

TYPES DE RÉPONSES

POUR LA CONFIANCE ET L'ESTIME DE SOI
DANS LE LIEN D'ATTACHEMENT



Satisfaire les besoins d'attachement est prioritaire durant les 3 premières années de vie du bébé humain. Connaître les types de réponses, les expérimenter, les promouvoir et soutenir les figures d'attachement dans ces interactions sécurisantes représentent notre « *INTENTION-VOYAGE* ».

*Vers des liens rassurants,
attentionnés et chaleureux.*

DESTINATION

Quand le bébé, ou le petit enfant, vit un inconfort, de la peur, de la peine ou de la colère, il utilise ses comportements d'attachement pour signaler son malaise. L'enfant s'attend et a besoin d'une réponse, c'est écrit dans son « programme inné d'attachement ». Les réponses **RAPIDES**, **CHALEUREUSES**, **COHÉRENTES** et **PRÉVISIBLES** sont des réponses adaptées à son besoin de proximité.



TYPES DE RÉPONSES

POUR LA CONFIANCE ET L'ESTIME DE SOI DANS LE LIEN D'ATTACHEMENT

RÉPONSE RAPIDE POUR :

- éviter un trop grand stress ou un stress prolongé
- permettre de faire le lien entre le signal émis et la réponse
- donner l'assurance qu'il est entendu et qu'il n'est pas seul
- donner confiance en ses moyens d'entrer en relation
- permettre de vivre une détente, un apaisement, un bien-être

Et ainsi, favoriser le plaisir d'être ensemble.

RÉPONSE CHALEUREUSE POUR :

- les bienfaits de la chaleur, de la gentillesse, de la joie
- le confort du corps, sa douce température et sa force rassurante
- le confort de la voix familière et calme
- permettre à l'enfant d'exercer ses comportements de collage et d'agrippement
- le partage corporel qui entraîne le bien-être physique et émotionnel

Et ainsi, favoriser la libération de l'ocytocine, hormone qui déclenche la sécrétion successive de plusieurs molécules, notamment, la dopamine (hormone de la motivation), des endorphines (hormones du bien-être) et de la sérotonine (hormone du sommeil et de la stabilisation de l'humeur).

RÉPONSE COHÉRENTE POUR :

- l'harmonie entre le signal de l'enfant et la réponse donnée
- la traduction en mots et en gestes des émotions ou malaises signalés
- la satisfaction de ressentir que le signal envoyé correspond au ressenti.
- la satisfaction de ressentir que toutes les émotions sont recevables
- l'harmonie de la **danse-attachement** : « Je t'appelle, tu me reçois, je me sens bien et tu te sens bien et nous restons ensemble tout à fait bien »

Et ainsi, installer, peu à peu, à l'intérieur du bébé, un sentiment d'unicité et de légitimité.

RÉPONSE PRÉVISIBLE POUR :

- la certitude que la réponse va venir de la même personne et de la même façon
- favoriser sa capacité à anticiper en toute confiance et se sentir alors compétent
- lui apprendre la logique, des liens de cause à effet.
- l'énergie libérée car il n'y a pas d'inquiétude : il sait que la réponse va venir
- l'énergie libérée et alors disponible aux découvertes et aux apprentissages

Et ainsi, favoriser le développement d'un lien d'attachement « qui donne des racines et des ailes » : le développement d'un être confiant, autonome et libre.