

LE MASSAGE DES BEBES

LE MASSAGE DES BEBES

I REGARD SUR LE MASSAGE DES BEBES

1/ UN ART TRES ANCIEN

2/ L'ART DU MASSAGE

3/ BUT DU MASSAGE

4/ MON. EXPERIENCE

1/ UN ART TRES ANCIEND'OU VIENT-IL ?

Bien malin qui saurait le dire !

Le massage des bébés est un phénomène qui remonte à l'aube des temps.

Cette pratique est sans doute transmise de mère en fille depuis que les femmes ont des enfants. C'est un contact si simple, si naturel, si facile à apprendre...

Dans le ventre maternel, le bébé est en permanence massé sur tout son corps. Il vit dans un monde resserré, mais chaud, et en totale sécurité physique. Puis, vient le grand chambardement de la naissance et, lorsqu'il est sorti, il n'est plus contenu ; le monde autour de lui est immense !...

Panique !

Il va s'y adapter mais pour cela, il a besoin de temps et de contact étroit ! Les mères savent-elles cela instinctivement depuis toujours ?

Dans de nombreux pays, le massage est régulièrement donné aux bébés à partir de la naissance. Il cesse en général d'être régulier pour être pratiqué à la demande vers l'âge de 6 mois quand, fier de ses forces toutes neuves, l'enfant peut se retourner seul sur le ventre et ainsi fortifier et stimuler lui-même son dos.

Il est indispensable alors pour la maman d'accepter l'étape du détachement et les découvertes propres de son enfant.

A TRAVERS DIFFERENTS PAYS

L'Inde, l'Afrique Noire, le Maghreb, l'Asie : autant de pays où le besoin tactile du petit enfant est largement considéré.

En Nouvelle Zélande : le bébé est massé matin et soir chez les MAORIS. Durant plusieurs années l'enfant est massé, et l'on insiste sur les chevilles et les genoux pour les assouplir et favoriser la beauté de la marche.

A Bali : jusqu'à l'âge de 2 ans, l'enfant est porté par sa mère. Il est régulièrement massé pour qu'il se sente bien.

En Ouganda : la mère n'est jamais séparée de son enfant. Elle le masse, le caresse, le berce et chantonne constamment. Les demandes du bébé sont satisfaites par anticipation et l'enfant n'a pas besoin de crier pour manifester ses désirs.

Une étude faite en 1956 par Marcelle GERBER sur les effets de la malnutrition pour l'intelligence de l'enfant, montre que le "développement intellectuel pendant les 4 premières années de la vie est supérieure à la moyenne" (8).

Au Nigéria, au Mali, en Nouvelle Guinée, à Fidji, au Venezuela, au Népal, les bébés sont portés contre leur mère et massés de façon attentive.

Ecoutez le témoignage de cette jeune femme népalaise : "J'ai appris cette technique de ma mère et de mes soeurs aînées. C'est indispensable, car ça rend les nouveaux-nés plus forts, plus éveillés et plus intelligents" (9).

AU CAMBODGE

J'ai eu la chance de dialoguer avec une femme cambodgienne. Dans ce pays, le massage est régulièrement pratiqué au sein de la vie courante.

Elle a massé ses 5 enfants, surtout pendant le bain, ou le soir pour faciliter leur sommeil. Elle a arrêté lorsque l'enfant a eu besoin de jouer avec d'autres, besoin de s'échapper. Elle ne l'a plus fait alors qu'à la demande.

Au Cambodge, la naissance est appelée "La Traversée du Fleuve dans la Tempête", c'est dire si l'on sait que l'enfant a besoin ensuite d'être soutenu et réconforté !

Il est, en général, porté sur les hanches par sa mère. On apprend aux enfants à masser leurs parents ou les personnes âgées lorsque celles-ci présentent des douleurs. Ils aiment beaucoup ça et se massent aussi entre eux sous forme de jeu.

Cette jeune femme m'a parlé de son bonheur "d'être sûre qu'à ce moment privilégié le bébé se sent aimé et en confiance et que tout son être le manifeste."

EN UNION SOVIETIQUE

Le massage y est très vivace.

Est-ce une pratique traditionnelle ou est-il réapparu suite à des recherches scientifiques ? Je n'ai pas de réponse à ce sujet.

En tout cas, les scientifiques soviétiques pensent que l'exercice et le massage permettent de nouvelles communications dans le système nerveux central et donc une potentialité motrice plus grande.

C'est une pratique reconnue et intégrée dans les soins quotidiens donnés aux enfants. Dans les crèches, une part importante est réservée au massage. Les pédiatres et le personnel soignant en reconnaissent les bienfaits et, si on leur demande pourquoi ils réalisent ces massages, ils répondent : "Pourquoi ne le faites-vous pas ? Le massage des bébés est courant dans de nombreuses régions d'Afrique et d'Asie. Se peut-il qu'une technique utilisée par tant de mères soit négligeable ?" (8)

EN INDE

A travers pratiquement toute l'Inde, on masse régulièrement les bébés de l'âge de 1 mois à 1 an environ. La maman est souvent regardée attentivement par une fillette qu'elle initie implicitement à son futur rôle de mère.

Un film, réalisé en 1988 au Bengale par le Dr C. SIMONNET, pédiatre, nous montre le maternage en Inde (63).

La mère parle, chante, et un véritable dialogue s'instaure avec l'enfant. La communication visuelle est intense et permanente. L'enfant est massé sur les genoux de sa mère. Elle prend tout son temps pour s'occuper de lui et lui manifeste une attitude de totale dévotion. Les gestes maternels sont transmis sans apprentissage de génération en génération et ces mamans sont d'un calme, ont une sûreté et une dextérité manuelle telles que nous ne pouvons qu'admirer. (Cf page suivante).

"Paul LAMBERT avançait en observant tout ce qu'il découvrait autour de lui. Avant d'atteindre la fontaine, il fut saisi par la beauté d'une jeune mère drapée dans un sari rouge, assise dans la ruelle, le dos bien droit, un bébé posé sur ses jambes allongées. Le nourrisson était nu, avec seulement une amulette tenue par une cordelette autour de la taille. C'était un enfant potelé qui n'avait pas l'air de souffrir de malnutrition. Une flamme étrange passait dans leurs regards. On aurait dit qu'ils se parlaient avec leurs yeux. Subjugué, LAMBERT posa son seau. La jeune femme venait de verser quelques gouttes d'huile de moutarde dans ses paumes et commençait à masser le petit corps. Habiles, intelligentes, attentives, ses mains remontaient et descendaient, animées par un rythme aussi discret qu'inflexible. Travaillant tour à tour comme des vagues, elles partaient des flancs du bébé, traversaient sa poitrine et remontaient vers l'épaule opposée. En fin de mouvement, le petit doigt venait glisser sur le cou de l'enfant. La mère le fit ensuite pivoter sur le côté. Elle lui étendit les bras et les massa délicatement, l'un après l'autre, en lui chantant de vieilles comptines racontant les amours du Dieu Krishna ou quelque légende venue du fond des âges épiques. Puis, elle s'empara des petites mains et les pétrit de ses pouces, comme pour faire circuler le sang de la paume vers les extrémités. Le ventre, les jambes, les talons, la plante des pieds, la tête, la nuque, le visage, les ailes du nez, le dos, les fesses étaient successivement caressés, vivifiés par les doigts souples et dansant. Le massage s'acheva par une série d'exercices de yoga. Plusieurs fois de suite, la mère croisa et décroisa les bras de son fils, sur la poitrine afin de libérer son dos, sa cage thoracique, sa respiration. Vint enfin le tour des jambes qu'elle remonta, ouvrit et referma sur le ventre pour provoquer l'ouverture et la relaxation complètes du bassin. L'enfant gazouillait de béatitude. "Il s'agissait d'un véritable rituel" dira LAMBERT ébloui par tant d'amour, de beauté, d'intelligence. Car il imaginait toute la nourriture extra-corporelle que ce massage apportait au petit corps menacé par tellement de carences".

Extrait de la CITE DE LA JOIE - De Dominique LAPIERRE
Chapitre 14 - pages 99 -100.

SI SHANTALA M'ETAIT CONTE ?

C'est d'Inde que F. LEBOYER rapporte en Occident la pratique du massage des bébés, il y a presque 20 ans.

Depuis, la lecture de ses écrits et la vision des films qu'il a réalisés sur la naissance et le massage ne cessent d'interpeler et de toucher de nombreux parents ainsi que des personnalités du milieu médical, para-médical et du domaine de la petite enfance.

On peut ne pas être toujours d'accord avec ce qu'il énonce, mais l'on ne reste pas indifférent en général à ce qu'il nous transmet... Il nous touche !

Il a rencontré SHANTALA, jeune femme qu'il a filmé pour pouvoir en faire bénéficier d'autres mamans. Écoutons-le :

"Je trouvai SHANTALA assise à même le sol et massant son bébé. Voilà que, soudain, en plein sordide, il m'était donné de contempler un spectacle de la plus pure beauté !

Je restais muet.

C'était comme un rituel, tant la chose était grave et revêtue d'une extraordinaire dignité. C'était comme un ballet tant il y avait d'harmonie et tant le rythme était juste, souverain, quoique d'une grande lenteur. Et comme l'amour, tant il y avait d'abandon, de tendresse.

Je restais là, ébloui, confondu.

L'horreur des rues sordides parcourues, des taudis entrevus, tout avait disparu.

J'étais comme aveuglé par tant de beauté et d'amour. Le soleil en vérité, avait fait voler tout en éclat et allumait la joie partout" (38).

Le message que F. LEBOYER nous a transmis a été entendu, c'est bien certain.

Il est la base, la référence, en ce qui concerne le massage des bébés en France. J'ai pu le vérifier lors de mon travail de recherche. Toutes les personnes que j'ai rencontré, parents ou professionnels, s'en étaient inspirés.

ACTUELLEMENT EN OCCIDENT

Le massage des bébés est encore très peu pratiqué en Occident. Pourtant, un net courant se dessine en sa faveur et permet d'espérer qu'il va s'y développer dans les années à venir.

Ainsi, la relation mère-enfant beaucoup plus axée en occident sur le regard et la voix, pourrait-elle bénéficier de cet apport du toucher.

En Australie : A. AUCKETT, praticienne dans un centre de soins pour enfants, y a introduit le massage des bébés depuis 1977. La réaction des parents, puis des médecins fut très favorable.

Elle a édité un livre instructif à l'usage des parents "Câlins et massages pour bébés" (8).

Aux USA : Eva REICH pratique depuis 1952 ce qu'elle appelle "le massage papillon". A base d'effleurements, ce massage est destiné au bien être de l'enfant et tend à diminuer chez lui les effets du traumatisme de la naissance. Elle mit au point cette pratique dans un hôpital de Harlem, où elle s'occupait d'enfants prématurés.

En 1975, le Dr Ruth D. RICE met au point la "technique de stimulation sensitivo motrice", devenue depuis "The loving touch" ou

"massage d'amour" qui consiste à effleurer, masser, bercer les bébés et constitue, depuis, une méthode pour améliorer les soins, la vie et le développement des prématurés (8).

En France : le massage des bébés se développe progressivement dans le milieu de l'enfance et il semble faire l'objet d'une demande accrue de la part des parents. Beaucoup souhaitent l'apprendre. Ce sont surtout puéricultrices, psychomotriciennes, kinésithérapeutes et psychologues qui pratiquent et enseignent le massage des bébés.

Par contre, il est encore beaucoup trop ignoré dans le monde médical, bien que les esprits de nombreux pédiatres soient ouverts à ce genre de relation envers le bébé.

Souhaitons que l'avenir fasse croître et grandir cette pratique, qui peut amener un plus réel pour les enfants et leurs parents...

Pour ma part, je ne l'ai rencontré de façon bien structurée qu'à l'hôpital pour enfants DEBROUSSE à Lyon où, depuis une dizaine d'années, il est régulièrement appliqué aux enfants.

2/ L'ART DU MASSAGE

CONDITIONS POUR MASSER BEBE

Il faut disposer en tout d'une demi-heure à une heure de temps à consacrer au massage du bébé. Lorsque l'enfant est très petit, on se contentera de le masser 10 minutes, puis l'on ira en augmentant. A 6 mois, un bébé peut recevoir un massage de 30 minutes environ.

Il faut que bébé ait envie d'être massé. Le massage doit être une séance de bien être dont l'enfant sort détendu. Pour cela, il est nécessaire de respecter son rythme. Pour être réceptif, il ne doit avoir ni faim, ni sommeil. Le moment le plus favorable semble être avant ou après le bain ; ce n'est pas une règle générale.

Lorsque le massage est donné avant le bain, l'eau prendra le relais de vos mains pour achever de détendre le bébé.

Le lieu où l'on pratique le massage doit être bien choisi, calme, chauffé, et sans lumière violente. Si l'enfant ressent la sensation de froid, il va se contracter et l'effet du massage sera manqué. Pour cela, veillez à avoir les mains chaudes. Puis retirer bagues et bracelets afin de ne pas le blesser.

Soyez confortablement installé et ayez tout ce qu'il vous faut à portée de la main car le massage doit être continu. Vous pouvez vous asseoir sur un lit, une chaise ou par terre, et masser l'enfant sur vos genoux. Cette méthode est très bonne car elle favorise le contact corporel, nécessaire au tout-petit. On peut également masser l'enfant par terre, devant soi, ou sur une table.

Qui dit détente dit relâchement ; alors attention aux "fuites" ; disposez sous le bébé un tissu étanche et recouvrez-le d'une serviette douce.

On peut utiliser de l'huile végétale pour le massage (par exemple de l'huile d'amande douce). Laissez-là d'abord tiédir dans vos mains. Cette huile rend le massage moins saccadé, plus harmonieux, et elle nourrit la peau du bébé ; très utile en cas de peau sèche... Mais elle n'est pas obligatoire et vous pouvez très bien masser à mains nues si vos mains glissent suffisamment.

Enfin, il faut une condition essentielle pour la personne qui va donner le massage : qu'elle ait envie de masser ! Sinon il n'y aura pas grand bénéfice pour l'enfant. En effet, si vous n'avez pas envie ou si vous êtes fatigué, tendu, énervé, l'enfant le sentira et il n'arrivera pas à se détendre lui-même. Car les mains ne savent jamais mentir ; entre elles et celui qui reçoit le massage se joue une communication directe. Ce n'est pas par la pensée qu'elle se fait, mais elle est bien réelle, et toute personne massée peut en témoigner.

Alors, que le massage ne soit jamais une contrainte, une obligation. Ne vous forcez pas, vous iriez à l'encontre du but recherché.

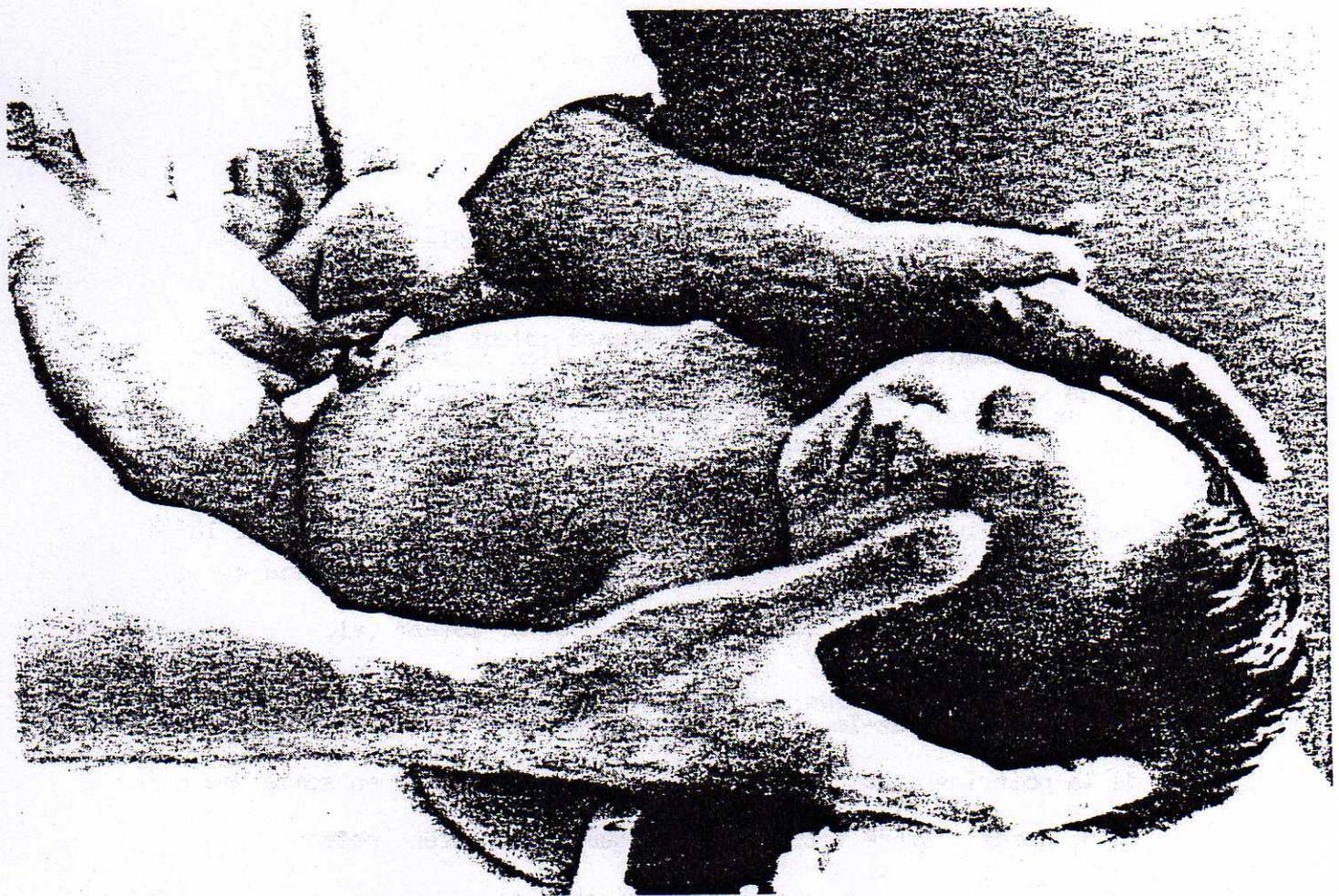
Il faut être disponible, ouvert au bébé que vous allez masser. Pour cela, prenez quelques minutes de détente auparavant.

Si vous avez vraiment envie de masser, si vous y prenez plaisir, vous procurerez au bébé un massage efficace et agréable.

DESCRIPTION DU MASSAGE

Le bébé peut être massé dès sa naissance. Le massage doit être doux et ferme ; ce n'est pas à proprement parler une caresse.

Consacrez toute votre attention à l'enfant. Parlez-lui. Dites-lui que vous allez le masser. Lorsque vous le retournez, prévenez-le avant, il vous en saura gré. Vous pouvez lui chanter une chanson tout en le massant ou lui réciter un poème ou un conte.



Maintenant, déshabillez doucement l'enfant et regardez-le en lui parlant. Durant le massage, il est important de maintenir le plus possible ce contact visuel avec lui, car cela aussi nourrit l'enfant.

N'oubliez pas que le massage ne doit pas être interrompu, qu'il doit être continu et symétrique, afin que l'enfant prenne conscience totalement de son corps.

On commence en principe par le thorax, le ventre; puis on poursuit par la tête, les bras, les jambes et l'on termine par le massage du dos. Mais cet ordre n'est, en aucune façon, rigide.

Installez le bébé sur vos genoux.

Vous allez commencer par le thorax :

Avec votre main gauche, partez du flanc droit du bébé jusqu'à son épaule gauche et, inversement, votre main droite va du flanc gauche du bébé jusqu'à son épaule droite. Ces deux gestes se font alternativement. Ils se croisent sur la poitrine du bébé.

Observez les réactions du bébé. Que vos mains prennent le temps pour lui parler... Que ce soit un moment privilégié pour lui et pour vous.

Le ventre :

Massez-le en ramenant vos mains l'une après l'autre de la base de la poitrine jusqu'au bas du ventre. Vous ramenez en somme vos mains l'une après l'autre vers vous. Lorsque que l'enfant présente des coliques, massez doucement tout son ventre en ronds concentriques autour de l'ombilic dans le sens des aiguilles d'une montre.

Les parties génitales :

Incluez-les dans de longs effleurages qui descendent le long du corps. Elles sont ainsi touchées avec naturel comme les autres parties du corps, ni ignorées, ni touchées avec une accentuation particulière.

Puis, voici la face :

Posez vos pouces au milieu du front et écartez-les jusqu'aux tempes, plusieurs fois de suite. Puis, les pouces partent des yeux, suivent les bords externes du nez, se dirigent sur les commissures de la bouche et s'arrêtent au bas des joues.

Pour masser les bras :

Tournez le bébé sur le côté. Votre main gauche saisit la main de l'enfant pour étendre le petit bras. La main droite empaume l'épaule du bébé et les doigts vont former un bracelet qui, lentement, remonte le long du bras de l'enfant.

Arrivée au bout de son trajet, la main droite a rejoint la main gauche et la main droite tenant le poignet du bébé, la main gauche se trouve libre. Elle va, à son tour, encercler l'épaule gauche en formant à nouveau un bracelet qui remonte le long du bras de l'enfant. Vos mains se succèdent, remontant toujours de l'épaule jusqu'à l'extrémité du petit bras.

Puis, massez la paume de la main avec vos pouces.

Maintenant, tournez le bébé sur l'autre côté et massez l'autre bras.

Pensez toujours à parler à l'enfant ; en général, cela vient naturellement. Dites-lui combien vous le trouvez beau, combien vous êtes heureuse de le masser.

Vous pouvez nommer tout haut les parties de son corps en le massant. Cela le confirme dans son corps et construit son image corporelle.

S'il arrive que le bébé pleure, passez à une autre partie de son corps pour qu'il retrouve le plaisir, avant d'y revenir.

Pour les jambes :

Le bébé est à nouveau sur le dos.

Prenez une jambe doucement en mains et massez-la sur toute sa longueur d'une main, puis de l'autre. Les mains forment de petits bracelets autour de la jambe et remontent en petits mouvements circulaires.

Au niveau des pieds, poussez fortement les pouces sur la plante des pieds.

Posez doucement la jambe et, en même temps, prenez l'autre jambe en mains.

Pour les bras comme pour les jambes, vous pouvez également faire travailler vos deux mains ensemble, mais en sens opposé. Vous les placez l'une au-dessus de l'autre, à la racine du membre, et vous faites progresser ces deux petits bracelets jusqu'à l'extrémité du membre. C'est un mouvement de vissage de vos deux mains en sens opposé, comme si vous essoriez le membre. Arrivées à l'extrémité, vos mains retournent à la racine du membre et recommencent.

Je vous conseille fortement ce mouvement de vissage ; les bébés adorent ça...

Attardez-vous aux poignets ; attardez-vous aux chevilles.

Ce sont des lieux privilégiés pour l'équilibre et le passage de l'énergie.

Et maintenant le dos :

C'est un temps essentiel du massage car beaucoup de tensions se glissent le long de la petite colonne vertébrale.

Vous allez vous y attarder un peu.

L'enfant est tourné sur le ventre. Commencez par les mêmes gestes que le thorax : faites un massage croisé. Puis, une main empaume fermement les fesses et l'autre, placée bien à plat perpendiculairement à la colonne, descend de la nuque jusqu'aux fesses.

Vous pouvez également placer l'enfant à plat, ventre en travers de vos genoux. Vous posez vos mains à plat sur son dos, à hauteur des épaules. Et, l'une après l'autre, elles vont descendre lentement et régulièrement jusqu'aux reins, puis jusqu'aux fesses.

Enfin, passez plus légèrement les deux mains sur le corps entier pour permettre à l'enfant de retrouver une perception globale.

Et prenez-le contre vous pour un doux contact avec votre chaleur.

Voilà, c'est terminé.

Comment se sent l'enfant ? Comment vous sentez-vous ?

Regardez...

S'il a pleuré et que ce soient les premiers massages, ne vous découragez pas : un peu de temps est nécessaire pour s'adapter, pour trouver le bon rythme dans les gestes.

Surtout, que vos mains soient détendues, que votre respiration soit aisée et que votre coeur soit heureux lorsque vous massez.

Soyez à l'écoute de l'enfant, c'est ainsi seulement que vous pouvez parler à son corps tout entier.

Et puis, n'ayez pas peur ! Faites-vous confiance ! Vous pouvez même inventer !...

J'ai décrit une forme de massage de bébés, mais il y en a bien d'autres. Alors, ne vous laissez pas arrêter par l'aspect technique "Car plus que la technique comptent la joie et l'amour !" (9).

Et, à mesure que l'enfant grandit, vous allez constater qu'il vient un moment où les massages durent moins longtemps et ils finissent par cesser. L'enfant a, de toute évidence, d'autres centres d'intérêt. Il aborde une nouvelle étape de son développement.

Laissez-le aller, ne regrettez rien. Cet enfant va devenir encore plus passionnant. Et le massage, vous pouvez toujours le retrouver de temps à autre lorsqu'il en a besoin.

Peut-être pour s'endormir ou lorsqu'il est chagrin...

Il suffit d'attendre, quand il aura dépassé l'apprentissage de la marche, il sera de nouveau prêt à apprécier les massages.

3/ BUT DU MASSAGE

Partage, langage, don de soi, relation, communion, le massage est tout cela et bien plus encore...

BIENFAITS DU MASSAGE POUR LE BEBE

Le massage offre au bébé un temps de plaisir et de joie partagé. Ce langage de tendresse qu'il reçoit le calme, l'apaise, renouvelle son énergie, et lui procure un intense bien être corporel et affectif.

C'est un temps bien à lui, un temps de communication et d'écoute avec la personne qui le masse.

La tendresse a besoin de temps pour se dire...

Le massage prolonge les caresses du contact intra-utérin et l'enfant retrouve un peu de ses repères ; il se sécurise ; il peut accueillir l'inconnu...

La peur s'éloigne...

Les enfants massés sont moins peureux que les autres ; par la suite, ils savent s'adapter et sont généralement peu agressifs. Ils n'ont pas la peau "dure" .

Il y a un bonheur de la peau, une jouissance que l'on rencontre chez l'être que l'on masse avec beaucoup d'attention. La peau s'ouvre comme une porte, un passage.

Passage pour le bien-être, une plus grande écoute au chant qui bourdonne à l'intérieur, un appétit de joie de vivre. Et cela ne s'oublie pas, même plus grand.

Le massage permet une meilleure relation de la mère au bébé et l'enfant en profite largement.

Le contact se fait de peau à peau. Cela est de grande importance lorsque l'enfant a été séparé de sa mère et a manqué de stimulations.

Le massage, alors, resserre les liens, offre à la maman la possibilité de renouer physiquement avec son bébé et cela permet de reconstruire une "bulle" relationnelle entre la maman et l'enfant.

Il joue un grand rôle pour effacer de la mémoire de l'enfant les souvenirs douloureux liés à la naissance (57).

A ce sujet, F. LEBOYER conseille de masser le dos du bébé à la naissance et de lui donner ensuite un bain pour achever de délier toutes les tensions résiduelles (36).

Le massage stimule le développement cérébral du bébé. La croissance neurologique est accélérée par le toucher car celui-ci stimule les circuits nerveux dans tout l'organisme et augmente ainsi la vitesse de myélinisation (57).

N'oublions pas les répercussions physiques du massage. Il tonifie la musculature du bébé et facilite ainsi l'acquisition du mouvement et de la marche.

Il augmente les périodes de sommeil profond chez l'enfant, augmentant du même coup la production de l'hormone de croissance, secrétée pendant ces phases. Le développement de la croissance est donc plus harmonieux.

Il stimule le jeu de la respiration.

Il facilite la digestion.

Il favorise l'élimination constituant ainsi un excellent drainage de l'organisme du bébé.

Il permet une résistance face aux microbes et l'on constate que les enfants massés présentent une résistance aux maladies assez exceptionnelle.

Ce qui fait qu'ils consomment moins de médicaments que les autres enfants ! (7).

Moins de maladies, sommeil accru, il permet également souvent de calmer les coliques des nourissons sans recourir aux remèdes.

Le bébé, lorsqu'il est massé, reçoit beaucoup de ses parents. Il n'a donc pas besoin d'attirer l'attention de ceux-ci par des maladies somatiques.

Le massage procure à l'enfant une meilleure perception et intégration de son schéma corporel. Le massage relie toutes les parties du corps du bébé entre elles. Il délimite sa forme et l'enfant en prend conscience. Il ne se sent plus morcelé, mais acquiert un sentiment d'unité corporelle. Ceci rend l'enfant plus solide. Il est en sureté, en sécurité à l'intérieur de son corps bien habité. C'est la confiance... Il devient curieux précocément. Il explore. Il se détache naturellement.

Le massage ouvre aussi au bébé le potentiel du toucher : il touche et il est touché. Cela s'inscrit dans son corps et il touche ensuite ce qui l'entoure de façon très naturelle.

Voici le témoignage d'une maman qui a massé régulièrement et avec grand plaisir ses 3 petites filles :

"Mes filles touchent très facilement les enfants et les grandes personnes. J'ai pu remarquer que lorsqu'une personne de l'entourage se plaint d'une douleur ou ne se sent pas très bien, elles vont spontanément la masser et posent leurs mains sur les endroits douloureux (71).

Enfin, le massage constitue pour l'enfant un riche bagage de sensibilité sensorielle tactile. A l'heure actuelle, l'accent est plus porté sur l'éducation de la vue par les images, les couleurs, et de l'oreille par la musique.

Le massage est une véritable éducation au toucher pour le bébé, car plutôt que d'avoir à rééduquer nos sens bien amoindris par la vie, éduquons-les !

Eduquer sensoriellement un enfant, c'est lui apprendre à utiliser ses organes de perception afin qu'il reçoive de son environnement la somme d'informations nécessaires au plein développement de ses capacités psycho-corporelles.

Et nos sens nous ouvrent sur la vie,

Sans eux, que serions-nous ?

"Hé, mes sens, éveillez-vous !

Je veux que vous me montriez la vie, toute la vie !

Je veux que vous m'emplissiez de ses essences les plus subtiles ! Que la vie coule en moi, par tout mon corps et mon esprit ! Que je sois un noeud de vie où s'entremêlent les couleurs de l'arc-en-ciel !" (77).

BENEFICES POUR LES PARENTS

Les parents qui massent se sont soit déjà intéressés à cette démarche avant la naissance ; soit, rarement, ils y sont initiés par le personnel qui s'occupe de leur enfant : à la crèche, à la maternité... et ils s'aperçoivent du bien fondé de ce massage dans la relation avec leur bébé.

Car le massage leur permet de mieux communiquer avec lui, de mieux le connaître, mieux le comprendre. La maman se sent rassurée lorsque son enfant dort mieux, qu'il est plus calme. Elle prend confiance en elle-même, en ses capacités vis-à-vis de son enfant, en sa faculté de lui faire du bien. Le lien entre elle et le bébé en est renforcé.

Le massage est fortement conseillé lorsque le bébé pleure beaucoup dans les premiers temps de sa vie ; cela donne aux parents un moyen efficace de lui venir en aide et de ne pas se laisser déborder par la fatigue et l'anxiété déclenchées par les pleurs de leur nouveau-né.

Il donne également au père une bonne occasion de rapprochement avec son enfant, car le père comme la mère peuvent masser le bébé.

Les liens affectifs entre eux s'en trouvent accrus. La confiance, la chaleur, la tendresse sont au rendez-vous.

Enfin, le massage est aussi agréable à donner qu'à recevoir. Il procure joie et plaisir à celui qui le donne.

A la fin du massage, la personne qui a massé un bébé se sent, en règle générale, très détendue. N'est-ce pas appréciable pour l'ambiance familiale ?