



Le revécu émotionnel de la naissance

*Quand on parle de la naissance, les pères et mères ont chacun leur vécu,
leur regard, leur récit qui peut être raconté et accompagné si nécessaire.
Mais comment le bébé a-t-il vécu cette expérience ?
Et s'il pouvait nous raconter ?*

Les récits de naissance sont extrêmement divers, tant dans le déroulement que dans le ressenti, pour les parents... et pour les bébés!

En ce qui me concerne, la légende familiale autour de ma naissance racontait un accouchement très rapide, qui semblait assez fluide.

Lorsque j'ai suivi un stage, pendant lequel je me suis plongée dans ma vie intra-utérine et ma naissance, j'ai découvert que Bébé Marie ne l'avait pas du tout vécu comme ça et que ce passage avait laissé des traces qui imprégnaient encore mes comportements d'adulte!*

Ce stage a été une grande révélation pour moi à plusieurs niveaux: outre la stupéfaction de constater que ces mémoires résonnaient encore dans ma vie actuelle, j'ai pu me mettre à la place de moi Bébé et constater la divergence de vécu entre l'histoire véhiculée et ce que je sentais dans ma chair.

Mais si on peut faire ce chemin en tant qu'adulte, n'est-il pas possible de soulager nos enfants dès tout-petit? Mais si, bien sûr! Et c'est ce que vous proposent les praticiens en revécu émotionnel de la naissance.



Le revécu émotionnel de naissance, pourquoi?

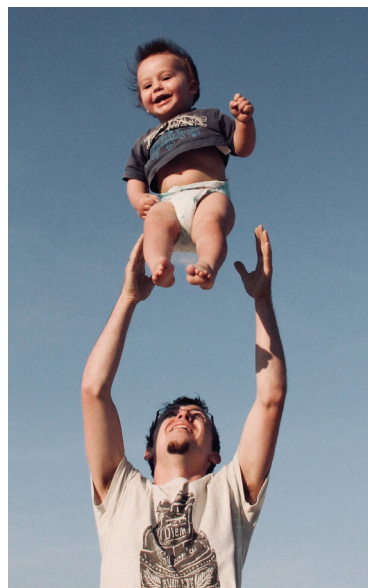
On le sait bien maintenant, l'être humain a une vie psychique et émotionnelle déjà bien avant la naissance!

Que la naissance du bébé ait été bien vécue ou non par les parents, que savons-nous de son expérience à lui? Contrairement aux parents, les bébés ont rarement la possibilité de raconter ce qu'ils ont vécu en étant pleinement compris.

S'ils ont vécu quelque chose de difficile, ils l'exprimeront avec les moyens qui sont les leurs: par des pleurs, des difficultés de sommeil, de s'alimenter, de l'agitation, des refus d'être porté en écharpe... ou d'autres comportements qui sont difficilement interprétables de manière précise par les parents.

S'ils ne sont pas entendus, ils peuvent ensuite développer des difficultés de séparation, des peurs des espaces clos, éprouver de grandes colères ou abandonner rapidement devant des obstacles. En passant par le revécu émotionnel de naissance, le bébé va pouvoir raconter, à sa manière, dans un cadre bienveillant et sécurisant, ce qu'il a vécu lors de sa naissance.

Le praticien, formé à cet outil, va jouer le rôle de décoder pour entendre, reformuler et accueillir le bébé dans ce qu'il vit. Les parents présents lors de la séance vont également pouvoir écouter leur bébé, mieux le comprendre et ainsi mieux l'accompagner par la suite.



Dans quels cas se tourner vers le revécu émotionnel de naissance?

Selon Laurence Charlotiaux de l'Éveil au Monde, tous les bébés devraient bénéficier d'une séance de revécu de naissance!

En effet, quel qu'ait été le vécu extérieur, on devrait pouvoir demander à son bébé «et toi, comment as-tu vécu ce passage?»

De mon point de vue, je trouve que c'est une belle

manière de poser un regard sur notre enfant en tant qu'individu qui a ses propres ressentis, de lui donner cette liberté d'être pleinement lui... dès ses premières semaines de vie.

À l'heure actuelle, les parents se tournent vers un praticien en revécu de naissance lorsqu'ils sentent une difficulté chez leur enfant: pleurs incompréhensibles et récurrents, difficultés de sommeil, d'attachement...

Lorsque l'accouchement a été vécu de manière difficile pour les parents ou que la naissance a été instrumentalisée (déclenchement, percée de la poche des eaux, forceps, ventouse, césarienne...), on peut facilement imaginer qu'un revécu peut apaiser et relier parents et enfant.

Sachant que tout ce que le bébé a vécu dans sa période intra-utérine et lors de sa naissance va avoir des répercussions sur ses croyances, lui donner la possibilité de se raconter et d'ouvrir d'autres possibles à travers une séance sera un cadeau inestimable pour toute sa vie.



Comment ça se passe ?

Les séances de revécu de naissance allient paroles et mouvements.

Avec les tout-petits, le praticien va tenir le bébé d'une telle manière à l'accompagner physiquement dans son revécu, tout en posant des mots sur ce qu'il perçoit de l'expérience du bébé. Le principe est de replonger le bébé dans son vécu pour qu'il puisse, dans un cadre bienveillant, où il a été prévenu, raconter ce qu'il a vécu.

Soit il va le faire par les mouvements, les mimiques, soit par les pleurs ou les cris parce qu'il aura émotionnellement des choses à raconter... Très souvent, les parents entendent alors un type de pleurs qu'ils n'avaient jamais entendus auparavant. Si l'enfant est plus grand, le revécu va se dérouler à travers des mises en scène de jeux de passage, à travers des tunnels, des cabanes...



On retrouve souvent, chez les enfants nés par césarienne la croyance qu'ils ne peuvent pas y arriver tout seul... passer par le revécu émotionnel de naissance peut aider les enfants à changer cette croyance pour qu'ils retrouvent leur plein pouvoir.



Les accompagnements se font parfois en plusieurs séances: la première fois, le bébé va raconter ce qui a été le plus difficile pour lui et libérer ce qu'il est prêt à libérer, et ce que ses parents sont prêts à entendre à ce moment-là... et si nécessaire, une autre séance permettra de faire un pas plus loin.

Il est extrêmement important d'aller autant au rythme du bébé que de ses parents dans le processus de revécu et d'intégration des informations mentales et subtiles. Toutefois, après une séance, les parents auront déjà des clés pour accompagner au mieux leur enfant au quotidien.

Si vous êtes jeune parent et que cet outil vous appelle, je vous invite à vous rendre sur le site www.naissanceaffective.com qui regroupe tous les praticiens qui pourront vous accompagner.

Merci à Laurence Charleaux de m'avoir parlé de son métier de praticienne en revécu émotionnel de naissance !



Passionnée par la périnatalité, et le monde des tout-petits, c'est avec joie et bonheur qu'à travers la préparation affective à la naissance (l'haptonomie), j'accompagne les couples avant et après l'accouchement.

Apprendre à communiquer avec le bébé à venir, renforcer la confiance des femmes, mettre en avant le potentiel de chacun, éveiller les compétences, favoriser la place du partenaire, écouter ce que les bébés ont à nous raconter... voici mon travail au quotidien, une passion!

Laurence Charleaux

Préparation affective à la naissance
Accompagnement affectif du bébé par le jeu
Revécu émotionnel de la naissance
www.levilaumonde.be
www.naissanceaffective.com



Marie Fournier

Thérapeute psychocorporelle, familiale et systémique
Traductrice de Bébés
Praticienne en constellations familiales
www.naitre-parents.be
0479 70 23 15