

Porter un enfant qui grandit

*Murielle
Favre*
formatrice
en portage

Quand on se lance dans le portage, cela paraît souvent évident de porter son bébé les premiers mois. Puis le temps passe, les besoins de chacun évoluent. Parfois le portage s'arrête, parfois il se poursuit sur plusieurs années, suivant la façon de l'utiliser dans la famille, un peu, beaucoup ou passionnément, suivant les informations, les outils dont on dispose (ou pas). Porter un bambin qui marche au sein d'une famille qui évolue s'avère bien différent du portage d'un nouveau-né et nécessite des ajustements, parfois même des compromis.

Blotté contre votre poitrine, votre bébé de quelques semaines dort paisiblement. En écoutant votre intuition, parfois en fermant vos oreilles aux paroles bien intentionnées qui pensent attirer votre attention sur les « mauvaises habitudes » que vous pourriez lui donner, le porter, le sécuriser avec votre corps et par le mouvement vous semble une évidence. Puis, petit à petit, votre bébé grandit, s'ouvre au monde, plein de confiance, commence à s'occuper par lui-même et à maîtriser son corps, à avoir de nouveaux besoins et à exprimer ses propres choix.

Des besoins qui évoluent

Les parents porteurs observent souvent que, passés 2 ou 3 mois, dans les périodes d'éveil, leur bébé se tortille, se redresse et se dévisse la tête, pousse sur ses mains, comme s'il voulait se retourner. Quand le bébé est porté sur le ventre, il est à l'envers des mouvements du porteur : le porteur avance et le



bébé « recule », le porteur se penche en avant et le bébé penche en arrière. Ces sensations peuvent être désagréables pour certains bébés qui cherchent à vivre les mouvements normaux d'un corps qui bouge (quand le bébé commence à marcher, il avance devant lui, il ne recule pas). Le sens de la vue étant également mature à cet âge, le bébé peut aussi éprouver le besoin d'élargir son champ de vision, assez restreint en portage devant. Curieux, il aime observer et absorber ce qui se passe autour de lui, regarder la personne avec qui l'on discute, suivre nos mains qui s'agitent et manipulent des objets. Comment peut-on alors répondre à ces besoins ? Les parents se posent souvent la question du portage sur le ventre « face au monde », couramment pratiqué dans notre culture, dans laquelle on ne sait plus porter les enfants autrement que sur le ventre, une pratique rassurante et agréable. D'un point de vue physique, le portage « face au monde » a plus d'inconvénients¹ que d'avantages, notamment côté sécurité (cette position expose les parties fragiles du corps du bébé – visage, yeux, ventre – en cas de choc et gêne la vision du porteur) et respect des corps, et ne remplit pas les principes de base du portage physiologique qui sont l'ancrage sur le corps du porteur (ancrage physique, ou au moins par le regard suivant les positions de portage, pour se rassurer)², cuisses soutenues et bassin basculé en avant. Cette pratique n'est donc généralement pas recommandée et il vaut mieux privilégier le portage sur le côté ou sur le dos, qui offrent un champ de vision plus important à l'enfant tout en lui donnant la possibilité de se sécuriser, en se blottissant contre le porteur ou en le regardant, Bébé dans le sens des mouvements du porteur.

Curieux, [le bébé] aime observer et absorber ce qui se passe autour de lui, suivre nos mains qui s'agitent et manipulent des objets.

Porter sur le dos ou le côté pour poursuivre le portage

Du côté du porteur, il y a un moment où le bébé devient plus lourd et plus volumineux, gêne la vision (avec plus de risque de trébucher en marchant) et la liberté de mouvement, sollicite aussi plus le dos : le portage sur le ventre atteint alors ses limites. Il convient donc de changer de technique si l'on souhaite continuer à porter dans de bonnes conditions. Le portage sur le côté, asymétrique, sera parfait pour des temps de portage courts et dégagera la vision du porteur et du bébé. Le portage sur le dos, possible dès le premier mois si on en ressent le besoin, apportera liberté de mouvement, confort pour le porteur et point d'observation idéal et d'apprentissage pour le bébé. Si cette pratique amène des appréhensions

tout à fait normales, il suffit souvent d'oser se lancer (idéalement avec l'aide d'une monitrice de portage ou d'une personne expérimentée) pour se rendre compte qu'il n'y a rien de difficile et que cela peut se faire en toute sécurité.

Quand le bébé commence à développer sa motricité et ses muscles, qu'il bouge plus alors qu'il est porté, il peut être intéressant de lui permettre d'avoir les bras à l'extérieur du tissu, du moment qu'il tient le haut de son dos et qu'il est éveillé. Souvent, il y a des périodes où il peut chercher à caler ses pieds sur le bas du dos du porteur, pousser dessus et se mettre presque debout, ce qui peut devenir gênant en écharpe, particulièrement avec le « kangourou sur le dos », desserrant le tissu et nécessitant de refaire en partie l'installation. Il est alors utile de changer de technique de nouage (le « double hamac » est plus enveloppant) ou même de porte-bébé (les mei tai et les préformés ne permettent pas à un bambin qui bouge de resserrer les jambes pour se mettre debout).

Avec l'acquisition de la marche, l'enfant demande souvent beaucoup moins à être porté, tout absorbé par sa nouvelle liberté qui l'emmène à la découverte du monde par lui-même, mais c'est souvent temporaire. Caroline, maman de deux enfants, témoigne : « Mon fils cadet, Yann, a 18 mois et demande de moins en moins souvent à être porté. Il préfère profiter

de sa nouvelle motricité toute neuve et s'exercer à marcher et courir ! Notre écharpe, notre sling et notre mei tai adorés restent souvent dans le placard... Je suis un peu triste, j'ai l'impression que sonne la fin de notre aventure de portage. » Quand le porteur a absolument besoin de porter son enfant, notamment pour se déplacer, il peut y avoir conflit, à moins qu'on ne trouve une solution qui puisse convenir à l'un comme à l'autre. Un système plus léger et moins enveloppant, laissant plus de liberté de mouvement à l'enfant, comme un porte-bébé d'aide au portage à bras³ ou un sling⁴, peut être intéressant, comme nous le confirme Caroline : « J'avais entendu parler de ce petit filet de portage, le Tonga, depuis longtemps, mais il ne me tentait guère... Quelle erreur ! Il nous aura permis à mon petit bonhomme et à moi de renouer intensément avec le portage. Et, dès la rentrée scolaire, il devint notre meilleur ami pour faire les trajets maison-école, renouer le contact en fin de journée, et redonna l'envie à mon petit bonhomme d'être porté en sling, que j'utilise essentiellement en portage d'appoint sur le dos. Quelle découverte ! »



Les moments de « régression » où le bambin redemande à être porté

Au moment de l'acquisition de la parole, qui vient en général après la marche, l'enfant se concentre sur d'autres apprentissages et peut à nouveau demander à être plus souvent porté, histoire d'économiser de l'énergie sur ce qu'il sait déjà faire. Lysiane, maman de quatre enfants, témoigne : « Lorsque ma puce – troisième bébé – avait 1 an, elle a boudé le portage. Je pleurais en me disant que le portage était déjà fini pour nous. Que nenni ! Ce fut juste un refus passager lié à l'acquisition de la marche j'imagine. » L'arrivée d'un bébé dans la famille, une hospitalisation, une maladie, un événement douloureux ou un changement dans la vie de l'enfant peuvent aussi le pousser à chercher de la réassurance et du réconfort à travers la proximité physique.

Le portage évolue aussi avec l'arrivée d'un petit frère ou d'une petite sœur, comme nous le raconte Lysiane : « Mon quatrième enfant a 4 mois et ma puce de 2 ans et demi réclame ses moments "câlins-portage", soit en allant chercher son porte-bébé, soit en me grim-pant sur le dos. Ces petits moments sont certes un peu douloureux pour mon dos, mais ils sont si magiques à la fois qu'on en profite à fond ! Le moment câlin peut être demandé quand j'ai les mains vides, mais aussi quand j'ai déjà le petit frère sur le dos. À ce moment-là, on fait comme on peut pour improviser un moment "câlin-portage" à trois. »

Porter pendant la grossesse

Quand le portage fait partie intégrante du quotidien et qu'une nouvelle grossesse se présente, il est possible de continuer à porter son enfant en adoptant

toutefois des techniques différentes si nécessaire (porter plutôt sur le dos ou le côté, ne pas avoir de tissu compressant le ventre). C'est parfois en début de grossesse qu'on ne se « sent » pas de porter, puis on peut le sentir à nouveau possible. Parfois c'est plutôt vers la fin qu'on préfère éviter. Dans tous les cas, il est très important de rester à l'écoute de son corps, afin de ne pas dépasser ses limites

Caroline, maman de deux enfants, raconte: « Louise a été portée dès le lendemain de sa naissance – en écharpe stretch – le portage a ainsi fait partie de notre quotidien dès le tout début. À la maison pour les siestes, en balade, pendant les tâches ménagères... Lorsque Louise a eu 15 mois, le portage s'est fait exclusivement sur le dos ou la hanche en raison de ma grossesse. Puis, à 6 mois de grossesse, je n'ai plus eu le droit de porter; son papa s'en est donc chargé. Ce fut une période où elle voulait souvent monter et descendre. Le sling lui a été d'une grande aide! Notre petite Rose est arrivée et le portage a ainsi évolué pour nous puisque Louise réclame très souvent d'être portée en ventre à ventre et non sur le dos comme avant. »

Quand les enfants portés se mettent aussi au portage

Les enfants qui ont été régulièrement portés ou qui ont pu régulièrement observer leurs parents installer le petit dernier sur leur corps reproduisent naturellement les gestes et manifestent l'envie de porter aussi leur poupée, leur peluche préférée, voire le bébé de la fratrie. Laure-Anne, maman de trois enfants, se souvient: « Vers 2 ans, mon aîné avait très envie de garder son doudou sur lui pour jouer. Un jour, il est venu me trouver et me l'a tendu en me disant "écharpe". On a alors bricolé un porte-poupée avec un de mes foulards et, depuis, il me le demande régulièrement. Le second fait exactement la même chose. Depuis quelques semaines, ils demandent à porter leur petit frère. Celui-ci étant trop lourd, cela ne dure que quelques minutes avec moi qui soutiens, mais ils sont tellement fiers! ». Quel bonheur et quelle complicité pour les enfants de la fratrie de vivre cette proximité!

Lysiane confirme: « Quand les grands frères – 6 ans et demi et bientôt 5 ans – demandent à avoir leur petit frère en écharpe, je les regarde évoluer dans

leur espace avec ce petit bébé (qui fait tout grand sur eux) contre leur cœur et je trouve ça magique! »

Le portage a une fin...

Passés 2 ans et demi ou 3 ans, le portage se raréfie et devient anecdotique, mais il est encore si agréable pour chacun de s'offrir un moment de bien-être et de câlin, en corps à corps enveloppés par le tissu, pendant quelques minutes, avec un enfant de 4, 5 ou 6 ans, parfois même plus. On commence maintenant à trouver des « porte-bambins », c'est-à-dire des porte-bébés plus grands et plus larges adaptés à des enfants entre 2 et 5 ans, très confortables avec un enfant entre environ 10 et 20 kg, utiles pour les familles qui pratiquent le portage longtemps et passionnément, notamment pour les grandes balades. Cela peut même être vraiment nécessaire en cas de maladie ou de passage difficile. Et puis forcément, il y a un moment où ce n'est plus possible: notre corps atteint ses limites, même pour quelques minutes, l'enfant est trop lourd ou n'est plus du tout demandeur, ce qui est dans l'ordre des choses. Il nous reste tout de même encore les câlins assis sur le canapé! Quand on a aimé porter et que ça s'arrête, il peut y avoir une forme de deuil à faire, comme avec l'allaitement. On espère alors voir ses petits-enfants portés par ses enfants devenus adultes et partager avec eux tout ce bonheur qu'on a connu ensemble, et, qui sait, peut-être se remettre soi-même à porter un peu, en tant que grands-parents... ♦

1 Plus d'informations sur le portage « face au monde » : <http://www.portersonenfant.fr/le-portage/les-differentes-facons-de-porter/porter-face-au-monde/> 2 Bébé tourné contre le porteur, de façon à ce qu'il puisse soit se blottir contre lui, soit le regarder: face au monde, s'il a peur ou est gêné, le bébé ne peut pas se rassurer, ni physiquement ni visuellement./ 3 Porte-bébés d'aide au portage à bras : <http://www.portersonenfant.fr/les-porte-bebes/aide-au-portage-a-bras/> 4 Sling <http://www.portersonenfant.fr/les-porte-bebes/le-sling>

Erratum: Une erreur s'est glissée dans l'article « Portage et mal de dos » paru dans le numéro 43 de *Grandir Autrement*. La photo de danse-portage de la p. 22 aurait dû porter la mention « atelier danse-portage » et non « kangatraining » et être portée au crédit des Ateliers de Cocci. Toutes nos excuses pour cette confusion!

Témoignage

Valérie,

monitrice de portage,
maman de Zoé, 6 ans,
et Léonard, 4 ans,
toujours portés
occasionnellement.

« Porter un enfant qui grandit, c'est aussi porter un enfant capable de faire des choix et de les exprimer clairement! À présent, quand je porte mes enfants, ce sont eux qui choisissent le moyen de portage (ou du moins, il doit y avoir négociation...). Ils ont chacun leurs

préférences, d'après les couleurs, le confort, leur envie du moment... Et ils ont tous les deux choisi l'écharpe que je leur léguerai quand, plus tard, ce sera à leur tour de porter leurs enfants. »