

Shiatsu pour prématurés

*Les articles suivants à ce sujet ont été publiés
dans le magazine Shiatsu suisse.*



Un début de vie difficile

Les récepteurs de la douleur d'un enfant à naître se forment déjà durant la 20^{ème} semaine de grossesse. Cela a des effets immédiats sur le vécu de la douleur, aussi des enfants prématurés et soulève des questions par rapport à leur traitement. Le shiatsu pour bébés – particulièrement le Developmental Shiatsu pour bébés – offre une approche merveilleuse pour aborder ces petits êtres.



KARIN KALBANTNER-WERNICKE

Lors du traitement des bébés avec le shiatsu, il faut tenir compte des expériences douloureuses que beaucoup de prématurés ont faites au niveau de leur perception corporelle. Il est étonnant qu'il ne soit connu que depuis peu de temps que les bébés et prématurés ressentent de la douleur. Encore à la fin des années 80, on parlait du principe que les bébés, et en particulier les prématurés, ne ressentent pas de douleur. C'est pourquoi on leur infligeait des opérations sans anesthésie. Depuis on sait que les récepteurs de la douleur se forment déjà durant la 20ème semaine de grossesse.

Lors de ces dernières années, le nombre de bébés prématurés a fortement augmenté. La limite de survie pour les prématurés se situe dans la 23ème semaine. Au niveau émotionnel cela signifie qu'une naissance prématurée entraîne la séparation subite entre mère et enfant à laquelle les deux ne sont pas préparés. Et du point de vue médical, cet âge très précoce et immature exige un grand effort de traitements médicaux intensifs.

LES PREMIÈRES EXPÉRIENCES CORPORELLES SONT SOUVENT DOULOUREUSES

Un enfant prématuré possède dès sa naissance tous ses sens : il peut sentir, voir, goûter, ressentir, entendre et toucher. Mais les premières expériences dans ce monde sont souvent très différentes de celles prévues par la nature : douloureuses, désagréables et angoissantes. Le toucher est souvent vécu comme douloureux, dû par exemple aux nombreuses prises de sang. Fréquemment, la douleur et le stress affectent le développement psychique et physique.

Pour les parents, il est difficile de supporter que leur bébé prématuré fasse des expériences corporelles

désagréables. Ils perçoivent que leur enfant réagit en se défendant lors du toucher de certaines parties du corps – ou qu'il se déconnecte du toucher en tant que stratégie de survie nécessaire. Il est donc compréhensible que les parents, une fois le bébé rentré de la clinique, cherchent d'autres voies et viennent au shiatsu pour bébés, respectivement au Developmental Shiatsu. Ils voudraient que leur enfant puisse remplacer ses expériences négatives par un nouveau vécu positif. Durant les dernières années, il s'est avéré que le shiatsu avec les prématurés facilite leur départ dans la vie.

LE CONCEPT DERRIÈRE LE DEVELOPMENTAL SHIATSU

Pour le traitement de bébés et enfants en Developmental Shiatsu, il faut connaître le lien entre les méridiens et la physiologie du développement occidentale. C'est pourquoi le Developmental Shiatsu pour bébés n'est pas simplement un shiatsu transposé de la personne adulte vers le bébé. Le focus est mis sur les méridiens qui dirigent certains pas de développement et qui – ce qui est très important pour la pratique – sont soutenus par le shiatsu avec les bébés en cas de dérèglement d'un de ces niveaux de connexion. Il est capital de connaître exactement les limites du shiatsu pour bébés et de savoir à quel moment d'autres besoins et méthodes de traitement sont indiqués.

LE MODÈLE DU DÉVELOPPEMENT ÉNERGÉTIQUE

Selon le modèle du développement énergétique, les méridiens établissent un réseau de communication entre la conscience de l'enfant en développement et le monde extérieur. Ils assurent à la fois l'intégration de réflexes et de stimuli et le développement de la posture, des modes de mouvement et des schémas de la personnalité et du comportement d'un enfant. Le modèle démontre aussi que la motricité, la capacité de ressentir et les 12 méridiens principaux existent déjà à la naissance, mais

qu'ils ne se sont pas encore développés. Durant la première année de vie, des groupes de quatre de ces méridiens principaux collaborent étroitement. Quand plus tard dans la vie surviennent des troubles de santé chroniques ou des situations de stress, nous pouvons revenir à ces communautés de méridiens.

Ainsi, durant la première année de vie, trois groupes comptant chacun 4 méridiens se développent : un groupe parcourt la face antérieure du corps, un la face postérieure et un le côté. Le groupe antérieur est composé des futurs méridiens de l'estomac, de la rate, du gros intestin et du poumon, le groupe postérieur des méridiens de la vessie, des reins, du cœur et de l'intestin grêle et le groupe latéral des méridiens de la vésicule biliaire, du foie, du maître cœur et du triple réchauffeur. Chaque groupe possède son thème de développement spécifique, voici un bref aperçu :

Groupe antérieur	trouver son centre et percevoir ses limites
Groupe postérieur	redressement intérieur et extérieur
Groupe latéral	rotation et flexibilité

Dès que le bébé possède toutes les capacités de base de ces groupes, elles sont utilisées ensemble avec les précédentes pour ses nouvelles étapes de développement.

POUR LES PRÉMATURÉS, LE GROUPE ANTÉRIEUR EST PARTICULIÈREMENT IMPORTANT

Pour les prématurés, le groupe antérieur avec les méridiens de l'estomac, de la rate, du poumon et du gros intestin est particulièrement important. Après la nais-

sance, ce groupe se charge des besoins fondamentaux : alimentation, respiration et élimination. L'enfant apprend à être en relation et – si nécessaire – à se détourner. Il apprend : « Je le vau de recevoir de l'attention ». Presque tous les problèmes et thèmes des prématurés se retrouvent dans ce groupe de méridiens, c'est pourquoi il est particulièrement concerné. Si c'est uniquement avec le shiatsu pour bébés ou combiné avec de la physiothérapie, le traitement du groupe antérieur soutient le développement du prématuré.

RENFORCER LE CENTRE

Durant les premiers mois, le bébé ne ressent pas son propre centre. Sans son centre, il ne peut pas changer sa position quand il est couché sur le dos. De même, il ne peut pas encore toucher ses mains et il ne sent pas encore ses limites. Puisque le groupe antérieur forme la base pour les autres phases de développement, c'est celui-là qui est principalement soutenu en cas de retard de développement. C'est seulement quand cette base est sécurisée, que le bébé peut aborder et se confronter aux qualités des autres groupes de méridiens.

« Presque tous les problèmes et thèmes des prématurés se retrouvent dans le groupe antérieur de méridiens. »

Recevoir et se délimiter, se sentir chez soi dans son corps et dans le monde, trouver son milieu, être capable de se relier et d'entrer en contact, voici les thèmes principaux du groupe antérieur. On y perçoit le lien étroit des phases de transformation terre et métal qui se développent à partir des méridiens du groupe antérieur.

Leur développement complet dans toutes ces facettes est seulement possible si les fondements ont été réalisés dès le plus jeune âge.

LE SENS DU TOUCHER – UN SENS FONDAMENTAL

A chaque groupe de méridiens est attribué un sens fondamental – pour le groupe antérieur, c'est le sens du toucher. Bien avant que le bébé puisse voir, entendre, goûter ou sentir se forme déjà, dès la huitième semaine de grossesse, son sens du toucher. Et c'est en touchant que le bébé explore son monde : il utilise sa bouche, ses mains et ses pieds pour explorer d'abord son propre corps. A partir de quatre ou cinq mois il saisit, touche, sent et amène tout à la bouche.

Ce n'est pas le cas des prématurés. La couveuse, les tuyaux qui limitent les mouvements et les procédures quotidiennes douloureuses ne lui permettent souvent pas d'explorer son propre corps à volonté. Puisque le groupe antérieur forme la base énergétique pour la perception et le ressenti du propre corps, ce groupe ne se développe qu'insuffisamment avec ces limitations. On peut observer que le bébé, en l'absence de son centre, s'affaisse sur le côté et recherche la sécurité par le contact des bras et des jambes sur le support. En plus du centre moteur, ce groupe de méridiens est aussi responsable du centre émotionnel. Sans lui, le bébé est facilement irritable et s'effraie.

QUALITÉS DE TOUCHER ET POSITIONS ADÉQUATES

En adéquation avec l'état de développement des trois groupes de méridiens nous utilisons en shiatsu pour bébés des qualités de toucher différentes. De même, le bébé est positionné selon besoin de soutien des groupes de méridiens sur le dos, le ventre ou le côté.

Deux positions de départ sont possibles : couché sur les jambes de la thérapeute ou sur le futon.

Dans le cas des prématurés, nous traitons le groupe antérieur en position dorsale. La qualité de la pression se distingue par la paume ouverte, l'intention de soutenir et d'envelopper, ce qui donne une sensation de délimitation qui sécurise le bébé. Avec cette sensation de sécurité il peut oser revenir vers « ses limites », se sentir et percevoir que le toucher est bienfaisant et pas douloureux. C'est aussi important d'enseigner aux parents le shiatsu pour bébés pour qu'ils puissent continuer le traitement à la maison. En observant ses mouvements ils percevront comment leur enfant se sentira de plus en plus à l'aise dans son propre corps.