

Les pleurs du bébé : comportement à éteindre ou compétence à nourrir?

Mon bébé pleure... « Qu'est-ce qu'il a...? »

Torticolis? Reflux? Trop de lactose? Allergie/intolérance? Infection? Maladie?

Dr Brazelton, Dre Douglas, Dre Gremmo-Feger, Dr Sears (entre autres) disent :

- « Pour établir un tel diagnostic, les pleurs excessifs doivent s'associer à d'autres symptômes. »
- « Moins de 5% de ces nourrissons présentent des preuves de maladies qui expliquent leurs pleurs et les autres (en santé) cessent de pleurer d'eux-mêmes à un certain stade (autour de 4 mois) ».
- « Les coliques (problèmes système digestif) seraient un terme désuet. »
- « Dans la mesure où la majorité des enfants ne souffrent d'aucun trouble organique et en particulier d'aucune anomalie gastro-intestinale (...), et étant donné le caractère irrégulier et transitoire des pleurs, il est logique qu'aucun médicament n'ait un effet démontré dans les essais randomisés. ».

Mon bébé pleure... « Qu'est-ce qu'il nous dit...? »

Les pleurs d'un bébé, c'est un comportement universel, un processus naturel lié à la maturation.

- « De tous les mammifères, le bébé humain est le plus neurologiquement immature à la naissance. »
- Les pleurs d'un bébé, c'est d'abord et avant tout une demande de contact humain, de proximité.
- Les pleurs d'un bébé servent à exprimer des besoins, des émotions. Ils servent aussi à libérer des tensions suite à la grossesse, la mise au monde, la séparation.
- Le bébé n'a pas les structures cérébrales lui permettant de comprendre et de gérer ce qui lui arrive et de s'apaiser.
- Le bébé a besoin d'un interprète, sa maman-son papa, qui accueillent ses pleurs, le consolent, le réconfortent, l'apaisent avec des mots et des gestes calmes, tendres, respectueux.

Comment nous donner la force de suivre le rythme de notre enfant?

- Je prends le temps de regarder mon enfant et d'écouter les signaux qu'il me donne.
- Je prends le temps d'écouter ma « p'tite voix », j'y fais confiance et je fais confiance à mon enfant.
- Nous lui donnons la proximité qu'il a besoin : être dans nos bras, être porté, être regardé, être câliné, être là pour lui. Nous sentons que cela lui fait du bien.
- Pourtant, il nous arrive d'avoir des doutes, même des peurs : peur qu'il reste dépendant, peur de le gêner, peur qu'il nous manipule, peur que les autres aient raison et que bébé devienne un bébé à bras, un p'tit gars à sa maman, un enfant qui nous contrôle...
Je reconnais ces peurs, j'en parle avec l'autre parent et nous nous rassurons ensemble.

Nous décidons que ce que nous sommes en train de faire, c'est bâtir sa confiance en lui et en nous, ses parents.

Références axées sur les enfants

- Didierjean-Jouveau Claude Suzanne (2008). *Ne pleure plus bébé*. Paris : Jouvence.
- Douglas, Dre Pamela (2014) *The discontented Little Baby Book*. University of Queensland Press. 260 pages
- Gremmo-Feger Dre Gisèle (2009). *Un autre regard sur les pleurs du nourrisson*. <http://stle.e-monsite.com/medias/files/pleursautreteregardggf09.pdf>
- Godin Louise, *Parents, dossiers : pleurs* : <https://louisegodin.com/parents/parents-dossiers-2/parents-dossier-pleurs/>
- Gueguen Catherine (2014). *Pour une enfance heureuse*. Paris : Laffont.
- Jové Dre Rosa (2017). *Dormir sans larmes*. Les Arènes
- Roy Jeanne avec le comité de co-construction (novembre 2016). Trousse « Voyage au cœur de l'attachement »,
- Solter Aletha *Pleurs et colères des enfants et des bébés/Tears and Tantrums : what to do when babies and children cry*.
- Sunderland Margot *La science au service des parents* (2016)/*The Science of Parenting* (2nd edition, 2016)
- Vingerhoets Ad (2013). *Why only humans weep – unravelling the mysteries of tears*. UK: Oxford

Histoire d'un bébé qui pleure et d'un bébé qui ne pleure pas¹

Nos bébés ne sont pas bien différents de ceux qui naissent il y a des milliers d'années. À cette époque lointaine, les petits qui, séparés de leur mère, savaient le mieux la garder en alerte (autrement dit, les plus rouspéteurs) vivaient plus longtemps.

Reportons-nous un instant à cette époque de l'histoire, « l'âge des Pierrafeu », et essayons un peu d'imaginer les scènes suivantes :

Scène no 1. Deux bébés Pierrafeu sont avec leurs mamans, qui cueillent des mûres dans la forêt. Les petits se sont endormis et comme ils sont dodus et pèsent lourd, leurs mamans ont bien envie de les déposer un peu pour continuer à travailler plus à l'aise : elles leur improvisent donc un petit lit de paille sur le sol.

Au bout d'un moment, les bébés se réveillent en pleurant. Une des mamans se précipite, le prend dans ses bras, le console et l'emporte avec elle; la seconde maman, elle, fait la sourde oreille – alors que la plupart des prédateurs qui vagabondent aux environs dressent l'oreille et se lèchent déjà les babines.

Scène no 2. Deux bébés Pierrafeu sont avec leurs mamans qui cueillent des mûres dans la forêt. Les petits se sont endormis et, comme ils sont dodus et pèsent lourd, leurs mamans ont bien envie de les déposer un peu pour continuer à travailler plus à l'aise : elles leur improvisent donc un petit lit de paille sur le sol.

Au bout d'un moment, le premier bébé, qui est du genre agité et goinfre, se réveille en pleurant. Sa mère accourt aussitôt, le prend dans ses bras, le câline, le console, puis le recouche. Quand la scène s'est reproduite un certain nombre de fois, la mère, femme pratique s'il en est, décide de l'emporter avec elle au travail, attaché sur son dos.

L'autre bébé, en revanche, qui est du genre à ne pas rouspéter quand il se réveille, reste plusieurs heures sans voir sa maman qui, de son côté, continue tranquillement à cueillir ses mûres en s'éloignant de plus en plus. C'est alors que, attirée par l'appétissant fumet que dégage ce délicieux bébé des cavernes, une meute de loups décide de s'offrir un bon petit casse-croûte.

Vous l'avez deviné, nous sommes les descendants des bébés no 1, les rouspéteurs. Et nous continuons de faire comme eux pour survivre : nous essayons de nous assurer la protection de ceux qui s'occupent de nous tant que nous n'avons pas atteint notre maturité.

¹ Référence : Dr Rosa Jové (2016) Dormir sans larmes – les découvertes de la science du sommeil de 0 à 6 ans, pages 28-29-30.