



# VENIR *debout*

Pas à pas jusqu'à la marche

UN FILM DOCUMENTAIRE

**qui parle des bébés mais pas seulement...**  
**qui parle des assistantes maternelles mais pas seulement...**  
**qui parle des parents mais pas seulement...**

proposé par le Relais Assistantes Maternelles de la Communauté des Communes du Diois,  
Caroline Zenatti de l'association REMOUS et réalisé par Arnaud Miceli - Gingembre films

L'accueil par une assistante maternelle\* est le premier mode de garde des enfants de moins de 3 ans en dehors de leurs familles. Le nombre d'assistantes maternelles agréées ne cesse de baisser depuis 2014 (rapport de l'observatoire national de la petite enfance), c'est un métier peu reconnu, qui présente des particularités en terme d'isolement professionnel du fait de sa pratique au domicile de l'assistante maternelle (hors Maison d'Assistants Maternels - MAM). Pourtant c'est un mode d'accueil souple qui peut s'adapter aux besoins diversifiés des familles et qui, surtout, correspond particulièrement aux besoins de repères stables des nourrissons.

*\*nous faisons le choix de féminiser ce métier en raison de la très grande majorité de femmes qui l'exercent.*

*Le Relais Assistants Maternels (RAM, futur Relais Petite Enfance) a une mission d'accompagnement des professionnelles dans la formation, dans l'évolution des pratiques et dans l'actualisation des connaissances. Un des moyens privilégiés du RAM pour la mise en œuvre de cette mission est, ce que nous nommons ici : « les ateliers ». Des rencontres rassemblant enfants, professionnelles ou parents qui les accompagnent avec un.e intervenant.e qualifié.e dans un domaine.*

*C'est après plusieurs années d'ateliers avec Caroline Zenatti, intervenante dans les ateliers « éveil moteur » que le projet de film est né. Chaque année nous avons plaisir à recommencer ces rendez-vous hebdomadaires (pendant 6 à 8 semaines), retrouver des enfants qui ont grandi ou faire connaissance avec de nouveaux bébés. C'est aussi un temps de retrouvailles avec les assistantes maternelles - Oui il y a un petit moment d'accueil où nous échangeons les nouvelles- puis nous commençons à vivre ensemble une aventure. « Aventure » n'est pas trop fort, ce terme contient l'idée que quelque chose s'est modifié entre le début et la fin. Il contient également le fait que nous devons être 100% présents pendant ce moment, attentifs, concernés, actifs, acteurs. Et quand nous avons partagé une aventure les liens en sont modifiés.*

*Alors nous avons vécu de multiples aventures avec les assistantes maternelles, nous avons échangé des regards complices, des sourires et des fous rires, des inquiétudes et des doutes. Nous avons rencontré des personnes. Cela n'enlève rien à leurs qualités professionnelles, c'est juste que le bébé, lui, s'attache à une personne. C'est cela qui nous a touchées, nous avons reconnu les qualités humaines, les sensibilités multiples qu'il faut cultiver pour qu'un tout petit puisse prendre appui sur la relation pour aller un peu plus loin aujourd'hui et demain.*



**Christèle ARNAUD-RIBES**  
**Animatrice du RAM - Relais Petite Enfance**  
**Éducatrice jeunes enfants**



# L'approche sur laquelle s'appuie ce travail, le Body Mind Cinteroing® (BMC®)

« Le BMC® est une approche pédagogique d'éducation somatique par le mouvement et par le toucher. Conçu par Bonnie Bainbridge Cohen, le BMC® est une étude du corps en mouvement qui passe par l'expérience : principalement par des explorations de mouvement et de toucher, mais aussi par l'étude de l'anatomie et de la physiologie. Ce travail invite à une découverte des systèmes du corps (squelette, système nerveux, système musculaire...), qui font chacun émerger des états de corps, des qualités de mouvement et des états d'esprit spécifiques.

Le BMC® propose également de revisiter les étapes du développement de l'enfant et de prendre conscience des habitudes de mouvement de chacun, afin d'en élargir la gamme des possibles. »

<https://www.soma-france.org/bonnie-bainbridge-cohen>

Les intentions de cette approche avec les bébés sont avant tout de soutenir et d'accompagner un développement moteur harmonieux. Lorsque les parents et les professionnelles ont certaines connaissances, convictions pour éclairer leurs choix, la vie avec un bébé est plus facile.

Postulat : Toutes les étapes sont importantes à vivre (être posé au sol, pivoter, rouler, se repousser du sol, ramper, marcher à 4 pattes, venir s'asseoir, venir debout) et participent à la construction d'un développement moteur harmonieux.

Les  de cette approche :

L'observation de chaque enfant et la prise en compte de ses rythmes propres contribuent à l'établissement d'une relation respectueuse entre l'adulte et l'enfant.

Au-delà de la question motrice, le bébé est considéré comme un sujet dès sa naissance avec ses compétences et ses particularités que nous regardons avec respect et confiance.

De plus, cette façon d'appréhender le développement de l'enfant :

- augmente l'autonomie du bébé et diminue sa dépendance à l'adulte
- augmente la confiance en soi du bébé, la confiance entre le bébé et l'adulte et la confiance en soi de l'adulte
- augmente l'estime de soi des bébés et des adultes qui en prennent soin
- facilite la communication et la compréhension entre l'adulte et le bébé
- augmente la capacité de l'enfant à être acteur dans son environnement (choisir ses activités, ses jeux en fonction de ses propres désirs et besoins)
- diminue la frustration de l'enfant qui a plus de capacités à répondre par lui-même à ses désirs et besoins
- diminue les risques de chute, blessure grâce à une meilleure maîtrise de ses mouvements et déplacements

CHACQUE ENFANT A SON RYTHME – PARENTS, PROFESSIONNELS PAS D'INQUIÉTUDE !  
LES PLUS JEUNES MARCHEURS SE LANCENT DÈS 9 MOIS ALORS QUE CERTAINS ATTENDENT  
15 OU 16 MOIS, VOIRE PLUS.



## La posture : Comment soutenir/accompagner

- Prendre le temps de percevoir le rythme propre au bébé.

Pour un nouveau-né chaque chose vécue est une nouvelle expérience, il a besoin de temps d'intégration. Dans les premiers mois il est dépendant pour tous ses déplacements et changements de position. Nous pouvons commenter, expliquer ce qui se passe, par exemple : je te prends et nous allons dans la salle de bain pour changer ta couche, je te pose au sol, j'ouvre les rideaux et il y a plus de lumière, c'est le téléphone qui sonne, etc

- Pratiquer l'observation.

C'est un outil précieux pour répondre au plus juste des besoins du bébé.

- Penser un environnement adapté.

Le bébé peut être posé au sol dès tout petit pour que commencent ses explorations motrices. Il éprouve la gravité et sa capacité progressive à s'en extraire. Le sol ne doit pas être trop moelleux, pas trop dur non plus, pas trop froid... On peut trouver des tapis faciles à déplacer, faciles à nettoyer avec une matière qui favorise les déplacements.



- Pour les adultes qui prennent soin des bébés.

Trouver une posture qui les soutienne et les accompagne.

Mettez-vous au même niveau que l'enfant. Couchez-vous au sol dans la même position. Regardez ce qu'il regarde. L'enfant peut alors se sentir rejoint dans ses explorations et vous pouvez imaginer plus facilement ce qu'il est en train de vivre. Vous partagez son expérience. De là, vous pouvez, par la voix, avec le regard, l'encourager dans ses explorations, valoriser ses essais (c'est aussi une astuce pour s'accorder à la temporalité des bébés).

Le toucher est une ressource pour que les bébés découvrent progressivement leur schéma corporel – lorsqu'on touche une partie du corps, elle est plus éveillée, nous la percevons mieux.

### LES JEUX ET LES JOUETS :

En mettre peu à disposition en même temps pour ne pas sur-stimuler l'enfant. Choisir différentes matières, textures, couleurs pour éveiller les sens et inviter le bébé à découvrir ses goûts. Choisir la distance entre le bébé et le jouet. Un jouet trop près ne stimule pas son envie de bouger, de chercher à atteindre. Un jouet trop loin décourage, l'attention se détourne et il n'y a pas de mouvement non plus ! C'est l'envie d'aller vers (l'objet, la personne, la couleur...) qui génère le mouvement !



PARTAGER QUESTIONS, DOUTES, OBSERVATIONS AVEC D'AUTRES ADULTES : ATELIERS RAM, LAEP, ATELIERS MASSAGE BÉBÉ... PARENTS ET PROFESSIONNELS, PROFITONS DE LA RICHESSE ET DES DIFFÉRENTS POINTS DE VUE POSSIBLES GRÂCE AUX ÉCHANGES.

## LES VÊTEMENTS :

Privilégier des habits confortables, qui favorisent une aisance motrice. Dès que c'est possible, déshabillez les bébés pour un temps. Les bébés nus, sans couches bougent beaucoup plus et beaucoup plus facilement. Ils découvrent alors des chemins de mouvements qu'ils peuvent ensuite reproduire habillés.

## Quelques points d'attention

Nous nous positionnons au service de la mobilité, pour favoriser tous les mouvements (d'abord réflexes) qui permettent d'explorer, de sentir, de chercher comment passer seul d'une position à une autre. En ce sens nous recommandons de ne pas utiliser ou de limiter le temps passé dans les objets qui contiennent (coconababy, transat, cosy, chaise haute avant que l'enfant sache s'asseoir seul).

### EXEMPLE

*A la maison ou en structure, on peut installer le bébé sur ses genoux pour lui donner son repas. L'enfant a ainsi plus de confort dans l'assise, moins d'effort postural à fournir et profite d'un moment privilégié avec l'adulte qui le nourrit, qui s'occupe d'un seul enfant pour ce temps de repas.*

Pour prendre le temps de chaque étape, nous invitons les adultes à ne pas mettre un enfant dans une position qu'il n'a pas encore acquise (par exemple, la position assise).

**L'étape d'avant soutient l'étape d'après !** L'enfant acquiert les compétences pour venir s'asseoir à partir du rampé.

Ce respect des étapes successives évite de mettre l'enfant dans une position dont il ne sait sortir seul.

Les bébés qui ont moins d'autonomie ont un plus grand besoin d'appeler l'adulte pour obtenir ce qu'ils désirent. Leur capacité de déplacement même minime est une conquête d'autonomie.

**Manière de demander d'un bébé = les cris = très inconfortable pour les adultes !**



**Une situation très courante :** 1 bébé que l'on met assis. Il ne sait ni rouler, ni ramper, ni marcher à 4 pattes pour aller vers l'objet qu'il désire donc il appelle ! C'est parfois très éprouvant pour les adultes d'être à ce point sollicités.

## 0-3 mois – Arrivée sur terre

Passage de la vie intra utérine- un environnement liquide, où les sons sont feutrés, la lumière tamisée- à la vie extra utérine sujette à la gravité, sans filtres sensoriel.

Des sensations nouvelles apparaissent : *froid/chaud, faim...*

Le bébé :

- a besoin d'être tenu, d'être porté, d'être bercé
- est pleinement occupé à des mécanismes de survie : respirer, digérer, se nourrir
- se déplie petit à petit (les pouces à l'intérieur du poing fermé puis à l'extérieur puis les mains s'ouvrent...)
- alterne des mouvements de flexion et d'extension
- explore des mouvements asymétriques – surtout réflexes (exemple 1 bras est tendu, l'autre est plié)
- va vers une organisation autour de la ligne médiane: les deux mains l'une vers l'autre au milieu du corps, les 2 pieds...
- acquiert progressivement une capacité de pistage visuel et sonore



## 4-6 mois – le monde à l'horizontal

C'est le temps des premiers déplacements, tout petits au début. Par exemple, dans le lit, on ne retrouve pas son enfant dans la position dans laquelle on l'a couché, il a pivoté.

Le bébé :

- découvre des réactions de redressement (il va de plus en haut sur ses bras lorsqu'il est sur le ventre)
- développe de la symétrie pour trouver le passage vers l'asymétrie choisie\*
- transfère son poids d'un côté à l'autre
- trouve des spirales dans son corps (un mouvement est initié par le haut et se poursuit jusqu'au bas ou inversement)
- commence à saisir et lâcher prise, des objets, ses vêtements... (au début par hasard).



**Exemple d'un jouet adapté à cet âge :** *balle O'ball qui offre une préhension simple et multiplie les occasions de prise.*



- peut maintenant pivoter, puis rouler du ventre au dos puis du dos au ventre
- a une focalisation plus externe et un pistage visuel et auditif plus performant. Ses perceptions augmentent et se précisent

*\* Symétrie : le bébé est sur le ventre, il repousse le sol avec ses deux mains de manière égale.  
Asymétrie : le bébé repousse plus avec sa main droite, il a donc le côté droit en extension, le côté gauche en flexion, un transfert de poids s'opère.  
Conséquence : du mouvement ! Le bébé a pivoté vers sa gauche.*



## 6-9 mois – changer de niveau

Les bébés explorent de plus en plus de mouvements, s'éloignent du sol, gagnent en rapidité de déplacement.



C'est la période où les bébés :

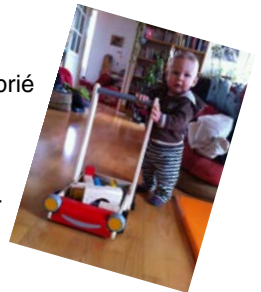
- rampent
- marchent à 4 pattes
- explorent des positions avec la tête au-dessus du bassin
- cherchent à atteindre les objets, les personnes en engageant tout leur corps
- viennent seuls s'asseoir (en même temps ou après le 4 pattes... ça arrive plus tard que ce qu'on imagine souvent!) - Quand le bébé trouve seul les passages du rampé au 4 pattes à la position assise, il travaille aussi à sa sécurité, à l'acquisition du réflexe d'extension protectrice, qui s'exprime lors des déséquilibres et lui permet de retrouver le sol en douceur.
- Établissent des liens de causalité, comprennent et expriment le "non", jouent à coucou/caché, font des associations (objets, fonctions, personnes...)
- jouent avec leur voix : modulation, répétition
- passent les objet d'une main à l'autre

## 10-12 mois – Venir debout

La vitesse, les distances parcourues augmentent, l'espace approprié est plus grand, plus lointain

Le bébé :

- voit ses capacités de compréhension et d'anticipation augmenter. Par exemple quand on dit "on va dehors", l'enfant va chercher ses chaussures (quel que soit son mode de déplacement !)
- collabore (habillage, repas)
- s'exprime avec phrasé (toujours sans mots mais dans la construction des vocalises)
- explore les actions de donner/rendre
- fait des bisous
- a une motricité plus fine, plus précise (maîtrise de la pince entre le pouce et l'index)
- passe de 4 pattes à assis puis debout avec support puis sans support
- marche avec support (latéralement)
- se lance dans la marche... quand il est prêt !



Caroline ZENATTI  
Éducatrice en développement  
moteur du nourrisson

# REMERCIEMENTS

**Aux participants du film**

**Aux élus CCD qui ont fait confiance à ce projet**

**Aux financeurs, CCD, Caf, Département et MSA**

**A nos collègues pour leur soutien**

**Aux formateurs BMC®**

**A Esther et Neven pour les photos de ce livret**

Communauté des Communes du Diois  
Relais Assistantes Maternelles  
42 Rue Camille Buffardel  
26 150 DIE  
04 75 22 15 23 - ram@paysdiois.fr

Gingembre Films  
Arnaud Miceli  
contact@gingembre-films.com

Association Remous  
Caroline Zenatti  
parentalites.en.mouvement@gmail.com

[venirdebout-lefilm.fr](http://venirdebout-lefilm.fr)