Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 96 (1998)

Heft: 2

Artikel: Chant prénatal et familial

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-950188

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

EDITORIAL

En préparant ce dossier une chose m'a frappée: la présence des pères aux côtés de leur compagne au cours de la période prénatale. Cette (nouvelle?) situation est bien résumée par une phrase de Marie-Louise Aucher, initiatrice du chant prénatal: «Les voix du père et de la mère aident au développement tonique de l'enfant in utero».

Désormais, les «nouveaux» pères assument, non seulement une fois leur bébé venu au monde, mais aussi avant, lorsqu'il est dans le ventre de sa mère. D'aucuns diront que c'est histoire de prendre une revanche, puisqu'ils ne pourront jamais donner la vie. Je pense plutôt que c'est le signe qu'imperceptiblement notre société change. La crise nous aura au moins appris une chose: le travail n'est pas tout, il y a une vie après lui. De plus en plus de pères en sont conscients et ne veulent plus sacrifier leur famille et leurs enfants sur l'autel du dieu-travail qui peut les «remercier» (quelle drôle d'expression) à tout moment pour cause de restructuration ou de fusion. Peut-être allons-nous vers une société où l'on prend le temps d'être plus à l'écoute des autres et de soi, une société où chacun, (tout) petits et grands auront la même voix au chapitre, où tous les pères accompagneront leur compagne avec douceur et tendresse lors de la naissance de leur enfant. On peut rêver... Mais justement, ce n'est déjà plus un rêve!

Préparation à la naissance

Chant prénatal et familial

Parmi les méthodes de préparation à la naissance, il en est une, née voici tout juste 20 ans, qui est encore mal connue chez nous, c'est le chant prénatal. Voici quelques éléments-clés de cette méthode.

TOUT a commencé par l'achat d'un piano à la maternité de Pithiviers, en France. Du jamais vu... Marie-Louise Aucher, une «grande dame» au très fort ascendant, venait chaque semaine s'installer au piano, et autour de celui-ci les femmes, les couples, les familles partageaient la découverte et le bonheur de chanter pour les enfants à naître comme pour les bébés qu'ils berçaient dans leurs bras. Depuis, les sages-femmes et les parents ont raconté leurs observations positives sur les bébés et sur eux-mêmes. Le «chant prénatal» est ainsi né.

Le fœtus est réceptif aux vibrations sonores

En fait, Marie-Louise Aucher avait eu l'intuition de la réceptivité de l'enfant in utero aux vibrations sonores. Issue des précédentes recherches et propositions de la psychophonie, cette intuition devenait conviction et ouvrait tout un terrain de recherche pour cette application du chant.

La période de la grossesse, par ses bouleversements physiques, physiologiques et mentaux, apporte tellement de changements que la proposition de chanter pour soi et pour l'enfant s'inscrit souvent comme une «sécurité» retrouvée de ses racines.

Pour que le passage au chant prénatal puisse se faire, il faut savoir museler ses appréhensions, les pressions du milieu familial ou les influences socioculturelles. Le chant est un art complet qui fait appel à nos facultés motrices sensorielles et affectives car, quand il parle et surtout quand il chante, l'homme est son propre instrument de régulation. Instrument qu'il lui faut apprendre à connaître et à accorder.

Marie-Louise Aucher a pu établir une véritable échelle des sons mettant en correspondance les notes et les organes sur différents octaves et, à travers ses expériences, déterminer des zones en souffrance en fonction du renvoi du son émis déformé sur ces lieux.

Zusammenfassung

Neben den klassischen Methoden der Geburtsvorbereitung finden sich auch Techniken, welche eine zärtliche und liebevolle Kontaktnahme des Vaters und der Mutter mit ihrem Ungeborenen fördern. Dies sind insbesondere die Haptonomie und der vorgeburtliche Gesang. Die Haptonomie unterstützt den Berühr- und Tastsinn, welcher in unserer modernen Kultur oft vernachlässigt wird, aber einen der frühesten Kontakte zum Kind im Uterus ermöglicht. Ab dem vierten Schwangerschaftsmonat beantwortet das ungeborene Kind klar solche Signale und bewegt sich unter den Händen seines Vaters oder seiner Mutter, die es zärtlich rufen. Vorgeburtliches Singen gebraucht Stimme und Musik als Kommunikationsmittel zum werdenden Kind und für die Entspannung. Die gesungenen Töne breiten sich im Fruchtwasser aus, und verstärkt durch das schwingende Skelett der Mutter erreichen das Kind Ober- und Untertöne, die wie eine liebevolle Botschaft auf den gesamten Körper des Kindes einwirken – eine wahre intrauterine Symphonie! Im Umfeld einer immer technischer werdenden Medizin bieten solche Geburtsvorbereitungstechniken viel Raum für Gefühle und Zärtlichkeit.

Chanter en famille pour accueillir dans la joie et la détente le bébé à venir, telle est l'une des leçons du chant prénatal et familial.

Les lieux de résonance éveillés chez la femme enceinte vont être un véritable massage d'organes internes et un message affectif intense vers le bébé. La vibration osseuse du squelette d'abord, puis la mise en jeu du souffle avec l'assouplissement du diaphragme par des vocalises contrôlées vont augmenter les échanges sanguins entre la mère et l'enfant.

Dans un premier temps, les sons vont passer par le liquide amniotique pour aller contacter le fœtus qui va les recevoir par la peau puis lorsque l'oreille interne sera en fonctionnement, par les canaux semi-circulaires qui agissent sur l'équilibre (vers le cinquième mois), l'enfant recevant les infrasons et les ultrasons sur tout l'ensemble de son corps.

Déroulement des séances

Dans la pratique, les séances de chant sont proposées aussitôt que les femmes le désirent. Chaque semaine durant 1 h 30, elles vont se retrouver et évoluer dans leurs découvertes. Au début, on propose des exercices d'échauffement et de mise en place de la respiration, de la détente musculaire par les vocalises pour préparer les chants.

Le choix des chants se fait selon le désir des femmes ou selon ce qu'on souhaite leur faire ressentir (berceuses, chansons traditionnelles, chansons poétiques et émouvantes, créations spécifiques pour la grossesse). Echanges et partage émotionnel sont favorisés dans le groupe.

Rythmes et balancements

L'enfant entend une véritable symphonie intérieure, souffle respiratoire et placentaire, bruits intestinaux, pulsation cardiaque, tout cela va rythmer son développement. Le chevauchement permanent des deux battements mère/enfant, 2 pour 3, est un retour aux sources pour les déracinés (jazz – 6/8 syncopé) d'où l'importance de laisser quelques minutes après la naissance le bébé sur le ventre de la mère.

Si une formation en chant prénatal vous intéresse, vous pouvez vous adresser à:

Association «La voix en jeu»
Mme Annie Durieux
85, Val St-Georges
La Gavotte
F - 13170 Les Pennes Mirabeau
Tél. et fax (0033) 04 91 09 03 90
ou à:
«La Voix vivante»
Mme Marie-Jo Cardinale
1040, rte des Deux-Roches
F - 17450 St-Laurent de la Prée
Tél. et fax (0033) 05 46 84 66 64

Il y a toujours au cours du chant prénatal un temps réservé pour travailler sur l'accouchement et les sons correspondants. On s'est en effet aperçu que la dilatation s'accélérait si les femmes accompagnaient les contractions de sons à fréquence grave. On les encourage donc à pratiquer la tenue du souffle et du son en fréquence basse (souvent soutenues par la voix de leurs compagnons) ce qui semble favoriser l'envoi des endorphines dans le cerveau et modifier le signal de la douleur en en abaissant le seuil ressenti par les femmes. Ceci est valable jusqu'à la phase de poussée pour l'enfantement.

Après la naissance, il serait bon de laisser les parents découvrir leur enfant dans la tendresse et quelques minutes de chant entendu in utero permettront au nouveau-né de retrouver ses empreintes et de s'apaiser, se détendre, ouvrir les yeux et «écouter» avec tout son corps.

Face à une médecine qui se déshumanise, le chant prénatal est certainement un moyen de préserver l'amour et l'émotion pendant l'accouchement. ◀

Ceci est un très bref résumé des articles de Chantal Verdière et Marie-Hélène Demey, parus dans le dossier du n° 230 de juillet 1995 des *Dossiers de l'obstétrique.*

Bibliographie

Marie-Louise Aucher: L'homme sonore, éditions Epi, Paris, 1977.
Marie-Louise Aucher: Les plans d'expression. Schéma de psychophonie, éditions Epi, Paris, 1977.
Marie-Louise Aucher: En corps chanter, Hommes et groupes éditeurs, 1987.
Marie-Louise Aucher: Vivre sur sept octaves, éditions Résonnances, Neuchâtel, 1983.

Cassettes:
L'enfant sonore, Atelier OCL de Livry, F- 14240 Caumont l'Eventré, France.
16 chansons pour l'enfant à naître et 9 dictions pour les mois de la grossesse, Ateliers OCL.

Disque:
Je me chante, 30 chansons pour la découverte du corps vivant et l'éveil de la personnalité, Unidisc UD 30 1387.