

Allaiter plaisir et déplaisir

En France, je fais des consultations d'allaitement en cas de difficultés, puis, au travers de groupe allaitement j'accompagne cette expérience dans toute sa durée. J'ai toujours vu l'allaitement comme une expérience de vie au même titre que le couple, l'amitié, la sexualité, la réalisation de soi-même, la naissance. Et si on l'a mets dans ce champ-là, on comprend qu'elle est forcément faite de plaisir et de déplaisir dans une recherche d'équilibre perpétuel.

L'on peut même dire que, dans les expériences de vie, elle est en haut du panier pour son intensité pulsionnelle. Les contraires y sont permanents : amour/haine, fusion/dépendance insupportable, tendresse/violence, plaisir/souffrance. Notre corps biologique y est très sollicité, notre vie psychique y est complètement secouée par les contradictions et les remaniements psychiques, nos travers sociétaux s'y exercent avec force.

Posons-nous la question ? : Quelles sont les raisons d'avoir du plaisir à allaiter et l'on se rend compte que ce sont les mêmes raisons qui peuvent nous amener de la souffrance.

Prenons la dépendance par exemple : « c'est insupportable, il est toujours pendu au sein, je ne peux rien faire, je ne dors plus » mais heureusement en creux se loge la fierté d'être la seule à pouvoir le nourrir et le plaisir sensoriel que l'on peut prendre etc.

Je me rappelle une mère avec un bébé de 5 mois s'arrêtant soudainement de parler regardant son petit garçon et me disant : « Comme il est beau, je ne me lasse pas de l'idée que c'est grâce à moi ».

L'on repère très clairement la juxtaposition de ces deux sentiments dépendance insupportable, toute puissance jouissive quand le sevrage approche et que la mère a du mal à l'idée qu'il puisse avoir envie d'autre chose que son lait «es-tu bien sûr que tu veux manger » et l'on comprend aussi pourquoi il est indispensable qu'il en soit ainsi. Imaginons un plaisir pur de la toute puissance ou de la fusion, comment sortirions-nous de cette période de la dépendance transitoire pour le laisser grandir ou l'inverse aucun plaisir pour tempérer ce poids de la dépendance des 6 premiers mois. Donc la coexistence du plaisir et du déplaisir est une nécessité vitale, humaine.

Cette nécessité du paradoxe et des contraires, on la retrouve dans la mère suffisamment bonne de Winnicott qui veut dire aussi la mère suffisamment mauvaise. C'est l'idée même qu'il faut de la haine à l'amour et de l'amour à la haine. La aussi un paradis maternel, une mère parfaite qui nous comprend toujours est un antidote au développement.

Mais pour autant en ce moment le balancier est plutôt en faveur du déplaisir et de la souffrance et là est la source de nos nombreux arrêts précoces d'allaitement. C'est la question à laquelle il faut réfléchir. Pourquoi ?

Les raisons en sont multiples, mais j'aimerais vous faire part de quelques réflexions à ce sujet :

Les discours sociétaux, médicaux, les rituels, essayent de contenir, d'endiguer cette intensité pulsionnelle depuis toujours. Mais il me semble que la société contemporaine est en difficulté pour ce travail de contenance et de soutien des mères. L'on peut repérer plusieurs raisons à la fois résultat de l'histoire et de notre fonctionnement contemporain. Face à cette vie qui démarre nous avons plusieurs tentations.

La première est la proposition de maîtrise et de contrôle du bébé, de sa voracité, de sa grande fréquence des tétées, de ses besoins permanents de nos bras. C'est une tentative d'aseptisation et de normalisation comptable, obsessionnelle et restrictive qui nous vient de l'ère pasteurienne de la fin du XIX^e siècle. Au XIX^e siècle naissent la pédiatrie et la puériculture modernes. Leur motivation première est la diminution de la mortalité avec un nombre de traités pléthoriques qui fixe des règles sur sommeil, rythme de tétées, propreté précoce etc. Emmaillotement, bercement, allaitement à la demande y sont interdits.

Hygiène et « éducation » en sont les fils conducteurs. Elles suivent les nouvelles valeurs morales du XIX^e siècle : rationalité et efficacité. *Il faut reconnaître que cette tentative de maîtrise est une des difficultés internes de la mère qui voudrait elle aussi une vie sous contrôle, une vie inchangée, un bébé qui ne pleure pas, un bébé sans souffrance. Elle doit « réussir » son bébé et être une mère parfaite. Chaque imperfection est dramatisée et source d'une intense culpabilité.*

L'invention des horaires stricts des tétées s'est assouplie, mais est loin d'avoir disparue. Si les tétées fréquentes les premiers temps commencent à être acceptées comme étant normales, après la montée de lait ou la fin du premier mois au mieux, ensuite les restrictions sont conseillées.

Ce raisonnement de limitation progressive des tétées a pu fonctionner avec le biberon qui se laisse passivement remplir et augmenter en dosage quand on en diminue le nombre. Mais il en va bien autrement quand il s'agit de l'allaitement. On sait maintenant que diminuer de façon arbitraire la fréquence de tétées diminue parfois dramatiquement la production de lait. Je vois tous les jours des bébés suivre ce que j'appelle un régime idéologique. C'est ainsi que l'allaitement est en échec si l'on tente de le régler et c'est tant mieux. Sauf que les mères en souffrent et interprète le résultat de ce régime idéologique comme un manque de lait dont elles sont responsables.

« Au début c'est normal (parfois la comptabilité commence dès les premiers jours), mais cela va se régler rapidement après la montée de lait »...

« D'emblée donnez lui de bonnes habitudes, sinon il va vous mener par le bout du nez. »

« *Faites le patienter au moins 2h entre les tétées* »,
« *Maintenant il a un mois et il « devrait » être à 6 ou 7 tétées* »,
« *Ah non ! Il a deux mois ! Il ne « devrait pas » téter plus de cinq à six fois, c'est un petit coquin !* »

Et à cinq mois, là n'en parlons plus, les mères n'osent plus dire combien de fois il tète encore et commencent à mentir.

La deuxième tentation c'est le moralisme, la glorification de la mère idéale.

La aussi l'histoire nous parle. Jusqu'au XVII^e siècle, le maternage est essentiellement un savoir de femmes, mais les philosophes et les puériculteurs commencent en s'en mêler à partir du XVI^e et XVII^e siècle où la place de l'enfant augmente avec la naissance du monde contemporain et de l'industrialisation

La glorification maternelle s'impose durant tout le XIX^e et la première moitié du XX^e siècle. L'amour maternel devient un objet de culte par les écrivains et les poètes avec Rousseau par exemple.

« *Ne vous inquiétez pas, cela ne va pas durer, dites-vous que vous avez trois mois à lui consacrer mais que cela en vaut la peine* ». La morale est plus subtile, mais elle infiltre tous les discours de promotion de l'allaitement qui passent exclusivement par les intérêts santé publique ou l'intérêt du bébé.

- C'est pour son bien,
- Pour les anticorps (quel mot quand on y pense !)
- Sa santé
- Sa sécurité affective
- Sacrifier trois mois qu'est ce que c'est dans une vie!!!!

Cela fait de l'allaitement un devoir une prescription et du lait un médicament, un aliment, une expérience santé publique. L'esprit du sacrifice n'est pas loin. La mère donne à son bébé, elle le fait pour lui, ne profite de rien ou bien peut être, se voit-elle allouée le plaisir de la relation, les sourires, le plaisir du bébé.

Il est intéressant de comprendre que ces deux positions apparemment opposées atteignent un même objectif qui est l'évacuation de la vie psychique et des contradictions inhérentes à la maternité :

Contenir et répondre aux besoins du bébé afin de construire sa base de sécurité mais aussi lui permettre de découvrir progressivement sa capacité à s'autoréguler et donc grandir.

Être mère et femme. Cette double posture vient à la fois nourrir et tempérer l'érotisme maternel. Mais il faut pour cela que notre société reconnaisse une place au plaisir de la mère pour elle-même. Il faut accepter l'idée que l'allaitement fait partie de la sexualité de la femme au sens large du terme

Et là aussi l'histoire est toujours instructive

La plupart des écrits médicaux anciens ou littéraires jusqu'au 18^{ème} parlent de l'allaitement avec gourmandise et voire érotisme.

■ « *Y a-t-il passe-temps pareil à celui que donne un enfant qui mignarde et flatte sa nourrice en tétant* » Laurent Joubert (1578), médecin

■ « **Tant que l'on nourrit, l'on rit** » proverbe limousin

« *Or y a-t-il une sympathie des mamelles à la matrice : car chatouillant le tétin, la matrice se délecte et sent une titillation agréable parce que ce petit bout de mamelle a le sentiment fort délicat, à cause des nerfs qui y finissent [...] la femme offre volontiers ses mamelles à l'enfant qui les chatouille doucement de sa langue et de sa bouche. À quoi la femme sent une grande délectation et principalement si le lait y est en abondance.* » Ambroise Paré (1552)

Déjà au XIX^e et XX^e siècle, les écrits sur le plaisir d'allaiter se font rares. Il est intéressant de voir que la disparition du plaisir dans les textes médicaux est concomitante de l'apparition de la puériculture médicalisée avec ces discours soit éducatifs et restrictifs soit sacrificiels (la mère idéale) et prescrits comme un devoir comme je l'ai déjà dit.

Et nous avons encore les restes de ces deux positions aujourd'hui.

Pourtant tout signe la proximité entre allaitement et sexualité : L'éjection du lait et l'éjaculation, l'érection du mamelon et celle de la verge. L'ocytocine, l'hormone du plaisir qu'il soit orgasmique, oral, sensuel est sécrétée par la mère tout au long de l'allaitement. L'équivalence lait- sperme infiltre de nombreux rituels dans les sociétés traditionnelles mais aussi les textes médicaux anciens jusqu'au dix-huitième siècle.

La psychanalyse, elle, continue de montrer le lien entre plaisir de l'oralité et sexualité.

« *Quand on a vu l'enfant rassasié abandonner le sein, retomber dans les bras de la mère, et les joues rouges, avec un sourire heureux s'endormir, on ne peut manquer de dire que cette image reste le modèle de la satisfaction sexuelle qu'il connaîtra plus tard* » Freud .

Mais là aussi, discrètement le plaisir de la mère a disparu.

Les préliminaires sexuels adultes ne sont-ils pas des restes d'enfance ? Dans les préludes adultes, il n'y a pas que l'homme qui prenne du plaisir avec les seins et les caresses. La femme doit elle l'avoir oublié.

Pourtant cette phrase de Freud mérite sa symétrie :

• *Quand on a vu la mère, avec son bébé au sein, les joues rouges, avec un sourire heureux s'endormir, on ne peut manquer de dire que cette image reste le modèle de la satisfaction sexuelle » un auteur anonyme.*

Mais les mères qu'en disent-elles ?

Une mère du 18^{ème} siècle

« J'ai senti une commotion que je ne peux comparer qu'à celle de l'étincelle électrique aussi vive qu'elle m'a soulevée,,m'a entraînée vers mon enfant,elle s'est bientôt épanouie dans tout mon corps en y répandant une chaleur délicieuse,à laquelle a succédé le calme d'une volupté inexprimable »

Au XXI^{ème} siècle qu'en disent les mères dans l'intimité des groupes ou des consultations ?

« Tu sens la même chose avec ton garçon qu'avec ta fille, car moi, c'est vraiment différent » Et là, les confidences fusent. *« Moi non plus c'est pas pareil, c'est plus... »* Et les mots se cherchent, les rires fusent pour alléger la confidence, mais peut être aussi de soulagement de ne plus se sentir seules avec leur vécu.

Un de mes souvenirs forts à ce sujet est une conversation libre avec un groupe de soignants sur leur propre expérience. Une des soignantes s'exprimait en riant sur le sevrage des ses trois enfants au cours de la deuxième année : *« Tu sais, le plaisir que l'on prend quand ils ont le sein dans la bouche, en plus si c'est un garçon, il fallait bien que ça s'arrête. »* Voilà, une culpabilité tempérée, et un sens de l'âge et des étapes de la vie.

■ *« J'ai l'impression qu'elle est parfaitement emboîtée en moi.Tous nos gestes s'accordent »*

Et seules les mères sorties de cette période de voracité, d'intensité vont pouvoir dire à une mère inquiète de cette fréquence.

Non pas *« attend,serre les dents, ça va passer »*

Mais : *« tu sais quand il va téter en cinq minutes et repartir jouer, tu vas regretter ces heures passées avec lui, blotti contre toi, te caressant, alors profite en ».*

Profite contre supporte n'est-ce pas mieux ?

Pourquoi avons-nous si peur du plaisir de la femme au point que la mère elle même n'ose pas se l'avouer et s'en inquiète.

Car la suspicion infiltre tous nos discours.

Par exemple dès six mois les mères s'entendent dire « *Écoute maintenant c'est pour ton plaisir que tu l'allaites* » qui sonne comme une accusation.

Dans le plaisir que la mère pourrait prendre, le fantasme incestueux rôde et fait concurrence à la mère idéale. Mais on a oublié que pour qu'il y ai un oedipe structurant, il faut un partage de plaisir préalable. Chez une mère suffisamment « normale » l'interdit œdipien va tempérer son érotisme.

Il ne s'agit pas là d'un érotisme génital adulte ou incestueux mais l'érotisme, le plaisir sont là, « *transformant le lait en chair* » (Balzac¹), donnant un contre poids à l'oralité intense du nouveau né..

Bien sur le plaisir n'est pas toujours au rendez vous pas plus ici que dans la sexualité d'ailleurs. Mais quand il y est, il n'est pas coupable et il est même à sa place.

Et pour les « *aider* » à mettre de l'ordre entre le nutritionnel et le « *reste* » (plaisir, sécurité, réconfort) là encore, des règles : « *Sachez qu'il prend 90% de sa ration dans les dix premières minutes, ensuite c'est pour le plaisir* ».

On peut voir comment nos représentations associent oralité intense et douleur « *attention ne le mettez pas trop souvent et pas trop longtemps, sinon vous allez avoir mal* »

Pourtant, plus un bébé tète en liberté et souvent, moins la mère a de risque d'avoir des crevasses, comme si un bébé que l'on fait patienter, au moins dans les premiers temps, arrivait dans un état de tension extrême au sein, et blessait sa mère.

« *Le sein n'est pas une sucette* » presque un proverbe.

Comment sortir de cette double tentation comptable ou moralisatrice et aider la jeune mère à synthétiser à l'intérieur d'elle même toutes ces contradictions et que le plaisir y prenne sa place ? Aucune recette mais quelques pistes.

Il me paraît important que la mère sente que nous acceptons et soutenons toutes les sources de son plaisir à allaiter qui trouve ses racines dans des motivations contradictoires et pas dans le politiquement correct : le plaisir sensoriel pour elle même, la toute puissance, le plaisir narcissique d'être fière de soi, le plaisir de la transmission et de participer à la santé physique et psychique de son bébé,

¹ H deBalzac, Mémoire de deux jeunes mariés, 1841, L.Conard, 1912, p.294

Mais la mère doit aussi trouver en nous une écoute empathique et tranquille aux sources de sa souffrance : le manque de confiance en soi, une volonté de maîtrise en difficulté, la peur d'être avalée par la dépendance, des sentiments ambivalents vis à vis de son bébé.

L'allaitement est aussi une expérience qui s'inscrit dans le temps avec des étapes à passer : la mise en place des premiers temps, le début du sevrage et la diversification, la fin de l'allaitement.

Comme toutes les étapes de transition de la vie, la mère est dans un premier temps plus ou moins écartelée dans des envies contraires et s'en dégager pour le vivre dans une relative sérénité demandent un temps variable aux mères en fonction de leur histoire personnelle, de leur environnement etc.

Le sevrage est un particulièrement bon exemple pour comprendre cette notion de processus lent.

Prenons comme dernier exemple le

J'aime tellement l'idée qu'il n'y ait que moi qui puisse le nourrir,

Qui va mettre certaines mères en difficulté au moment du sevrage si elle ose l'exprimer. Elle va souvent entendre :

« Quand même et les autres, il va bien falloir le lâcher ce petit, il ne faut pas penser qu'à vous, c'est trop fusionnel tout ça »

Qui suinte le jugement et le « il faut »

C'est oublier que cet investissement pulsionnel et fusionnel l'a pourtant soutenue dans la période des tétées fréquentes et que personne ne se dégage d'un simple coup de pied d'un tel plaisir.

Au fond, une de nos difficultés est probablement que nous aimerions résoudre l'état paradoxal de la mère. Alors que ces mouvements contraires sont le courant de la vie elle-même.

Faisons lui confiance pour qu'elle chemine avec les autres forces : l'envie aussi de passer à autre chose, de retrouver son mari, sa vie personnelle etc » et avec tout ça, à son rythme, plus ou moins vite, elle va traverser le sevrage.

Nos il faut, il ne faut pas, nos diktats ne la feront pas aller plus vite et augmenteront sa souffrance. Il est bon de lui faire comprendre la lenteur nécessaire des processus et des étapes. Il n'y a aucune urgence à lâcher son petit à six mois et au contraire le lâchage doit être progressif.

Et pour conclure je dirais que nos normes et nos règles, notre moralisme nient ou tentent d'annuler la réalité humaine qui est notre diversité :

Certains bébés ont besoin de 7 Tétés par jour d'autres 15. Certains bébés ont besoin d'être portés 10h par jour d'autres moins. Certains bébés ont besoin de manger des solides à 4 mois d'autres picoreront jusqu'à 14 ou 15 mois.

Certaines mères ont besoin de passer le bébé dans sa chambre à trois mois d'autres à un an. Certaines mères supportent les tétées de nuit jusqu'à huit mois d'autres plus etc.

Face à ça, notre moule univoque donc irréaliste génère de la souffrance chez les mères. Racontons aux mères comment elles, le papa et leur bébé s'inscrivent dans la diversité humaine et reparlons de l'allaitement non pas comme un choix santé publique mais avec gourmandise, comme une des expériences fortes que la vie peut nous offrir et elles iront mieux.