

Marie-Dominique Amy



LA SÉCURITÉ AFFECTIVE *de l'enfant*

jouvence
EDITIONS

Dans la même collection aux Éditions Jouvence :

Acroyoga avec mon enfant, Julien Levy

J'ai confiance en toi, Soline Bourdeverre-Veyssiere

50 astuces pour que mon enfant mange des fruits et des légumes, Nicole Béguin

Ma grossesse Feng Shui, Caroline David Keskin

Je t'attends : ma préparation à la naissance,
Valériane Gosset et Céline Laloux

Infertilité : mon guide vers l'espoir,
Déborah Schouhmann Antonio

30 activités théâtrales pour l'épanouissement des enfants, Marie Poulhalec

Catalogue gratuit sur simple demande

ÉDITIONS JOUVENCE

France : BP 90107 - 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse : Route de Florissant, 97 - 1206 Genève

Site Internet : www.editions-jouvence.com

Mail : info@editions-jouvence.com

Nouvelle édition revue et actualisée de *La Sécurité affective de l'enfant*,

© Editions Jouvence, 2012

© Éditions Jouvence, 2018 pour la présente édition

ISBN : 978-2-88953-077-9

Maquette de couverture : Claire Morel Fatio

Couverture : Éditions Jouvence

Maquette et mise en page : Frank Pitel [grad-design.fr]

Éléments graphiques intérieurs : ©Freepik

Tous droits de traduction, adaptation et reproduction réservés pour tous pays.

Et si on lisait.?



Le porteur d'eau

Un porteur d'eau indien avait deux grandes jarres, suspendues aux deux extrémités d'une pièce de bois qui épousait la forme de ses épaules.

L'une des jarres avait un éclat, et, alors que l'autre jarre conservait parfaitement toute son eau de source jusqu'à la maison du maître, l'autre jarre perdait presque la moitié de sa précieuse cargaison en cours de route.

Cela dura deux ans, pendant lesquels, chaque jour, le porteur d'eau ne livrait qu'une jarre et demi d'eau à chacun de ses voyages. Bien sûr, la jarre parfaite était fière d'elle, puisqu'elle parvenait à remplir sa fonction du début à la fin sans faille.

Mais la jarre abîmée avait honte de son imperfection et se sentait déprimée parce qu'elle ne parvenait à accomplir que la moitié de ce dont elle était censée être capable.

Au bout de deux ans de ce qu'elle considérait comme un échec permanent, la jarre endommagée s'adressa au porteur d'eau, au

moment où celui-ci la remplissait à la source.
« Je me sens coupable, et je te prie de m'excuser. »
« Pourquoi ? » demanda le porteur d'eau.
« De quoi as-tu honte ? »
« Je n'ai réussi qu'à porter la moitié de ma cargaison d'eau à notre maître, pendant ces deux ans, à cause de cet éclat qui fait fuir l'eau. Par ma faute, tu fais tous ces efforts, et, à la fin, tu ne livres à notre maître que la moitié de l'eau. Tu n'obtiens pas la reconnaissance complète de tes efforts », lui dit la jarre abîmée.

Le porteur d'eau fut touché par cette confession, et, plein de compassion, répondit :
« Pendant que nous retournons à la maison du maître, je veux que tu regardes les fleurs ici magnifiques qu'il y a au bord du chemin. »

Au fur et à mesure de leur montée sur le chemin, au long de la colline, la vieille jarre vit de magnifiques fleurs baignées de soleil sur les bords du chemin, et cela lui mit du baume au cœur. Mais à la fin du parcours, elle se sentait toujours aussi mal parce qu'elle avait encore perdu la moitié de son eau.

Le porteur d'eau dit à la jarre : « T'es-tu rendu compte qu'il n'y avait de belles fleurs que de ton côté, et presque aucune du côté de la jarre parfaite ? C'est parce que j'ai toujours su que tu perdais de l'eau, et j'en ai tiré parti.

J'ai planté des semences de fleurs de ton côté du chemin, et, chaque jour, tu les as arrosées tout au long du chemin.

Pendant deux ans, j'ai pu grâce à toi cueillir de magnifiques fleurs qui ont décoré la table du maître. Sans toi, jamais je n'aurais pu trouver des fleurs aussi fraîches et gracieuses. »

Conte indien



Sommaire

Présentation de PsychoEnfants..... 10

Avant-propos..... 11

1. Qu'entend-on par sécurité affective ? 15

1. La sécurité 18

2. L'affectivité 22

3. De la grossesse à la naissance 25

4. Quelques pas de plus vers la naissance
de la sécurité affective 28

2. La naissance de la sécurité affective 33

1. L'objet transitionnel, le doudou 34

2. Les aléas de la sécurité affective 38

3. Instinct ou intuition ? 40

3. De quoi dépend la sécurité affective ?..... 45

1. Comment naît le désir d'enfant ? 49

2. L'empathie 51

3. Souvent, les pères s'inquiètent..... 58

4. Du bébé à l'enfant 65

1. Les étapes de séparation..... 66

2. Ces étapes de séparation, quelles sont-elles ? 67

3. Père et mère, conjoint et conjointe..... 80

4. La relation monoparentale 82

5. Et puis, et puis... c'est l'école ! 85

1. Comment se diriger en famille vers la scolarité ? 87
2. Le soutien scolaire, source fréquente de conflits 90
3. Quand les difficultés persistent 95

6. Sur quoi repose la sécurité affective ? 97

1. L'autorité en questions 98
2. Les dangers de la toute-puissance parentale 101
3. C'est important d'être curieux ! 102
4. Et l'ordinateur ? 106
5. Ce qui peut mettre à mal la sécurité familiale 109

7. Pourquoi a-t-on tellement culpabilisé les mères ? 117

1. D'où nous vient cette culpabilité, quelles en sont ses origines ? 120
2. Quelques hypothèses 121
3. Une catastrophe : la généralisation 126
4. Le traumatisme de l'impuissance 131
5. Des mots qui me font horreur ! 132

8. Pourquoi la sécurité affective est-elle essentielle ? 137

1. Les sens du soi innés 140
2. Les représentations et les images de soi 142

9. Qu'apporte à l'enfant la sécurité affective ? 151

1. Que conditionne la sécurité affective ? 153
2. L'amour de l'autre 154

3. Y mettre du sens.....	155
4. Être un parent sécurisant.....	156
5. Les perceptions du monde.....	158

**10. Aimer, acquérir des capacités de jugement,
se contrôler 169**

1. Une donnée fondamentale : le respect.....	171
2. La capacité de jugement.....	173
3. Lui apprendre à gérer ses pulsions.....	175

**Conclusion : grandir et devenir un sujet
à part entière.....178**

Bibliographie 181

Crédits photos 184



Présentation de *PsychoEnfants*

Fondé en 2005, *PsychoEnfants* est un magazine spécialisé en psychologie de l'enfant âgé de 0 à 16 ans. À la croisée des courants, il se positionne comme le relais simplifié d'une psychologie en pleine évolution sur les plans épistémologique, clinique, biologique... S'y côtoient psychanalyse, cognitivisme et neurologie, dans le but d'offrir à chaque parent des pistes de réflexions et des outils éducatifs.

PsychoEnfants est également le seul magazine parental à proposer des dossiers de fond d'une quinzaine de pages sur des thèmes éducatifs centraux : la confiance en soi (comment la transmettre à ses enfants ?), l'autorité (comment se faire obéir sans crier ?), les relations frères-sœurs (comment gérer les jalousies ?), les liens d'attachements parents-enfants (comment apporter un amour fort et équilibrant à son enfant ?), etc.

PsychoEnfants est également présent sur Internet. Le site met à disposition de chaque parent des articles de fond, des astuces pour gérer son enfant au quotidien, des forums de discussion ainsi qu'une rubrique « courrier des lecteurs ». Objectif : répondre au souhait grandissant des parents d'aujourd'hui : comprendre et se comprendre, afin de mieux transmettre.

www.psychoenfants.fr

PsychoEnfants Leur donner le meilleur

Avant-propos

Lorsque les Éditions Jouvence m'ont proposé d'écrire sur le thème de la sécurité affective, il m'est revenu en mémoire tous les parents et leurs bébés que j'ai reçus en consultation pendant tant d'années dans mon service. Il m'est revenu aussi le temps passé à écouter des infirmières confrontées à des dyades en extrême souffrance dans leur lieu d'accueil, en hospitalisation mère-bébé. Des dyades qui, pour certaines et malgré tous les soins prodigués, restaient dans une impossibilité à se construire un espace relationnel.

Et puis, curieusement, une belle image s'est imposée à moi. Je me suis soudain revue dans mon bureau, accueillant une jeune mère en larmes. Entre deux sanglots, elle me dit, évoquant sa petite fille âgée d'environ 9-10 mois : « Madame Amy, elle a dit "maman" et je n'étais pas là ! » Et moi d'éclater de rire, de lui prendre la main et de lui répondre : « Mais quelle merveille, lorsque vous n'êtes pas là, vous lui manquez ! Même absente, vous êtes présente dans sa tête et son cœur, et donc votre petite fille va merveilleusement bien. »

La sécurité affective d'un tout petit, puis d'un plus grand, ne repose pas intégralement sur la représentation de la présence et de l'absence de ses parents,

et elle n'est jamais gagnée d'avance. Mais chez un bébé qui va mal, chez un enfant en souffrance, les représentations, les images qu'il a en lui de la réalité quotidienne ne sont pas apaisantes. Elles ne jouent pas le rôle secourable qui devrait être le leur et elles s'estompent ou prennent même parfois des dimensions terrifiantes. Lorsque mère et bébé ne se rencontrent pas, lorsque les liens ne se nouent pas, l'évitement relationnel s'installe rapidement et le soutien de la ou du psychologue est d'une grande utilité, voire même indispensable, car parfois une simple absence de confiance de la mère en ses capacités maternelles peut lui jouer des tours pendables. Je me souviens d'une mère tellement terrifiée de se retrouver seule chez elle avec son bébé qu'elle avait préparé 8 biberons d'avance et réglé son réveil toutes les trois heures.

Pour certaines mères, le début de l'aventure maman-bébé s'accomplit dans la sérénité, pour d'autres il est plus complexe, plus angoissant. Il n'y a en la matière aucune généralisation possible et la culpabilité n'est pas ici de mise, car chacune porte le poids de son histoire et de son tempérament ; quoi qu'il en soit, la sécurité affective dont nous allons parler dans les lignes qui suivent évoque en moi une très belle image architecturale. Celle d'une grande maison qui se construit étage par étage, construction à laquelle

toute la famille participe dans la mesure de ses moyens. Petites et grandes mains portent et posent des pierres, du ciment, du bois. Puis, pour couronner le tout, mais seulement au bout d'un certain temps, des tuiles ou des ardoises viennent couvrir cette belle maison que nous appellerons pour les besoins de ce livre : *le domaine de la sécurité affective*.

Cette sécurité affective n'est donc jamais installée d'emblée ni définitivement gagnée. Comme mon illustration architecturale le traduit, elle se construit progressivement et, surtout, elle ne se construit jamais à sens unique. Bébé, papa, maman en sont les acteurs constamment interactifs et donc réciproques. Les événements positifs et négatifs vécus par la famille y jouent un rôle important, mais le rôle essentiel est celui que joue le désir de construire et de bien vivre ensemble. Ce désir doit toujours être présent à l'esprit de chacun des protagonistes.

C'est de cette aventure longue, parfois difficile mais en même temps merveilleuse, que je vais dérouler l'histoire. Pour ce faire, je m'appuierai sur mes propres expériences professionnelles et personnelles, mais aussi sur les écrits de quelques psychiatres, psychanalystes et pédiatres tels que **John Bowlby, Donald Winnicott, Paul-Claude Racamier, Wilfred Bion et T. Berry Brazelton**.



à retenir

Des observations d'éthologie menées par le docteur Elvis Adams, de l'université de San Francisco, sur plus de 1000 enfants âgés de 12 à 18 mois et 1000 animaux nouveau-nés – chiens, chats, singes, etc. –, ont fait apparaître que lorsqu'un petit mammifère acquiert les comportements d'attachement qui lui permettent de se sentir en sécurité en présence de sa mère, c'est alors qu'il trouve la force de s'en séparer. Se sentant protégé, il ose explorer son milieu. La possibilité de se ressourcer au contact du corps, des cris, des sourires et des mots de sa figure familière lui permet d'affronter les figures non familières et de lentement les apprivoiser. Cette même étude met en évidence que, quelles que soient les cultures, entre 12 et 18 mois, 75 % des enfants environ ont acquis un attachement sécure : ils savent surmonter l'éloignement ou l'absence de leur maman. 20 % ont acquis à ce stade de leur développement un attachement ambivalent : quand la mère revient après les avoir quittés, ils manifestent de l'agressivité à son égard – morsure, coup de pied, etc. Enfin, 5 % manifesteraient un attachement confus, mêlant fuite et agressivité, détachement affectif et besoin paroxystique de sécurité.

Source : The British Journal of Psychiatry, Mai 2011



*Qu'entend-on
par sécurité affective ?*

La sécurité affective, fondée sur trois notions essentielles qui sont la naissance, la sécurité et l'affectivité, commence dès la conception et se construit tout au long de la grossesse.

Ce premier chapitre se devait d'être introduit par un commentaire concernant ces trois concepts fondateurs.

Je vais évoquer la sécurité puis l'affectivité, et enfin la conception et la naissance. Ceci pour la bonne raison que, chez chacun d'entre nous, le besoin de sécurité précède déjà notre propre naissance.

Une grossesse se vit généralement avec des hauts et des bas. Elle ne suit pas constamment le parcours d'un long fleuve tranquille. Il y a des moments de sérénité, voire même d'euphorie, mais aussi des moments d'inquiétude concernant l'état du bébé à venir, la future organisation à trouver, ou encore certaines réactions somatiques imprévues qui viennent contrarier des plans de longue date ou contraindre à une immobilité prolongée. Le petit fœtus, petit compagnon privilégié de ces moments merveilleux ou difficiles, les vit à sa façon et il ne peut en être autrement, mais ce qu'il vit aussi et qui domine tout le reste, c'est le désir de sa mère de l'avoir un jour, non plus en elle mais tout contre elle. C'est sur ce désir que se fonde

1 - Qu'entend-on par sécurité affective ?

la sécurité du futur nourrisson. Et ce besoin de sécurité, né si précocement, va se cristalliser dans le psychisme, et le mental du bébé va poursuivre son chemin chez l'enfant, l'adolescent puis l'adulte. Nous y reviendrons.

*C'est le désir
de sa mère de
l'avoir un jour,
non plus en elle
mais tout
contre elle.*



à retenir

Les recherches actuelles concernant les vécus intra-utérins s'orientent de plus en plus dans ce sens. On peut donc avancer que le désir de sécurité est le plus ancien, le plus primitif, le plus archaïque de tous nos désirs puisque dès la conception, il nous est indispensable.

