

Des lieux, des pratiques, des métiers différents et pourtant qui se font écho :

En lisant *Le sommeil des bébés et des mères : une histoire de cultures*¹

Michelle Fracheboud, conseillère pédagogique à Lausanne

Dire & Lire

A la recherche de documentation pour les « Savoirs des couloirs » de ce numéro de la *Revue [petite] enfance*², nous sommes tombées, ma coautrice et moi, sur ce petit livre. Nous imaginions pouvoir nous en servir au sujet de la question des difficultés d'endormissement qui semblent augmenter dans les structures d'accueil. Après un premier coup d'œil, l'ouvrage étant spécifiquement centré – comme le titre l'indique – sur le sommeil des mères et des bébés dans le contexte familial, nous l'avons écarté. Pourtant, lorsque je l'ai lu de bout en bout, j'ai eu la surprise de découvrir que cette lecture faisait largement écho avec certains des thèmes qui ont émergé des entretiens. De plus, ce livre est une petite perle qui met en évidence des pistes de travail qui me semblent inspirantes pour le champ de l'accueil collectif de jour.

Un ouvrage cousu à plusieurs mains

Cet ouvrage est né de la rencontre de quatre personnes issues de quatre champs professionnels différents (médecin, psychologue, anthropologue et artiste). Les membres de ce collectif ont conduit une « recherche-action » durant laquelle il et elles ont développé et animé des ateliers pour des groupes de mères et leurs enfants en bas âge autour du thème du sommeil. Celui des mères, souvent empêché dans la première année de vie de leur enfant, mais aussi celui de l'enfant à qui son parent transmet des rythmes, des habitudes, des tonalités émotionnelles qui sont liés à sa culture d'origine, comme à celle dans laquelle elle vit au moment de sa maternité. L'ouvrage est conçu comme une sorte de *patchwork* : chacun·e des intervenant·es a ▀

1-La référence exacte est : A. Cecconi ; T. Cherici ; F. Fabre ; M. Rey (2023), *Le sommeil des bébés et des mères : une histoire de cultures*, 1001 bébés, Erès, Toulouse.

2-Kühni, Karina et Fracheboud, Michelle, titre, page, etc. à compléter.

▲ intégré des éléments teintés par le référentiel de sa discipline, par les connaissances qu'elle ou il a amassées tout au long de son parcours professionnel et par ses expériences propres du sommeil; mais chaque morceau dialogue avec les autres et le tout est si précisément cousu que plus on avance dans le livre, plus s'impose de manière forte un motif global. Chacun·e a appris de l'autre et transmis tout autant. Conscient·es des positions de pouvoir de certains métiers par rapport à d'autres, les auteur·es ont cherché à en amoindrir les effets pour qu'aucune voix ne couvre les autres. Chacun·e a dû travailler sur ses préjugés. Ainsi l'anthropologue raconte qu'elle s'imaginait le médecin comme une personne arrogante, une «incarnation du savoir dominant»³ qu'elle entendait bien affronter; celui-ci s'est avéré être une personne curieuse, ouverte, désireuse de s'enrichir du regard d'autres disciplines. De son côté, la psychologue indique qu'au début de ce projet, elle considérait que les difficultés de sommeil des jeunes enfants étaient liées principalement à une incapacité des mères à offrir à ceux-ci un environnement sûr, et qu'elle a découvert une réalité bien plus

complexe, recouvrant des enjeux multiples.

Il me semble que la qualité de ce livre doit beaucoup à cette manière de travailler et à l'acceptation de divergences dans les manières de voir et de penser des un·es et des autres. En partageant leurs points de vue et leurs analyses, en débattant, les intervenant·es ont pu élaborer un ajustement fin aux situations rencontrées sans chercher à faire disparaître les paradoxes inévitables. C'est ce qu'on peut également appeler «dispute professionnelle» et qui me paraît être une pratique de métier essentielle, aussi dans les équipes de l'accueil de jour⁴.

Un monde qui «agit»

La vie en terre néolibérale a supprimé la distinction entre le jour et la nuit, entre les temps de repos et d'éveil. Les informations circulent sans jamais s'arrêter, le *smartphone*-roi est posé au bord du lit et les notifications ponctuent le sommeil. La ville ne s'arrête plus, on peut faire ses courses ou aller au *fitness* à toute heure et de plus en plus de personnes travaillent en horaires décalés. Tout cela a une influence connue sur le sommeil

3-A. Cecconi; T. Cherici; F. Fabre; M. Rey, *op. cit.*, p. 23.

4-Pour aller plus loin sur ce sujet, voir Fracheboud, Michelle; Frund, Robert; Kühni, Karina (2017), «La qualité du travail, avec des enfants en collectivité, est une activité collective», in Spack, Annelise et Meyer, Gil (dir.), *Eloge de la diversité*, Pro Enfance et réseau suisse d'accueil extrafamilial, Genève et Berne.

qui est en passe de devenir un problème de santé publique. Le parallèle est saisissant avec la citation de Golse dans notre article⁵, la société agite les femmes et les hommes, mais fait reposer la recherche de solutions sur l'industrie pharmaceutique (les ventes de somnifères ne font qu'augmenter) et surtout sur les individus: de jolies brochures en papier glacé donnent des conseils pour bien dormir, conseils souvent inapplicables d'ailleurs, car ils s'adressent à une personne-type qui n'a rien à voir avec celle d'une grande partie des insomniaques. Comment résister aux sirènes numériques qui, tout au long de la nuit, susurrent leurs fausses promesses de réconfort? Comment s'assurer d'un espace calme si on habite dans une cité où l'on entend tout ce qui se passe chez les voisins? Comment dormir huit heures d'affilée lorsqu'on allaite un enfant? Comment disposer d'un sommeil réparateur lorsque les nuits sont peuplées d'angoisses quant à l'avenir pour les personnes vivant dans la précarité? Et comment ces adultes agités et sous pression peuvent-ils construire un cadre suffisamment sécurisant pour les enfants? Un cadre qui leur permet de se poser, de se sentir

«rassemblé», de prendre le temps pour jouer, explorer, expérimenter, comme pour se reposer?

L'image de la bonne mère, et la pression normative

Le livre aborde également la pression contemporaine à être de bons parents, tout au moins ici celle exercée sur les mères. Les auteures soulignent comment elles-mêmes se sont senties perdues au moment de la naissance de leur premier enfant entre une grande vulnérabilité, assortie d'une grande fatigue et des conseils contradictoires concernant le sommeil de leur bébé. Par ailleurs, l'inquiétude des mères permet le développement de toutes sortes de produits que l'on peut leur vendre: ouvrages de conseils, kit de surveillance du rythme cardiaque de l'enfant, et autres gadgets, qui au final, plutôt que réduire l'angoisse ne font que la renforcer. Les rencontres avec les mères ont permis de mettre en évidence que les femmes migrantes ont tendance à taire leurs représentations propres du maternage, liées à leur culture d'origine, de peur d'être mal jugées. Ce silence, né d'une position fortement dominée dans l'espace social, les empêche d'élaborer une manière de ▲

5-«Plus une société est agitée, moins elle tolère l'hyperactivité de ses enfants et plus elle crée, paradoxalement, les conditions de son agitation.» Golse, Bernard (2021), in «La question des classifications. L'enfant non conforme: L'idéal du pédopsychiatre?» in Metz, Claire; Bacqué, Marie-Frédérique (dir.) (2021), *L'enfant non conforme ? A l'épreuve des normes et des classifications*, Erès, Toulouse, p. 28.

▲ devenir mère qui permette de réunir l'apport des deux cultures dans lesquelles leur maternité va prendre racine. Cela implique que, souvent, elles se disqualifient elles-mêmes, se vivent comme anormales, inadéquates et ne peuvent prendre appui sur les connaissances acquises dans leur enfance ou leurs expériences préalables à la migration. Une anecdote amusante, que je ne peux m'empêcher de rapporter ici. L'artiste engagée dans cet ouvrage collectif a voulu collecter, pour nourrir son travail, des images de mères dormant avec leur enfant: «J'ai donc cherché toutes les images possibles sur *Google* avec les mots-clés "sommeil, mères, bébés". Le spectacle horriblement uniforme et irréal des photos que *Google* me proposait (...) m'a fortement impressionnée. (...) je reconnaissais toujours la même mère, occidentale, blanche, parfois maquillée, les traits décontractés et réguliers d'un joli visage (...), une robe de chambre pastel, des draps immaculés, probablement achetés dans un magasin du genre *IKEA*.»⁶ Et pire encore, ajoute-t-elle, la répétition de la même recherche dans des langues diverses donne à chaque fois le même genre de résultats. Elle a donc réalisé des dessins à partir des premiers récits offerts par les mères rencontrées dans les ateliers,

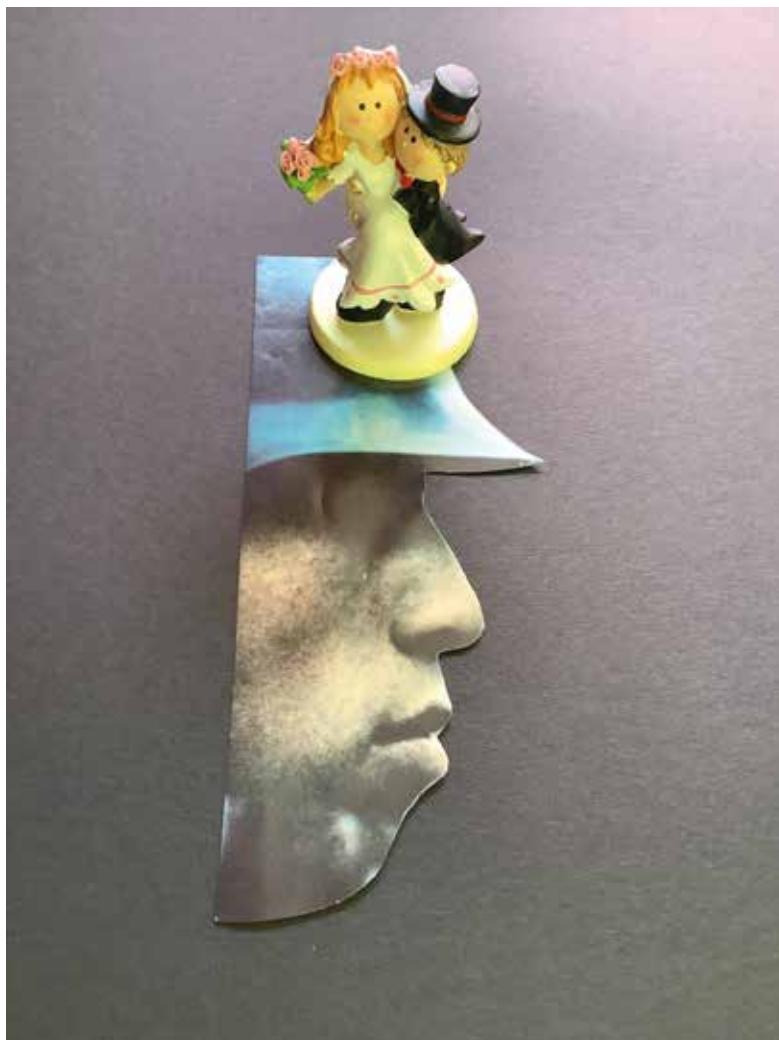
dans lesquels, au contraire, celles-ci ont des traits physiques variés, des poches sous les yeux, des draps colorés, et accompagnent des bébés qui ne sont pas toujours béatement endormis. Bref, des images dans lesquelles elles puissent enfin se projeter. Ces dessins ont rencontré un fort écho chez ces femmes, alimentant les échanges et les partages entre elles, faisant renaître la parole là où la peur de n'être pas conforme avait envahi l'espace de silence.

Travailler « avec » plutôt que « pour » les mères

La posture choisie par les auteur·es lors de leurs interventions me semble également digne d'intérêt. Elles et il se sont efforcées de ne pas céder à la tentation de donner des conseils, ou des recettes, bien que les participantes puissent, au démarrage des ateliers, se sentir frustrées face à ce refus de leur dire comment faire. Il et elles ont conçu ces temps de travail en groupe comme un lieu de recherche sur le sommeil dans lequel la voix des mères compte, et aussi « comme un lieu d'action où l'on se propose de coconstruire, avec les participantes, des pistes d'amélioration du sommeil »⁷. La tentation peut être grande, pour les professionnel·les de ▲

6-A. Cecconi; T. Cherici; F. Fabre; M. Rey, *op. cit.*, p. 146.

7-A. Cecconi; T. Cherici; F. Fabre; M. Rey, *op. cit.*, pp. 96-97.



Convoyer pas loin – Collectif CrrC

▲ l'accueil de jour de considérer les demandes de conseils comme une marque de reconnaissance de leur professionnalité. Or, cette posture d'expert·e de l'éducation a plutôt tendance à instaurer un rapport de pouvoir qui empêche la rencontre, en plus d'être rarement utile. Ce livre nous montre que d'autres voies sont plus prometteuses. Ensemble, les intervenant·es et les participantes ont entamé un travail de déconstruction de l'image de ce qu'est un « bon » ou un « mauvais » sommeil, pour chercher la voie du « sommeil qu'il est possible de vivre et de transmettre avec les moyens, la culture et les ressources disponibles dans un territoire donné »⁸. Pas de baguette magique donc, mais des pistes de dégagement ouvertes avec ces mères. La médiation par un travail artistique a permis de représenter par des images l'histoire du sommeil de chacune, et de prendre ainsi une distance qui permet de dire et de penser. Ce travail, axé sur la solidarité et le partage⁹ semble avoir eu pour effet de diminuer la culpabilité des mères, comme l'agacement face à l'enfant qui ne fait pas ses nuits, et de leur rendre ainsi une part de leur pouvoir d'agir. Le sommeil du bébé, comme celui de sa mère, n'est plus une question de

« bonnes pratiques », mais est lié à des enjeux environnementaux, culturels, sociaux et... politiques. Pareillement d'ailleurs à ce que nous avons pu mettre en évidence dans notre article¹⁰ concernant le comportement des enfants en crèche ou les difficultés rencontrées par les professionnel·les pour articuler la prise en compte des individus et celle du collectif.

Participer à des recherches-actions me semble une manière de travailler trop peu développée dans notre contexte professionnel. Un moyen qui pourrait permettre d'éviter de basculer dans un sentiment d'insuffisance et de découragement de ne pas parvenir à faire un travail à la hauteur de son idéal. Le risque étant alors d'en faire porter la responsabilité aux enfants, devenant ainsi ces « sales gamins » que la présentation de ce numéro de la *Revue [petite] enfance* décrivait; et si ce n'est eux, ce sont leurs parents, incapables de les éduquer convenablement¹¹. Cet ouvrage nous montre une manière de penser le travail qui ne sépare pas la pensée et l'action, ni les personnes qui pensent, ni celles qui font ni même celles en faveur de qui l'action est construite.

Michelle Fracheboud

8-*Ibid.*, p. 225.

9-*Ibid.*, p. 165.

10-Kühni, Karina et Fracheboud, Michelle, *op. cit.*

11-Fracheboud, Michelle; Frund, Robert; Kühni, Karina, *op. cit.*, p. 19.