

À chaque besoin, son pleur spécifique ?

Commençons par ses besoins physiologiques. En 2016, une jeune musicienne australienne pourvue de l'oreille absolue s'est intéressée aux différentes intonations des pleurs des bébés¹. Sa proposition est étonnante : quels que soient leur origine et leur milieu social, tous les bébés utiliseraient des intonations de pleurs spécifiques pour alerter sur leurs différents besoins physiologiques.

Pour comprendre les pleurs de notre enfant, cette méthode nous inviterait à porter notre attention sur les sons préliminaires.

Laissez-moi vous expliquer avec ces exemples :

- ▶ Le son avant le pleur de faim serait basé sur le réflexe de succion. Le bébé plaque alors sa langue sur son palais pour se préparer à téter, ce qui donne un son spécifique de type [neh].
- ▶ Le son précédant les pleurs de sommeil reprendrait le réflexe de bâillement qui entraîne un son s'approchant du [aowh].

▶ Le son avant les pleurs liés à la nécessité de faire un rot produit un son répétitif et haché de type [éh éh éé] lié au besoin d'expulser des bulles d'air, alors que les coliques dues aux gaz amèneraient le bébé à produire un son de raclement de gorge de type [rrrh], significatif de douleurs.

▶ Quant au son précédant les pleurs d'inconfort, suite à une couche mouillée par exemple, il serait provoqué par un réflexe tactile proche du halètement de type inspiré/expiré provoquant un [heh heh heh] caractéristique.



Au total, dix sons seraient ainsi reliés à dix besoins différents de votre bébé au cours des trois premiers mois de la vie.

1. Dunstan Priscilla, *Il pleure, que dit-il ? Décoder enfin le langage caché des bébés*, Paris, Lattès, 2016.


Cela dit, rien n'est prouvé

Aucune étude scientifique n'a encore, à ce jour, validé ou invalidé cette étonnante théorie ! À sa suite, un nouveau marché de formations et de produits dérivés, particulièrement en vogue dans les pays anglo-saxons, s'est ouvert pour aider les parents à traduire ces différents sons. Apprendre à « parler bébé », en quelque sorte ! Quelle que soit l'efficacité de ces ressources, il reste qu'il faut du temps pour arriver à décoder ce que votre bébé cherche à vous dire. Ses pleurs sont comme un code interactif, que l'on apprend jour après jour à interpréter selon des critères qui nous sont propres, comme l'interprétation de leur intensité par exemple. Rien n'indique aujourd'hui que les pleurs du bébé puissent être considérés comme un langage... Une chose est sûre, c'est au contact de votre bébé que vous apprendrez petit à petit à le comprendre. Alors tendez l'oreille !



Je ne vais pas y arriver !

Pas d'inquiétude, nul n'est tenu de comprendre les besoins de son bébé du premier coup ! D'ailleurs, bien souvent votre bébé lui-même ne sait pas à quoi correspond son mal-être, il l'apprend avec vous. Ce tâtonnement, même s'il peut être perturbant ou angoissant pour vous, est nécessaire. Il laisse la place à l'erreur, qui peut aussi avoir un intérêt. Imaginez : votre bébé pleure car il exprime sa douleur (la faim est ressentie comme très douloureuse pour les bébés), mais vous ne pensez pas qu'il a faim et vous lui offrez une autre réponse. Il se calme momentanément dans vos bras, écoute vos paroles douces ou se laisse bercer. Vos réponses sont différentes, voire décalées, mais soyez certain qu'elles l'aident ! Elles introduisent le fait que les relations humaines et la douceur de l'empathie sont aussi des actes qui soulagent.



Hier, on a fait
le « coucou, caché »
pendant une heure !

Ha ha !
J'adore cette
vanne !

La chance !

Les objets stars

Les objets qui l'intéressent le plus sont ceux qui ont la palette de possibilités la plus large car ils peuvent les utiliser dans de plus nombreuses expériences et faire ainsi plus d'apprentissages. Il y a trois catégories d'objets « stars ».

Les objets multimodaux

C'est-à-dire, qui font appel à plusieurs sens ou possèdent plusieurs orientations possibles. (Par exemple, le hochet coloré qui en plus, émet un son quand on l'agite, est plus intéressant que celui qui reste silencieux).

Ceux qui ont des réactions lorsqu'ils sont manipulés

La balle qui roule et rebondit est beaucoup plus sympa que celle qui ne fait que rouler. Si en plus, elle rebondit en émettant un son ou/et de la lumière, alors c'est le succès garanti !

Ceux qui peuvent se combiner entre eux

C'est-à-dire, les contenants associés à des contenus. Par exemple, des bûchettes de bois offrent plus d'intérêt lorsqu'elles sont associées à des boîtes de différentes tailles, y compris lorsque certaines sont trop petites, entraînant alors un vrai problème à résoudre.

Un vrai « touche à tout »

Les objets du quotidien intéressent beaucoup votre bébé, parfois plus que les jouets qui ont des utilisations trop définies. Une passoire, des petits moules, des boîtes de tailles différentes, des casseroles, des cuillères de tailles et de formes variées, des bouteilles en plastique vides et des pailles forment un univers bien plus intéressant pour lui qu'un jouet dit éducatif du commerce.

D'ailleurs, le jouet en question ne correspond pas forcément à la manière dont votre bébé souhaite l'utiliser et risque bien d'être détourné, ce qui ne va peut-être pas vous plaire. Vous allez sûrement rire quand vous le verrez avec une passoire en guise de chapeau, peut-être un peu moins quand vous verrez que les pièces du puzzle sont éparpillées partout dans la maison !

La colère

La colère est l'autre émotion la plus fréquemment rencontrée par votre bébé. Elle exprime généralement sa frustration à la suite d'un refus, d'un manque ou de la vexation. C'est une réaction naturelle et saine, une réaction physiologique que votre bébé ne peut pas maîtriser et qui est en lien avec une relation à l'autre.

Exemple d'une situation

Votre bébé désire quelque chose hors de sa portée qui pourrait le mettre en danger, et vous lui dites non. Vous ne pouvez pas lui demander de taire sa colère, mais vous ne pouvez pas non plus vous mettre en colère ! Chacun doit garder sa place : vous dans le maintien de votre position et de votre autorité, votre bébé dans la frustration liée à cette position. La situation est alors un peu bloquée et votre bébé a besoin de vous pour comprendre son comportement et en sortir.

Comment réagir ?

► La première étape est d'accepter la colère du bébé comme un état et non comme une attaque envers soi. Dites-lui par exemple : « Je comprends que cela te met en colère, mais ce n'est pas possible. » Ce sera plus sain que de dire « arrête de faire ta colère car je t'ai dit non » ou pire « tu n'es pas beau lorsque tu fais ta colère pour si peu ».

► La deuxième étape est de proposer à votre bébé des moyens de sortir de sa colère, car elle est difficile à vivre pour lui comme pour vous. Par exemple, tendez-lui la main pour lui permettre de se calmer (« Si tu veux, je peux t'aider à te calmer, nous pouvons faire un câlin ») ou présentez-lui une porte de sortie vers d'autres possibilités (« Ce que tu me demandes n'est pas possible, mais je peux te proposer ça ou ça à la place »). Vous maintenez ainsi votre « non », sans qu'il soit une fermeture à d'autres horizons, à d'autres possibilités qui peuvent satisfaire votre enfant et lui offrir éventuellement le moyen de différer son désir premier. Même si elle n'est pas applicable dans tous les cas, cette attitude est très éducative et permet petit à petit à votre bébé de comprendre qu'il peut modifier son comportement, même après avoir ressenti une émotion forte qui ne dépend pas de lui.

En revanche, si vous n'autorisez pas votre enfant à exprimer sa colère, si elle devient l'occasion d'une double peine, alors il va la refouler au maximum jusqu'à ce qu'elle se transforme en réelle violence ou révolte intérieure. Si on peut éviter cela, c'est mieux.

