

Le contact visuel du point de vue de la recherche primale

Eye-to-eye contact from a primal health research perspective.
M Odent. Primal Health Res 2007 ; 15(1).

Les croyances sur la puissance de l'impact du contact visuel dans l'espèce humaine se perdent dans la nuit des temps. Aristote expliquait le possible pouvoir d'un regard par l'existence d'une substance qui émane des yeux et se projette sur l'objet regardé. Les études scientifiques sur le contact visuel ont débuté avec Darwin, qui a recherché dans quelle mesure les expressions faciales étaient innées ou dépendantes des règles sociales, par le biais d'un questionnaire distribué aux missionnaires un peu partout dans le monde.



crir le comportement typique du nouveau-né dans les minutes qui suivent la naissance, lorsque la mère est dans un état second, l'activité de son néocortex (siège du conditionnement culturel) étant au plus bas. Après le « réflexe d'éjection du fœtus », une série de contractions irrésistibles qui induisent la sortie de l'enfant, la mère est souvent en position verticale. Habituellement, elle commence par regarder son bébé, puis elle le touche, et enfin elle le prend dans ses bras. Puis la plupart des mères recherchent le contact visuel avec leur bébé.

Au 20^{ème} siècle, les éthologues ont développé des méthodes plus poussées pour explorer les comportements. Par exemple, Eibl-Eibesfeldt a constaté, grâce à une caméra spéciale, qu'un peu partout dans le monde le fait de se regarder fixement est le comportement le plus répandu pour les tentatives de séduction. Plus récemment, nous avons appris que le besoin de contact visuel se développe très tôt dans la vie. Chez les petits nourrissons, le dessin d'une paire d'yeux induit davantage de sourires que celui d'un seul œil ou de trois yeux, et de grands yeux induisent une réaction plus forte que de petits yeux.

Bien sûr, il y a des différences culturelles concernant l'interprétation du contact visuel. Dans les sociétés occidentales, un contact visuel est habituellement un signe de confiance, d'intérêt, ou de franchise. En Asie, les réactions sont très différentes. Par exemple, dans de nombreux pays asiatiques, un enfant ne doit pas avoir un contact visuel direct avec des personnes plus âgées. On a également étudié le contact visuel chez des mammifères non humains entre eux, et entre les humains et les autres mammifères. Dans de nombreuses espèces, le contact visuel est souvent perçu comme une menace. On sait que pour éviter d'être mordu par un chien inconnu, il est recommandé de ne pas le regarder dans les yeux. L'être humain est également « le singe qui pleure ». Les autres mammifères terrestres ne pleurent pas. Si on y ajoute le fait que le diamètre des pupilles est hautement dépendant de l'état émotionnel, on peut comprendre pourquoi le regard peut transmettre autant de choses.

Il a fallu attendre jusque dans les années 1970 pour réaliser l'importance du premier contact visuel entre la mère et son bébé, immédiatement après la naissance. Cet aspect de la relation mère-enfant est indissociable de la valeur du colostrum et de notre nouvelle compréhension du démarrage de l'allaitement. Aujourd'hui, nous sommes en mesure de dé-

Ce premier contact semble être un facteur important dans une interaction complexe entre la mère et son nouveau-né dans l'espèce humaine. Le fœtus sécrète de l'adrénaline pour se protéger pendant l'accouchement, et un des effets de cette hormone est d'induire une dilatation des pupilles, ce qui est un signal pour la mère : « regarde mes yeux ! » En 1982, lors d'une conférence sur les interactions mère-enfant en post-partum immédiat, l'auteur a eu l'occasion de discuter avec N. Tinbergen, un éthologue qui étudiait à cette époque les enfants autistes dans leur environnement familial. Il était convaincu qu'il existait des facteurs de risque périnataux pour l'autisme (tels que le déclenchement du travail, l'anesthésie pendant le travail, et l'utilisation des forceps). Il souhaitait explorer le lien éventuel entre la façon dont le premier contact visuel entre la mère et son enfant était perturbé par les routines hospitalières, et le fait que les enfants autistes ne peuvent pas communiquer par le regard visuel, mais son décès l'en a empêché.

Les découvertes récentes doivent nous amener à nous poser de nouvelles questions. Pendant des millénaires, on a décrit l'amour sous tous ses aspects, mais ce n'est que récemment que la « scientification de l'amour » nous a amenés à nous poser des questions sur la façon dont la capacité à aimer se développe. Il y a eu d'innombrables campagnes de promotion de l'allaitement, mais ce sont les récentes connaissances sur la physiologie de l'allaitement qui nous permettent de commencer à comprendre comment se met en place la capacité à allaiter. Le scénario est toujours le même : les avancées scientifiques amènent des réponses à des questions qui n'avaient jusque là pas été formulées correctement.

Le moment est venu de nous demander quand la capacité de communiquer par le regard se met en place. Il est clair que tous les humains ne sont pas égaux dans cette capacité,

et que certains ont des difficultés à le faire. Pourquoi certaines personnes portent-elles en toute saison des lunettes de soleil ? Il serait intéressant d'en étudier les raisons.

Nous avons un long passé de socialisation de la naissance, et nous n'avons pas encore exploré les raisons pour lesquelles tant de sociétés ont considérablement perturbé le processus physiologique de la période périnatale. Il faudrait des volumes entiers pour décrire toutes les croyances et tous les rituels qui ont pour résultat de séparer le nouveau-né de sa mère et de perturber leur premier contact. Dans certains groupes ethniques d'Afrique noire, on croit que si la mère regarde son bébé dans les yeux pendant son premier jour de vie, un esprit maléfique rentrera dans le corps du bébé. La croyance la plus universellement répandue (de façon très curieuse) est que le colostrum est mauvais pour le bébé, et qu'il doit éventuellement être tiré et jeté. Cette conviction implique de séparer la mère et l'enfant dès la naissance. D'autres exemples de séparations rituelles sont le bain, l'emballage, le percement des oreilles des petites filles, etc. Dans certaines régions, la mère doit attendre la permission d'une autre personne avant de pouvoir s'occuper de son bébé (chaman, père, belle-mère... ou médecin). Nous avons de nombreuses excuses pour séparer la mère de son bébé immédiatement à la naissance, à un moment où elle a besoin d'avoir son bébé contre sa peau, de le regarder dans les yeux, et de sentir son odeur. Ce type de rituels est susceptible d'abaisser la capacité à aimer et d'augmenter le potentiel d'agressivité de l'individu, ce qui peut présenter des avantages sur le plan de la survie du groupe. Mais n'est-il pas temps aujourd'hui d'inventer des alternatives pour favoriser notre survie ?

On pourrait estimer que le contact visuel était important autrefois, lorsque les moyens de communication étaient beaucoup moins développés qu'à notre époque où la radio, la télévision, les téléphones mobiles et Internet sont aussi répandus. Allons-nous cesser de nous rencontrer ? Le langage corporel est-il encore utile ? Tant que nous ne sommes pas totalement robotisés, nous avons besoin de transmettre davantage que des données brutes, nous avons également besoin de transmettre nos émotions. C'est la raison d'être du langage corporel en général, et, dans notre espèce, du contact visuel en particulier. Quel que soit notre niveau de technologie, nous restons le singe qui parle et qui pleure.

Références

- Budge, Wallis. *Amulets and talismans*. New Hyde Park, NY: University Books, 1961.
- McKeon, R. (Ed.). *The basic works of Aristotle*. Modern Library Classics, 2001.
- Darwin, Charles. *The expression of emotions in man and animals*. FQ Classics, 2007.
- Eibl-Eibesfeldt, I. *Human ethology*. N.Y.: Aldine de Gruyter, 1989.
- Hess, Eckhard. *The Tell-tale eye: How your eyes reveal hidden thoughts and emotions*. Van Nostrand: Reinhold, NY 1975.
- Odent M. *The colostrum revolution*. In: *Birth and Breastfeeding*. Clairview, 2003; (British edition of *The Nature of Birth and Breastfeeding*. Bergin & Garvey. USA, 1992)
- Odent, M. *The early expression of the rooting reflex*. *Proceedings of the 5th Int. Congress of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology, Rome, 1977*. London: Academic Press: 1117-19.

Congrès de LLL France : 30 ans d'aide de mère à mère



14-15 novembre 2009

Centre hôtelier
« Le Normont »
La Croix Saint Jacques
91410 DOURDAN

Renseignements
et inscriptions :

Alice LAFFRANCHI
3 avenue d'Altkirch
68100 MULHOUSE
06 43 22 67 13
congreslll@free.fr

Et sur notre site :
www.lllfrance.org/Evenements-Manifestations/Congres-LLL-du-14-et-15-novembre-2009.html

Extraits du programme :

Des conférences :

- Blandine BRIL : Le maternage, ici, ailleurs, autrefois.
- Roseline QUERAUD : Allaitement, identité féminine et relations intergénérationnelles.
- Pascal DERU : Le jeu dans la relation parent/enfant.
- Sophie TYMULA : « La Naissance de la femme » : la représentation de la maternité dans la Préhistoire.
- Ségolène FINET : Mode et chiffons, comment s'habiller pour allaiter ?

Des sessions :

- L'alimentation infantile dans les situations d'urgence.
- Les selles rares chez le bébé allaité.
- La diversification alimentaire : quand, comment ?
- Evaluer la succion d'un bébé.
- Le couple et l'allaitement.
- Comment les mères vivent-elles le sevrage ?
- Allaitement et polluants du quotidien.

Des ateliers :

- Le portage.
- L'invention d'histoires pour les enfants.
- Le jeu...

**Congrès tout public
Bébés bienvenus**