBS.

tonus et la musculature»; il permet d'apporter des soins au corps: «Ça rend la peau douce, lisse».

Lors de l'observation, aucune répondante ne fait allusion à ses représentations concernant le massage. Le discours est surtout orienté vers les personnes environnantes plutôt qu'au nourrisson.

La pratique du massage du nourrisson africain est reliée à:

- la tradition: «C'est la mode de chez nous», «C'est la coutume chez nous», «C'est comme ça chez nous», «C'est culturel là-bas», «C'est les Africaines qui font les massages!», «C'est quelque chose qui se fait naturellement sans...sans se poser des questions», «Normalement, c'est coutume de nous, Africains, quand tu as bébé, faut masser», «tous les Africains, ils massent les bébés»;
- une affaire des femmes: «Mais chez nous généralement, tout ce qui est fait sur le bébé, C'est la femme qui le fait, pas l'homme», «C'est vraiment un travail de femmes»,
- la transmission du massage: «C'est ma mère qui m'a transmis», «Elle l'a fait et après elle m'a laissé faire», «J'ai vu ma mère le faire, j'ai continué à le faire», «Je voyais faire les massages devant moi», «J'ai observé et j'ai répété», «Pour mes grandes sœurs quand elles

ont accouché, ma mère, elle a fait comme ça...j'ai observé»;

- les techniques d'étirement, les parties du corps tel que les bras et les jambes;
- le moment de la pratique: le matin après le bain.

Trois répondantes débutent le massage lorsque le nourrisson a entre 0 et 5 jours, une lorsqu'il a entre 6 et 10 jours et une autre lorsqu'il a entre 11 et 15 jours. La durée du massage est variable. Le lieu de la pratique se situe pour trois répondantes dans la chambre. Le dialogue durant le massage est absent pour trois femmes.

Lors des observations, nous avons constaté que le plus souvent, les dires rejoignent les faits. Le procédé reste le même. Le massage démarre toujours par le dos, les hanches, les fesses, les bras et les jambes. Pour ce faire, les répondantes utilisent souvent de l'huile. On retrouve les mêmes gestes d'étirement, de pression, de croisement, d'effleurage, de flexion, d'écartement et de torsion. Dans le dos, s'effectuent des gestes de pressions modérées et d'effleurage et sur les hanches, des gestes d'effleurage. En ce qui concerne les bras et les jambes, nous retrouvons les étirements, les torsions, les écartements, les croisements et les flexions. Sur les mains et les pieds, nous retrouvons les pressions et l'effleurage. Sur le ventre, lorsque cela est effectué,



Les manipulations sont systématiquement poursuivies, même si le bébé africain se met à pleurer.

nous retrouvons l'effleurage et sur le nez, le pincement.

### Systématiquement après le bain

Lorsque le bébé pleure, les manipulations sont systématiquement poursuivies. Elles sont appliquées à l'aide de la main entière ou du pouce et l'index. Le massage suit systématiquement le bain du nourrisson. Quelquefois, des décoctions sont ajoutées à l'eau du bain.

Les réactions dominantes sont:

- le calme: «Il s'est calmé et puis voilà!», «Je lui parle alors il reste calme», «Elle est calme», «Il est plus calme, détendu»;
- le sommeil: «Maintenant il s'endort!», «Il s'endort», «Il va dormir».

D'autres réactions apparaissent moins souvent:

- les pleurs: «Le 1<sup>er</sup> jour il a...il a un peu pleuré»;
- les vocalises: «Elle échange...fait des vocalises».

Au cours des observations, nous avons pu vérifier les dires et constater que les bébés sont très réceptifs aux massages bien qu'ils ne semblent guère apprécier les gestes de croisement des bras dans le dos. Le dialogue n'est pas souvent pré-

sent. Les réactions de pleurs chez les nourrissons sont rares. Les nourrissons semblent préparés à la pratique. Nous ne retrouvons pas d'échanges de regards et nous avons rarement des dialogues, mais parfois des fredonnements.

### 3. Le massage du nourrisson suisse

Nous avons interviewé sept personnes, uniquement des femmes d'origine suisse. Dans cette population, nous ne retrouvons que des familles nucléaires. Une majorité des répondantes dit avoir eu besoin de cet apprentissage en groupe. Elles profitent de ces cours de massage pour avoir une sorte de continuité avec les cours de préparation à la naissance et à la parentalité en posant des questions concernant les soins du nourrisson. Certaines disent: «J'ai obtenu des tuyaux par la sage-femme». C'est un groupe d'un niveau socio-économique relativement élevé.

#### D'abord le bien-être

Au cours des différents entretiens, toutes les répondantes n'ont pas hésité à associer la pratique du massage:

- au bien-être du bébé: «Je voulais de quelque chose qui soit bon pour lui», «J'ai envie qu'elle se sente bien»;

- au bien-être/satisfaction/plaisir parental: «Moi j'avais envie de toucher Louise, la sensation de sa peau c'était agréable», «J'ai qu'une envie, c'est de la tripoter partout, de la toucher, de la câliner».

Même si le massage revêt une grande importance dans le bien-être tant pour le bébé que pour les parents, d'autres représentations apparaissent plus ou moins souvent:

- le contact: «C'est vrai que c'est des moments où tout d'un coup on peut se retrouver»;
- la confiance dans le contact physique: «Ça me donne un peu confiance en moi quand je la manipule», «On m'a appris à faire ça, donc c'est vraiment que je peux lui faire ça.», «C'est très rassurant»;
- le développement psychomoteur: «Par exemple, étirer les bras, j'ai vu qu'elle était plus souvent comme ça, je ne sais pas si c'est naturel dans son développement», «Il devient plus éveillé, curieux»;
- la prise de conscience du corps: «C'est aussi une prise de conscience du corps pour le bébé».
- des soins au corps, pour une répondante.

Lors de l'observation, la majorité des répondantes fait allusion à ses représentations concernant le massage. Le discours s'adresse uniquement au nourrisson sans créer d'interactions extérieures.

Pour toutes les répondantes, la pratique du massage du nourrisson suisse est liée à:

- la transmission du massage (uniquement par des cours);
- le lieu de la pratique (uniquement la chambre);
- le produit utilisé (huile).

Pour certaines répondantes, d'autres éléments sont mentionnés:

- le dialogue et l'échange: «J'y vais avec des gazouillis ou je lui réponds par des sons», «Je lui parle», «On échange».
- le massage centré sur les bras et les pieds de leur enfant.

Cinq femmes font référence à un autre pays concernant leurs connaissances de la pratique du massage. Le lieu, le moment, le début du massage, la fréquence sont, pour le nourrisson suisse, fort variables.

Lors des observations, nous avons constaté que la plupart des répondantes précisent peu les manipulations qu'elles effectuent. Elles expliquent plutôt qu'elles font – ou non – tous les gestes appris en cours ou décrits dans la notice explicative des pratiques distribuée en

cours. Le massage est en général effectué de façon décousue et rarement de façon complète. Quand c'est le cas, les répondants essaient toutefois de respecter l'ordre appris.

## On arrête dès que Bébé pleure

Lorsque le bébé pleure, les manipulations sont systématiquement interrompues, la masseuse tenant soit à calmer l'enfant en le prenant dans ses bras, soit à répondre à un autre besoin (change, allaitement). Il ressort que les réactions de pleurs se manifestent surtout lorsque le massage s'avère être long.

Les autres réactions notées sont par ordre d'importance:

- le sourire
- le calme;
- le regard: «On se regarde souvent»;
- les vocalises et gazouillis: «Elle gazouille»;
- les pleurs: «Il arrive qu'elle pleure».
- le sommeil: «Quand on fait vraiment la totale, elle dort une à deux heures»;
- les mouvements: «Elle gigote dans tous les sens».

Au cours des observations, nous avons pu vérifier les dires et constater que les bébés sont très participatifs au cours du massage. Les répondants profitent de cet instant pour communiquer et jouer avec le nourrisson. Nous retrouvons toujours des échanges de regards, un dialogue et des jeux.

## Perspectives de recherches

Il existe donc des pratiques et des présentations variées concernant le massage du nourrisson. Nous avons pu confirmer deux hypothèses:

- Les parents d'origine suisse massent leur nourrisson pour encourager une communication verbale et non verbale avec celui-ci. Ici, le nourrisson prend une place en tant qu'individu à part entière avec lequel partager.
- Il existe une différence quant aux pratiques et au sens donné à celles-ci en fonction de la culture de la personne qui masse.

Si nous avons pu continuer notre recherche, nous aurions pu la mener, d'une part, sur un échantillon plus large et, d'autre part, utiliser un support visuel (caméra) en complément de nos observations pour relever les interactions mère-nourrisson. Notre étude aurait aussi pu être une recherche comparative menée dans un champ culturel plus étendu (Chine, Inde, Maghreb). ◀

«Attachment Parenting International» (API)

## Huit principes pour une éducation alternative

«Attachment Parenting», c'est une philosophie et une pratique d'éducation qui favorisent la naissance de liens émotionnels solides et sains entre enfants et parents. Un accent particulier est mis sur le fait de répondre aux besoins physiques et émotionnels de l'enfant, leur permettant ainsi d'établir une relation de confiance avec le parent. Loin d'être une nouveauté, les principes de l'«Attachment Parenting» trouvent leurs racines dans les traditions les plus anciennes de toutes les cultures du monde, que des études contemporaines viennent appuyer.

Pour aider à mieux visualiser ce que veut dire une éducation alternative dans la pratique, «Attachment Parenting International» (API) a publié huit principes pour une éducation alternative. Cependant, chaque famille est unique, avec des besoins et des ressources qui lui sont propres. Ces principes ne sont donc que des conseils, et non les normes d'une parentalité parfaite.

### 1. Se préparer à la naissance

Le premier contact avec le bébé est établi lors de la préparation à la naissance et d'une participation active à l'accouchement. Pouvoir prendre des décisions informées sur la manière d'accoucher contribue à faire de la naissance une expérience positive pour la mère et le bébé.

### 2. Répondre aux besoins émotionnels de l'enfant

Comprendre et répondre aux besoins émotionnels du bébé sont les pierres angulaires d'une éducation alternative. Les bébés ont besoin de contact physique et visuel, de sourires. Les pleurs du bébé signifient toujours quelque chose: la faim, la fatigue, la solitude, ou tout autre inconfort. Il attend une réponse. Porter le bébé, le bercer, le nourrir ou tout autre moyen qui le calme, communique au bébé qu'il peut vous faire confiance en toute tranquillité. On ne peut «gâter» un enfant en répondant à ses pleurs.

### 3. Allaiter au sein

L'allaitement maternel au sein répond au mieux aux besoins nutritionnels du bébé, tout en lui apportant un contact physique. L'allaitement au sein a plusieurs avantages

pour l'enfant et la mère et est le moyen le plus naturel de répondre aux besoins physiques et émotionnels de l'enfant.

### 4. Porter et toucher

Porter l'enfant, que ce soit dans les bras ou à l'aide de porte-bébés ou d'écharpes, répond aux besoins de contact physique et de mouvement de l'enfant, le sécurise et le stimule. Tout ceci contribue, comme le massage du bébé, à son développement cérébral.

### 5. Opter pour le sommeil partagé ou cododo

Répondre aux besoins de l'enfant ne s'arrête pas à l'heure du coucher. API recommande de garder le bébé à proximité, dans des conditions de sommeil sécurisant.

### 6. Éviter les séparations fréquentes ou prolongées

Les bébés ont un besoin très fort de présence physique avec un parent responsable et aimant. Les liens d'attachement entre parent et enfant se créent à travers l'interaction et les soins quotidiens, prodigués avec amour. Des séparations fréquentes ou prolongées peuvent avoir des conséquences

négatives sur le développement du lien entre le parent et l'enfant. La continuité est essentielle dans le lien de l'enfant avec la personne qui s'en occupe, en toute responsabilité et avec amour.

### 7. Adopter une discipline positive

Les limites sont nécessaires quand les enfants grandissent. Une discipline exercée de manière

positive et non-violente, ainsi que des conseils prodigués avec amour favorisent le développement du contrôle de soi et de l'empathie envers les autres.

### 8. Maintenir l'équilibre dans la vie familiale

Tout comme les enfants, les parents ont besoin de prendre soin d'eux, tout particulièrement quand ils doivent constamment répondre aux besoins intenses et immédiats d'un nourrisson. L'équilibre est essentiel pour éviter un «burn-out» parental.

Pour en savoir plus, voir les pages en anglais du site: [www.attachmentparenting.org](http://www.attachmentparenting.org)

