Comment l'ocytocine sert de prétexte scientifique à l'éducation positive

Par **Madeleine Meteyer**
Publié le 25/08/2022 à 19:20,
Mis à jour le 26/08/2022 à 11:56

Écouter cet article

00:00/07:16

Les études dont on dispose sur l'ocytocine ont été faites sur des animaux. *Florence Mahon de Monaghan.*

DÉCRYPTAGE - Cette molécule à l'origine, entre autres, du comportement maternel est devenue la reine des discours sur la parentalité. Tous les gestes censés favoriser sa sécrétion sont promus. Quitte à exagérer largement les connaissances à son sujet.

C'est l'hormone dont savent parler même ceux qui n'ont jamais atteint le 7 de moyenne en SVT. En vingt ans, l'ocytocine a gagné ses lettres de popularité. Depuis que des scientifiques ont vulgarisé ses effets au point de la présenter comme

«l'hormone de l'amour», du «lien social», de «la spiritualité»... Un portrait-robot plus fouillé et plus excitant que celui connu depuis les années 50 et jusqu'aux années 80 : «*on savait alors qu'elle favorisait la lactation, l'expulsion du fœtus et la reformation de l'utérus*», résume le professeur Marcel Hibert, auteur d'*Ocytocine, mon amour* (2021).

Depuis que les neurosciences - les études du système nerveux - sont arrivées sur le devant de la scène, l'ocytocine s'est vue attribuer des fonctions plus poussées. Dont celle d'attacher les parents à leurs enfants. En 2005, Ruth Feldmann, professeur de psychologie à l'université Bar-Ilan en Israël a découvert que les interactions privilégiées augmentaient le taux d'ocytocine dans le sang et des parents et des nourrissons. Sa conclusion : il fallait multiplier ces moments immédiatement après la naissance «*afin de déclencher le système neuro-hormonal qui sous-tend la formation de liens chez les humains*». Ce qui permettrait de faire des pères de meilleurs pères, des mères de meilleures mères et des enfants, des enfants plus épanouis.

Ne pas crier surtout

En France, les auteurs à succès de livres d'éducation, la pédiatre Catherine Gueguen et la psychothérapeute Isabelle Filliozat, font grand cas de l'ocytocine à partir de ce genre d'études. La première la présente comme «*un très puissant anxiolytique sécrété à chaque fois (...) qu'on a une conversation agréable (...) qu'on reçoit un regard bienveillant*». La seconde, psychothérapeute auteur du best-seller *Au cœur des émotions de l'enfant*, en fait la pierre d'angle de ses démonstrations.

Si elle préconise de ne pas crier, de ne pas dire non, de ne pas froncer les sourcils, c'est que ces gestes favoriseraient la sécrétion de cortisol - une hormone dont le surnom est «l'hormone du stress» - dans le cerveau, ce qui rendrait l'enfant agressif. Pour calmer un enfant furieux, il faudrait plutôt l'aider à secréter de l'ocytocine, redoutable contre le stress, en l'enlaçant «*au moins vingt secondes*».

«Dame ocytocine est le super bouton pour éteindre le gaz quand la casserole de lait déborde» dit Dame Filliozat. Dans son livre *Mes émotions* publié chez Nathan, on trouve un spray de la molécule en papier à découper, petit clin d'œil aux parents «*à bout de nerfs.*»

Le spray d'ocytocine, remède à vos soucis ! *Nathan.*

En somme, l'ocytocine est devenue l'une des cautions scientifiques d'un type d'éducation en particulier : l'éducation positive. Sur son blog Labophilo, l'auteur et pédagogue Julien Lavenu la rebaptise carrément «l'éducation ocytocine». Elle est axée, écrit-il, «*de façon répétitive*» sur l'empathie, l'explication, le respect mutuel, la valorisation et la tendresse. Il lui oppose «l'éducation cortisol» qui se composerait de cris, de punitions, de menaces. Dans cet article, Julien Lavenu affirme que la sécrétion d'ocytocine «*développe le volume et la maturation générale du cerveau, notamment les aires préfrontales liées à la concentration et au raisonnement.*» Qui punit son enfant menace donc la maturation générale de son cerveau. Comme si l'avènement de la science supposément objective devait mettre un terme au choix entre divers styles éducatifs.

Si c'était si simple...

Manuela Filippa est chercheuse à la faculté de psychologie et des sciences de l'éducation, à l'origine d'une étude sur les effets analgésiques de la voix maternelle sur les nourrissons. L'ocytocine, c'est son domaine. Comme ses confrères, elle admet

qu'elle favorise - mais ne détermine pas - l'attachement entre les êtres. Elle a lu l'article de Julien Lavenu et le juge simpliste.

«*Il n'a jamais été écrit que l'ocytocine fait grossir le cerveau d'un bébé ni que le cortisol le rétrécisse,* objecte-t-elle. *Il n'a jamais été établi qu'expliquer quelque chose à un enfant ou le valoriser augmente l'ocytocine...*» Pour elle, ces thèses charrient un risque : «*Il me semble qu'il y a derrière ce développement l'idée sous-jacente qu'une éducation ne doit jamais stresser l'enfant (au risque d'augmenter sa sécrétion de cortisol !) or le fait de grandir implique des changements difficiles. Il faut accepter la présence des moments d'anxiété sans penser que notre bébé en aura des retombées négatives.*»

Dernièrement son équipe a mené une recherche sur des prématurés qui doivent être soumis à un prélèvement de sang au talon. Pour la première fois, les parents ont été invités à accompagner leur enfant durant le prélèvement. «*Avant, on ne les impliquait pas activement dans la procédure car on pensait que ce n'était pas positif pour le bébé de les sentir stressés à côté,* explique la spécialiste*. Cette fois, ils étaient là. Et nous avons démontré que s'ils chantaient ou parlaient à leur bébé, chacun sortait de la salle moins stressé et avec plus d'ocytocine, même si l'évènement était douloureux.*»

L'ocytocine doit être libérée dans le cerveau pour agir sur nos comportements

On le voit, certains scientifiques sont méfiants quant aux conclusions abusives qui peuvent être tirées des études traitant de l'ocytocine. D'autres comme Marie-José Freund Mercier se méfient tout bonnement de l'intérêt massif que suscite ce petit neuropeptide. Professeur émérite à l'institut des neurosciences cellulaires et intégratives, elle vient de publier *Ocytocine : entre mythe et réalités*. Dans cet ouvrage elle revient notamment sur la portée des études menées par la chercheuse Ruth Feldman à partir d'interactions entre des parents et des enfants dont elle a ensuite mesuré le taux d'ocytocine non dans le cerveau - il aurait fallu l'ouvrir, peu pratique - mais dans le plasma et la salive.

L'ocytocine produite dans le cerveau favorise l'attachement. *Leemage.*

«*Or,* explique Marie-José Freund Mercier, *l'ocytocine doit être libérée dans le cerveau pour agir sur nos comportements, nos émotions et il n'existe pas de corrélation entre les niveaux d'ocytocine dans le sang et le cerveau*». Il serait donc présomptueux

d'avancer qu'un regard tendre, un câlin prolongé, renforcerait le comportement parental sous prétexte qu'il augmente le taux d'ocytocine dans les fluides périphériques.

Et puis, soupire en fin de compte Marie-José Freund Mercier : «*Pourquoi avoir besoin de cette caution scientifique pour reconnaître le bienfait de tels gestes affectueux ? Si votre enfant pleure, il vaut mieux le prendre dans vos bras plutôt que de hurler, il n'est pas nécessaire d'invoquer l'ocytocine pour le conseiller.*» Sauf à vouloir paraître plus sérieux...

La spécialiste est quelque peu irritée des discours grandiloquents à propos de ladite hormone, dont certains effets sont encore méconnus. Ce dont on est sûr aujourd'hui, c'est que « *l'ocytocine en qualité d'hormone agit principalement pendant l'allaitement et l'accouchement chez toutes les femelles de mammifères dont la femme. En qualité de neuromodulateur elle agit aussi sur le comportement maternel de la rate, du campagnol, de la brebis… L'étude de ses effets comportementaux sur les humains est au stade des hypothèses.*»

Par ailleurs, précise-t-elle, si elle est connue pour ses effets bienveillants, l'ocytocine est aussi à l'origine d'émotions négatives comme l'agressivité envers les individus étrangers à notre groupe. L'appeler «*l'hormone de l'amour* » et la brandir, comme cela est suggéré dans certains articles de psychologie, pour inciter les parents à préférer les caresses et les câlins aux cris et à la colère relève de l'abus si on considère l'état actuel des connaissances sur l'espèce humaine.