

Frédéric Leboyer, Pour une naissance sans violence

- pour les yeux : obscurité
- pour les oreilles : ne pas crier, parler doucement, accueillir le silence
- le tenir contre soi (pas de vide, pas d'instruments froids)
- quand il sort, on le tire par les aisselles, pas la tête
- ne pas couper le cordon tout de suite pour faire une transition dans la respiration
- ne pas le mettre sur le dos sur le ventre de la maman (il faut lui laisser le temps de déployer sa colonne à son rythme). Le mieux : sur le ventre avec les jambes et les bras repliés sous lui, ensuite de lui-même il se mettra sur le côté. Faire attention à toujours lui offrir un appui car pour lui il y a beaucoup de vide soudain!
- au début, ne pas trop lui toucher la tête : fragile + porte le trauma de la sortie, il faut le temps que ça se résorbe.
- Lui caresser le dos doucement avec amour. Lui donner la sensation qu'on ne fait encore qu'un. Ou simplement laisser les mains sur son dos sans bouger. Attention à la présence et à son état car il ressent tout (le stress, l'absence,...)
- Ne pas le frotter avec des essuis, des serviettes car tout lui semblera rugueux, ni lui mettre des vêtements, le laisser nu
- On peut le laver délicatement dans l'eau, il connaît cette sensation : comme ça le fait de quitter sa maman ne lui fait pas un choc, cette première séparation est douce

Au début le bébé découvre que la terre le porte, c'est une grande surprise de découvrir la pesanteur. Il découvre son poids.

Important de l'accueil, de la patience, de laisser le temps se déployer dans cet instant sacré.