



# Le « massage bébé » : un outil d'aide au développement du lien d'attachement parents-enfant

Par Annick Faniel

*« Etre touché, massé et caressé est nourriture pour le nouveau-né - une nourriture aussi nécessaire que les vitamines, les protéines et les oligo-éléments. »* Dr F. Leboyer<sup>1</sup>

## Le maternage proximal et le « massage bébé »

Parmi les diverses techniques de massage figurent celles du « massage bébé ». Il s'est fortement développé avec l'essor remarqué du maternage proximal depuis quelques années. De manière synthétique, et pour rappel, le maternage proximal ou intensif peut être compris comme étant une approche éducative qui valorise avant tout la proximité avec son bébé, incluant notamment le rapport au toucher, comme le peau à peau à la naissance, ou le massage, qui peuvent favoriser ou renforcer le lien « parents-bébé ». Ses fondements conceptuels reposent sur la théorie de l'attachement de John Bowlby<sup>2</sup>. « Cette pratique a émergé outre-Atlantique, portée par le pédiatre américain William Sears<sup>3</sup>, auteur de l'expression « Attachment parenting<sup>4</sup> » et s'est diffusée notamment par les canaux de l'association pour l'allaitement, la Leche League<sup>5</sup>. Concrètement, cela se traduit par un

---

<sup>1</sup> Cette citation est issue du site de l'Association Belge de Massage pour Bébé : <http://www.abmbb.be/common/home.php> (dernière consultation le 18 mars 2015). Frédéric Leboyer est un gynécologue et obstétricien français né le 1<sup>er</sup> novembre 1918, notamment auteur des ouvrages : « Pour une naissance sans violence », Ed. du Seuil, Paris, 1974 ; « Shantala : Un art traditionnel, le massage des enfants », Ed. du Seuil, Paris, 1976.

<sup>2</sup> Pour plus d'informations sur la théorie de l'attachement de J. Bowlby : Annick Faniel : « Le portage dans les milieux d'accueil : le professionnel « figure d'attachement » pour l'enfant », CERE asbl, 2014 : <http://www.cere-asbl.be/spip.php?article288> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>3</sup> William Sears est un pédiatre américain né en 1939, auteur d'une trentaine d'ouvrages consacré à la parentalité et l'enfant.

<sup>4</sup> Ce terme apparaît pour la première fois dans le livre de William et Martha Sears : « The Attachment Parenting Book », Ed. Broché, 7 août 2001. Pour une information plus détaillée de « l'attachment parenting », vous pouvez entre autres consulter ce site : <http://enfantsdelavenir.org/attachment-parenting-socle-de-leducation-bienveillante> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>5</sup> Pour plus d'informations sur la Leche League belge : <http://www.lllbelgique.org/> (dernière consultation le 18 mars 2015).

*allaitement long et à la demande, le portage du bébé au plus près du corps, et parfois le co-dodo, qui consiste à dormir avec son enfant dans le lit ou à proximité* »<sup>6</sup>.

De manière générale, le maternage proximal valorise donc des pratiques de soin au bébé et au jeune enfant basées sur les besoins de ceux-ci<sup>7</sup>. Le terme « maternage » est utilisé en France depuis les années 1990 ; il peut également être appelé « paternage » si c'est le père qui s'occupe de l'enfant, ou « parentage proximal », qui englobe les parents.

Il existe plusieurs techniques de massage pour bébé, issues de pratiques traditionnelles de divers pays, tels l'Inde, la Suède, ou de certaines idées tirées de la réflexologie ou du yoga. Cependant, globalement, il s'agit d'une méthode douce de stimulation de la peau qui s'effectue par le toucher sur l'ensemble du corps du bébé. Il peut être réalisé avec de l'huile végétale (amande douce, abricot, etc.), sur des bébés de un jour à environ huit mois, moment où le tout-petit dispose d'une capacité motrice qui l'amène à « sentir » son corps par le mouvement. « *En effet, on peut considérer que toucher et mouvement sont deux stimulations permettant l'accès à la prise de conscience du corps* »<sup>8</sup>. Toutefois, le massage en soi n'exige aucune limite de temps ni d'âge. Il peut être pratiqué au-delà de huit mois, avec une technique appropriée au stade de développement de l'enfant, et de durée variable. Il nécessite par contre l'accord du bébé.

Le massage pour bébé est souvent proposé à travers l'organisation d'ateliers ou de séances programmées (notamment celles qui sont planifiées par certaines Consultations ONE<sup>9</sup>, hebdomadaires et gratuites). Il est généralement effectué par le parent à son bébé, sous le regard et les conseils d'un(e) praticien(ne) qui offre des astuces techniques, tant tactiles que relationnelles.

L' ABMB<sup>10</sup>, nouvelle Association Belge en Massage pour Bébé « *se propose d'encourager la pratique du massage bébé, de promouvoir le toucher sain et nourrissant et la communication par le toucher dans notre culture afin que chaque parent, éducateur et éducatrice et les enfants soient aimés, valorisés et respectés* »<sup>11</sup>. A cet effet, l'Association a mis en place des formations, des activités et procurent des renseignements sur le massage bébé.

## **Bienfaits et prise de conscience du schéma corporel**

Généralement, parmi les bienfaits valorisés, ceux liés à la relaxation du tout-petit ou à sa santé (l'apaisement de certains maux tels les coliques, gaz, congestion nasale ou pulmonaire, ou encore maux dentaires), sont les premiers cités.

*« De nombreux bénéfices du massage des nourrissons ont été démontrés : baisse du stress,*

---

<sup>6</sup> Description issue d'un article du Journal Le Monde du 16 janvier 2010, montrant déjà à ce moment, un engouement croissant pour le maternage proximal, datant déjà des années 2000 : Martine Laronche : « *Plus près de toi mon bébé* » : [http://www.lemonde.fr/vous/article/2010/01/16/le-maternage-proximal-fait-des-adeptes-et-provoque-la-controverse\\_1292686\\_3238.html](http://www.lemonde.fr/vous/article/2010/01/16/le-maternage-proximal-fait-des-adeptes-et-provoque-la-controverse_1292686_3238.html) (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>7</sup> « Maternage » : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Maternage> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>8</sup> Information extraite de l'article d'Eric Pireyre : « *Le massage dans la relation parents-enfant* », in « *Le Journal des Professionnels de l'Enfance* », janvier-février 2005, p. 45 : <http://paulinepoinas.com/23.%20MassageDsRelationParentEnfant-JDPE-janFev2005.pdf> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>9</sup> ONE : Office de la Naissance et de l'Enfance : <http://www.one.be/> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>10</sup> ABMB : Association Belge de Massage Bébé née le 13 mai 2005 : [www.massage-bebe.be](http://www.massage-bebe.be) (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>11</sup> In « *Le massage bébé : du bonheur et des bienfaits* », Parents, 446, p. 18 - 21. Témoignage de Laurence Mathieux, praticienne belge, qui apprend aux parents l'art de masser bébés et enfants.

*de la douleur et des effets associés, meilleur sommeil, moindre sensibilité aux infections, amélioration du développement psychomoteur, attachement favorisé au parent si c'est lui qui délivre le massage (Field<sup>12</sup>, 1998) »<sup>13</sup>.*

Le massage bébé peut également aider le nourrisson à prendre conscience de son corps.

*« Souvent, avec le parent, j'utilise la parole et lui demande parfois de nommer les parties du corps de son bébé qu'il touche pendant la séance de massage. Je demande aussi de traverser tout le corps du bébé, de la tête aux pieds, en une caresse continue, pour que le bébé sente bien toutes les parties de son corps et qu'il sente qu'elles sont liées » (témoignage du praticien interviewé).*

L'enfant va dès lors pouvoir sortir d'un vécu corporel morcelé, étape normale au début de la vie, pour accéder à une représentation globalisée de son corps. Bien sûr, il n'est pas nécessaire d'avoir été soi-même massé dans les premiers temps de sa vie pour disposer d'une image de son corps solide et sereine. Mais le massage, s'il est accompagné de paroles affectueuses et explicatives, peut accélérer l'accès à la globalité du corps.

Yvette Ménétrier-Stoffel<sup>14</sup>, créatrice de l'association Corps et communication, corrobore ces propos et souligne également la possibilité de *« montrer à l'enfant les limites de son corps, sa forme, son épaisseur, le contour de chaque partie de son corps, et de lui donner conscience de sa globalité physique »<sup>15</sup>.*

La technique principalement utilisée à cet effet est celle du massage appelé « contenant » : *« au moyen d'un toucher « ferme », on aide l'enfant à sentir les limites de son corps, à prendre conscience de sa longueur et de son volume. L'intérêt de la fermeté du toucher trouve son origine principale dans la nature des récepteurs neurophysiologiques au tact qui sont disséminés, plus ou moins régulièrement (selon les secteurs corporels), dans la peau »<sup>16</sup>.*

## **Le/la praticien(ne) du massage bébé : guide et soutien à la parentalité**

Cependant, outre les bienfaits physiques et la perception de son corps par le bébé, le massage peut également constituer un outil d'aide au développement du lien parents-enfant. Pour le bébé, le massage est souvent signe d'épanouissement psychoaffectif. Le praticien que nous avons interviewé nous a ainsi fait part de certaines observations rencontrées au sein de ses séances.

La technique du massage en elle-même s'avère relativement simple à mettre en œuvre. Au-delà, il s'agit souvent d'accompagner le(s) parent(s) dans la rencontre de son/leur bébé et d'aider le couple parental à trouver sa place auprès de son bébé, éventuellement dès la

---

<sup>12</sup> Field T.M, « *Massage therapy effects* », 1998, *American psychologist*, 53, p 1270-1281.

<sup>13</sup> Note extraite de l'article « *Le massage des bébés à l'hôpital : une bienfaisance méconnue* », de Anne Fromont, France Kittel et Perrine Humblet, in « *Santé conjugulée* », mars 2014, n°67, p. 85.

<sup>14</sup> Plus d'informations sur le massage contenant et l'association d'Yvette Ménétrier-Stoffel : <http://www.corpsetcommunication-massage-bebe.fr/> (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>15</sup> Citation extraite de l'article « *Le massage bébés : un outil pour l'aide à la séparation en structure d'accueil* », par Evelyne Vergnangeal et Françoise Leveau, publié dans « *Spirale* », 2006/2, n° 38 : [http://www.cairn.info/zen.php?ID\\_ARTICLE=SPI\\_038\\_0149](http://www.cairn.info/zen.php?ID_ARTICLE=SPI_038_0149) (dernière consultation le 18 mars 2015).

<sup>16</sup> Eric Pireyre, op.cit., p. 45.

maternité.

*« Le massage bébé permet à certaines mamans ou papas d'entrer en contact, en relation avec leur enfant. Des personnes ont été envoyées par le médecin pour nourrir la relation. Ici, à l'ONE c'est gratuit en plus. Certaines mamans ne comprennent pas ou ne veulent pas comprendre ni tisser un lien avec leur enfant. Pour différentes raisons : parce que ce n'est pas un enfant désiré, qu'elles ne se sentent pas bien elles-mêmes, qu'elles ont peur, qu'elles ne savent pas comment s'y prendre. Et le bébé sent tout »* (témoignage du praticien).

A travers les séances de massage, le praticien observe les gestes et le comportement du parent. L'observation lui fournit un ensemble d'éléments et d'informations relatives au lien parents-enfant mais également au toucher du parent et à la capacité de réception du bébé.

*« Souvent, les papas adorent venir à cette activité du massage avec leur bébé. Ils me disent que c'est parfois la seule activité qu'ils ont avec lui. Et ça leur permet d'être proche de leur enfant »* (témoignage du praticien).

Le massage a ceci de particulier qu'il permet au parent de découvrir son enfant autrement et de communiquer par le toucher. Certains papas ou mamans ne sont pas habitués à ces pratiques, cette découverte pouvant participer au développement de l'attachement parents-enfant. *« Dans un premier temps, quand deux peaux se touchent, des sensations physiologiques apparaissent, de la chaleur principalement. Mais interviennent aussi des impressions beaucoup plus subtiles qui renvoient au registre de la fusion/séparation : certaines mamans commentent leur vécu par des mots suggérant une prise de conscience de la séparation ; d'autres éprouvent de façon très aiguë la fusion des premiers temps... On peut penser que d'autres encore se confrontent aux deux impressions simultanément »*<sup>17</sup>.

Le professionnel doit se montrer attentif à la verbalisation, car celle-ci est souvent tout aussi importante que les gestes posés sur le bébé. Le lieu du massage peut être synonyme de rencontre mais également de confidences, de décharge de tensions, d'angoisses ou de partages et expériences avec son tout-petit. Dès lors, pour le professionnel, accompagner des parents et des bébés sur la route du massage s'avère souvent plus complexe qu'on ne l'aurait imaginé a priori. L'écoute active lui permet de « recevoir<sup>18</sup> » la personne, dans l'instant mais également dans son histoire et sa trajectoire personnelle.

## Conclusion

Au-delà des sensations corporelles agréables que procure le massage au bébé, cette analyse nous permet de mettre en évidence le bénéfice qu'il revêt dans le développement de la relation et du lien parents-enfant. Le renouveau du maternage proximal a notamment pour conséquence de généraliser le massage pour bébé. L'on peut ainsi découvrir une série d'ateliers de « massage bébé » organisés un peu partout à Bruxelles ou en Wallonie. Ces séances sont menées par un praticien(ne) qui guide et écoute attentivement chaque parent et son enfant, pouvant dès lors contribuer à nourrir le lien que va tisser le parent avec son enfant.

---

<sup>17</sup> Eric Pireyre, op.cit., p. 44.

<sup>18</sup> « Recevoir » au sens de « recevoir des confidences mais aussi encaisser (ou entendre) des choses difficiles », in « Voir et recevoir la maltraitance », CERE asbl, octobre 2007 : [http://www.cere-asbl.be/IMG/pdf/GR\\_Voir\\_et\\_recevoir\\_la\\_maltraitance.pdf](http://www.cere-asbl.be/IMG/pdf/GR_Voir_et_recevoir_la_maltraitance.pdf) (dernière consultation le 18 mars 2015).

A titre informatif, au cours de nos recherches sur le sujet, nous avons pu constater l'introduction du « massage bébé » dans des infrastructures telles que certains milieux d'accueil<sup>19</sup> ou à l'hôpital<sup>20</sup>, effectué par des professionnels au tout-petit. Nous devons cependant préciser que ces pratiques restent encore marginales ou peu développées. Cette observation pourrait d'ailleurs faire l'objet d'une analyse ultérieure.

Annick Faniel

*Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles*



---

<sup>19</sup> Eric Pireyre, op.cit., p. 46.

<sup>20</sup> « *Le massage des bébés à l'hôpital : une bienfaisance méconnue* », op.cit., p. 85.