

APPRENDRE AUTREMENT

UN APPRENTISSAGE AUTONOME

En 2003, quand j'ai découvert l'existence de la motricité libre, je ne me sentais pas concernée. J'adorais le transat, le cosy qui berce et le trotteur, je n'imaginai pas m'en passer. Mais certains éléments me parlaient un peu, par exemple, je n'avais jamais tenu la main de mon premier enfant pour le faire marcher (j'entends encore la grand-mère de ma fille me dire : « Mais elle ne marchera jamais si tu ne la fais pas marcher ! ») Et pourtant, ma mère dut se rendre rapidement à l'évidence : bien que je n'aie jamais appris à ma fille à marcher, elle a marché tôt et seule. En s'appuyant sur les meubles, en s'accrochant partout où elle pouvait puis en se lâchant un jour). Première étape vers la motricité libre à la naissance de mon troisième enfant en 2005, je n'avais plus de transat et j'ai décidé de m'en passer. Mais je n'étais pas encore prête et le youpala est ressorti de son carton.

Pendant ma quatrième grossesse, j'ai appris que mon enfant souffrait d'une ventriculomégalie sévère due à une hémorragie cérébrale. La neuro-pédiatre était circonspecte, les images du cerveau prises à l'IRM étaient bonnes mais ne lui permettaient pas d'affirmer quoi que ce soit avec certitude. Elle nous dit qu'a priori notre enfant ne souffrirait pas d'un déficit intellectuel, mais que peut-être il pourrait avoir des séquelles physiques.

Rapidement après sa naissance, j'ai su que j'allais opter pour la motricité libre. En effet, quelle solution plus simple s'offrait à moi que de laisser mon enfant évoluer à son rythme et d'ainsi repérer d'éventuelles difficultés ? J'ai découvert une méthode conçue, pensée et inventée pour des enfants grandissant en pouponnière. J'ai donc choisi de n'intégrer que certains éléments dans ma pratique, puisque, contrairement aux enfants de pouponnière, mon enfant était en contact avec moi la majeure partie de la journée et que je l'allaitais, entre autres différences fondamentales. La motricité libre a trouvé sa place dans notre quotidien en l'adaptant et en la faisant coïncider au mieux avec les pratiques du maternage proximal. Elle nous a offert une possibilité supplémentaire de respecter les besoins de notre enfant. Et surtout, elle a permis à notre enfant de faire évoluer à son propre rythme ce corps qui lui appartient, selon ses réelles capacités motrices, et non pas parce que nous avons décidé que tel apprentissage devait être fait à tel âge. Aucune pression, pas d'attentes, seulement des expérimentations et des tentatives de sa part.

Principe de base : un bébé n'a pas besoin d'être stimulé pour que son développement psychomoteur ait lieu. Un environ-

nement aimant et attentif, une grande proximité physique peuvent suffire. Il choisira de lui-même le moment où il se retournera, se mettra à ramper ou à marcher à quatre pattes, mais si et seulement si il en a la possibilité, il faut donc lui en donner les moyens. Le plus simple est donc de ne pas l'entraver. Exit le transat ou le trotteur... Pas de transat, mais pourquoi ? Tout simplement parce que dans un transat ou un siège coque, l'enfant est pris au piège, comme une tortue sur le dos. Il ne peut pas se retourner et malheureusement, s'il y arrive, cela peut être très dangereux.

Autre principe : ne jamais placer l'enfant dans une position qu'il ne peut pas prendre ou quitter de lui-même et toujours commencer en couchant le bébé sur le dos, position qui ne lui demande pas d'effort musculaire important et lui permet d'effectuer de nombreux mouvements.

Le matériel de base est très simple et peu onéreux : une couverture et une personne aimante qui restera à côté du bébé. Un des immenses intérêts de la motricité libre repose sur le fait que l'on permet aux enfants de faire de réels progrès de leur propre initiative.

Et ensuite, tout est très simple, l'apprentissage est totalement autonome, les parents sont juste les garants des conditions de l'apprentissage.

Voilà donc comment les choses se sont déroulées pour nous. Avant les deux mois de mon bébé, il m'arrivait de le laisser par terre sur sa couverture, avec moi dans la salle de bain par exemple, quand je n'avais pas réussi à me doucher pendant les rares moments où il était couché dans un lit, ou si je préférais le garder tout près de moi et hors de portée de mes trois aînés. Il lui arrivait assez souvent de manifester son mécontentement, alors je limitais la durée de ces moments qui ne lui convenaient clairement pas du tout. Mais ayant fait la même chose avec un transat ou une coque pour mes enfants précédents qui avaient réagi de la même manière, je savais que le problème ne venait pas de l'avoir posé au sol...

Vers deux mois, il a commencé à réclamer des moments allongé sur sa couverture. Il était contre moi, avec une couche propre ou sans besoin d'éliminer, il n'avait pas faim, pas de rot coïncé, il ne pleurait pas mais semblait insatisfait. Je le posais sur sa couverture sous un petit portique par exemple, et là, un sourire éclairait son visage, il agitait les pieds et les jambes, il semblait heureux. Il découvrait ses capacités motrices, c'était les débuts d'une autre facette de sa vie, différente du contact permanent mais qui l'a également passionné.

Chaque jour, il passait quelque temps, seul ou accompagné, allongé sur le dos, au sol mais protégé du froid. Et un jour, il a commencé à se tourner. Parfois il restait coincé sur le ventre et n'aimait pas ça, demandant rapidement de l'aide pour être retourné. Ou au contraire, il appréciait cette nouvelle position. Puis un jour, il s'est mis à quatre pattes et il s'est mis à reculer. Plus tard, attiré par quelque chose, tout son corps s'est tendu vers le but à atteindre et il a réussi à avancer.

Plus tard, il s'est redressé, en utilisant un objet du quotidien car ils pouvaient tous lui servir de support pour grimper, se relever, prendre appui, déambuler.

Nous n'avons pas besoin d'apprendre à marcher à notre enfant. Le simple fait de nous voir marcher éveille son désir (son instinct ?) de nous imiter et tout comme il va naturellement apprendre à parler en nous entendant et en essayant de répéter les mots, il va apprendre à marcher en développant peu à peu de nouvelles aptitudes motrices qui le mèneront, à terme, à la marche.

Tout simplement, dans le respect de ses besoins fondamentaux, respect de ses besoins physiques, et respect du rythme qui lui est propre, l'enfant prend conscience de son corps, de son enveloppe charnelle et de ses limites. Sans avoir été jugé, en essayant encore et encore, il aura pris confiance dans sa capacité à réussir seul, sans aide extérieure.

Certains auteurs dont Suzanne Robert Ouvray inculpe entre autres le « forçage » vers un développement moteur trop précoce dans de nombreuses difficultés que peuvent rencontrer certains parents aujourd'hui avec leurs enfants. Elle développe sa théorie dans son livre « Mal élevé ». Elle y fait référence aux soucis que peuvent créer chez l'enfant des limites corporelles mal intégrées. Dans cette optique, le maternage proximal par le portage fréquent et la pratique du massage ou du peau à peau, tout comme la motricité libre, peuvent permettre à l'enfant de découvrir et de ressentir simplement ses limites corporelles.

La motricité libre nous a offert un outil pour que le corps de notre enfant soit son allié et pour qu'il se sente puissant, confiant dans ses capacités d'évolution et d'apprentissage.



Anne-Marie BOSEMS

LA MOTRICITÉ LIBRE

Cette approche a été développée en Hongrie par Emmi Pikler, pédiatre. Parmi ses nombreux postulats, l'idée que les bébés peuvent se développer d'eux-mêmes, sans être forcés par un adulte.

La pouponnière dont elle s'est occupée à Budapest a aussi beaucoup œuvré pour le respect de l'enfant : soins effectués avec douceur, biberons donnés dans les bras... L'association Pikler-Loczy qui rassemble des professionnels de la petite enfance offre sur son site une riche documentation et la possibilité d'acheter de nombreux ouvrages. www.pikler.fr/



↶ Deux mois, se tourner pour être avec l'autre



↶ 8 mois, tous les objets sont utiles, en tout lieu pour se mettre debout



↶ 7 mois, la marche à quatre pattes sur tous les sols