

# Outil #2

## GUIDE DE L'ATTACHEMENT DU DONNEUR DE SOINS PRINCIPAL DE L'ENFANT DE 0 À 5 ANS

*Cet outil concerne la stratégie d'intervention suivante: l'intervention préventive*

**Objectif de l'outil** : Sensibiliser les donneurs de soins principaux de l'enfant à l'importance de la notion d'attachement.

**Participants visés** : L'intervenant(e) et le donneur de soins.

**Animation de l'activité** : L'intervenant(e), qui pourra poser des questions de réflexion après la lecture (piste de questions de réflexion intégrée dans l'outil).

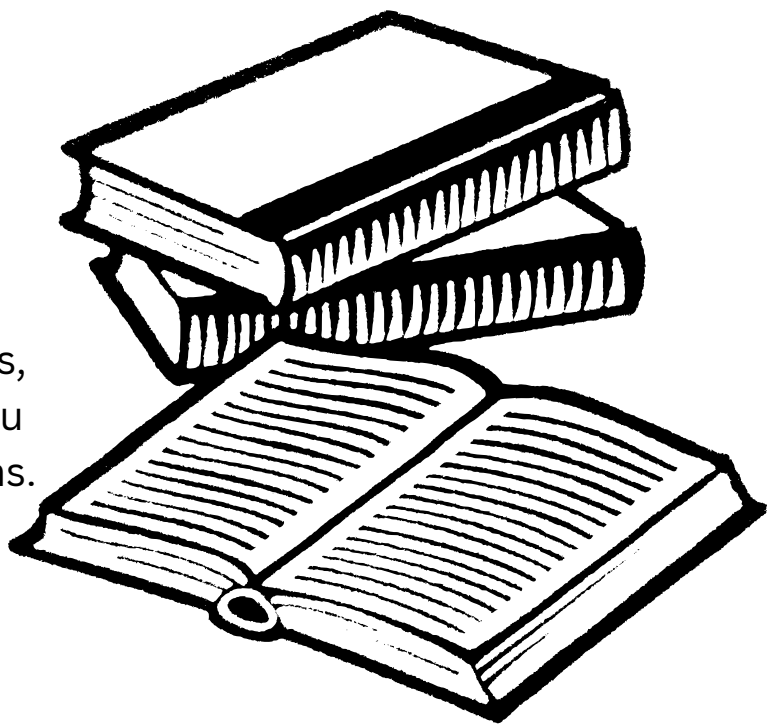
**Où** : À n'importe quel endroit où la lecture est possible.

**Déroulement** : Remise du guide de lecture au donneur de soins. Le donneur de soins devra prendre connaissance du document et lors de la prochaine rencontre, l'intervenante fera un retour sur la lecture.

**Temps approximatif de lecture** : 30 minutes.

**Temps approximatif pour les questions de réflexion lors de la prochaine rencontre** : Environ 15 minutes, dépendamment des pistes de réflexion du donneur de soins et de s'il a des questions.

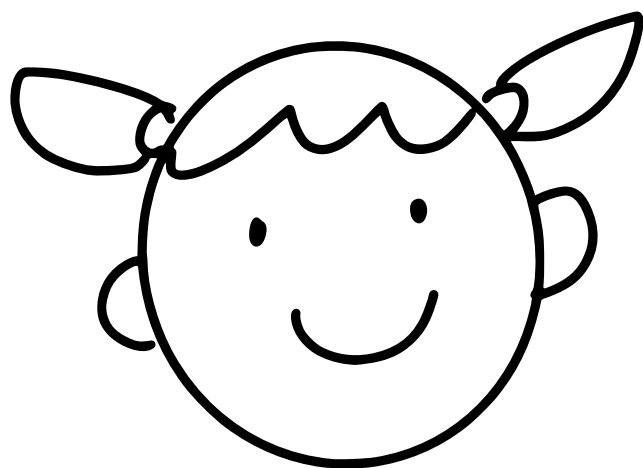
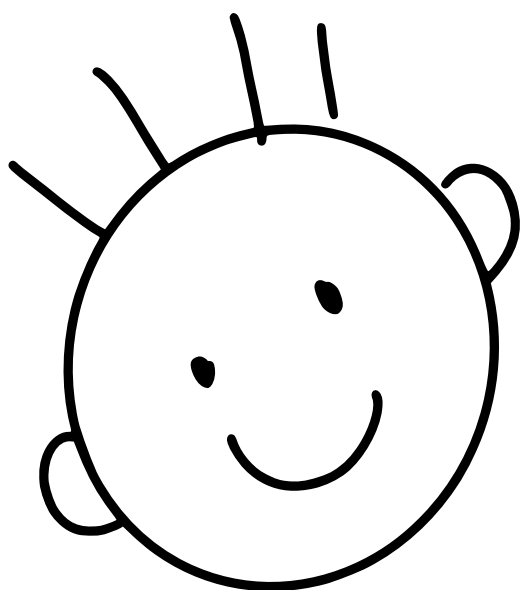
**Matériel nécessaire** : Imprimante pour imprimer le guide à remettre.



Outil #2

# L'attachement

**ACCOMPAGNER L'ENFANT  
DANS UN MONDE À EXPLORER**



Un guide pour **les donneurs de soins**  
principaux de l'enfant  
de 0 à 5 ans

# Table des matières

01

## 1. Qu'est-ce que l'attachement?

- 1.1 Définition.....p.1 à 2
- 1.2 Quels sont les différents types d'attachement?  
.....p.3
  - 1.2.1 Comment se manifestent les différents types d'attachement.....p.4
- 1.3 Quels facteurs peuvent influencer le développement de l'attachement ?.....p.5
- 1.4 Pourquoi viser un attachement de type sécuritaire?.....p.6
  - Quelles sont les conséquences de l'attachement insécuritaire?.....p.7

02

## 2. Rôle du donneur de soin dans le développement de l'attachement de l'enfant

- 2.1 La notion de sécurité : le lien entre l'attachement et les expériences de vie.....p.9
  - 2.1.1 Exemples.....p.10
  - 2.1.2 Comment rendre l'expérience d'exploration positive pour l'enfant.....p.11
- 2.2 La sensibilité : savoir décoder les besoins de l'enfant.....p.12

03

## 3. Qu'est-ce qui peut nuire à la création d'un lien d'attachement ?.....p.13

- Questions..... p.14
- Références..... p.15

# 1. Qu'est-ce que l'attachement?

## 1.1 Définition

L'**attachement** représente le **lien invisible** qui lie l'enfant avec la personne qui prend soin de lui.<sup>1</sup>

Le développement du lien d'attachement débute dès la grossesse et se développe de façon significative dans la première année de vie de l'enfant. Son développement **évolue tout au long de la vie**.<sup>2</sup>

L'attachement se manifeste par la recherche de **proximité** et de **sécurité** de l'enfant auprès de l'adulte qui prend soin de lui.<sup>3</sup>

Le lien d'attachement se développe à partir des **interactions** que l'enfant entretient avec son donneur de soins et avec son environnement.

Chaque **calin**, chaque **sourire** et chaque **moment de jeux** contribue à solidifier ce lien invisible entre l'enfant et son donneur de soins.

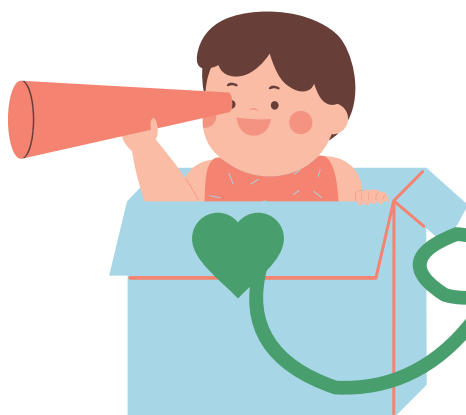




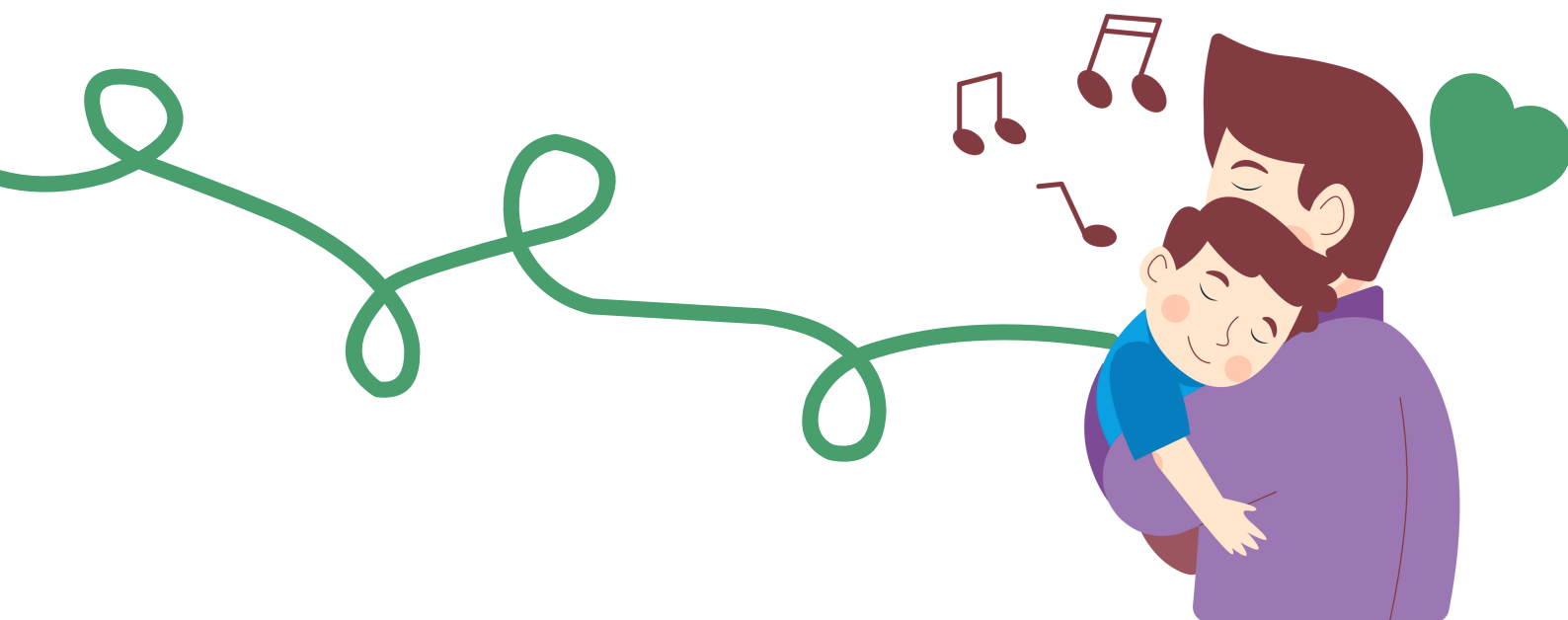
# 1. Qu'est-ce que l'attachement?

(SUITE)

Lorsque l'enfant vieillit, le lien invisible avec sa figure d'attachement s'agrandit de plus en plus, chaque jour.



Cela lui donne l'espace nécessaire pour explorer le monde qui l'entoure par lui-même. Il se sent confiant, puisque le lien invisible le guide vers une source de réconfort s'il se sent soudainement inquiet.



Inspiré du livre *Le fil invisible* de Karst, 2018

\*\*\*Toutes les images utilisées dans le guide sont en libre d'accès et ont été utilisées avec l'abonnement Canva Pro

# 1.2 Quels sont les différents types d'**attachement**?

SÉCURE ET INSÉCURE (ANXIEUX, ÉVITANT ET DÉSORGANISÉ)

## Insécure

### 1) Sécure

- L'enfant se sent sécurisé par la présence de sa figure d'attachement. Il explore son environnement. L'enfant réagit au départ de l'adulte.
- L'enfant réagit positivement au retour de l'adulte. Il continue d'explorer et cherche un contact avec sa figure d'attachement au besoin.
- L'enfant prend des initiatives dans une situation qui lui est étrangère.

### 2) Anxieux

- L'enfant considère que l'environnement inconnu peut être dangereux et a besoin de rester près de sa figure d'attachement.
- L'enfant est difficilement consolable lors de sa séparation avec l'adulte et se sent difficilement sécurisé par le retour de celle-ci.

### 3) Évitant

- L'enfant est détaché de sa figure d'attachement.
- L'enfant priorise des activités où il est seul, en retrait d'autrui.
- L'enfant n'est pas porté à demander de l'aide au besoin.

### 4) Désorganisé

- L'enfant associe sa figure d'attachement à une personne pouvant assurer sa survie et à une source de danger à la fois.
- L'enfant adopte des comportements contradictoires en présence de sa figure d'attachement, à son départ et à son retour (est associé à des crises importantes chez l'enfant ou des problèmes de comportements).

*Le type d'attachement de l'enfant se manifestera particulièrement lors de la **séparation** avec sa figure d'attachement et lors de son **retour**.*

## 1.2.1 Comment se manifestent les types d'attachement

Exemple : les enfants à la garderie (inspiré de la description des différents types d'attachement de Virginie Couillard, 2021)



# 1.3 Quels facteurs peuvent influencer le développement de l'attachement ?

La façon dont l'attachement de l'enfant va se développer dépend de **différents facteurs**. Certains facteurs pourraient contribuer au développement d'un attachement de type **sécuré**, alors que d'autres contribueraient au développement d'un attachement de type **insécuré**.

## Facteurs de protection

**Expériences** de vie **positives** pour l'enfant

L'enfant se sent **compris**

L'enfant sent qu'il peut compter sur son donneur de soin pour **répondre à ses besoins**

L'enfant se sent **protégé**

**Stabilité** de la figure d'attachement



## Facteurs de risque

**Absence** de réponse à ses besoins ou **réponse inadéquater**

**Hypervigilance** du donneur de soin

L'enfant ressent un **manque de disponibilité** du donneur de soin

L'enfant se sent **dénigré**

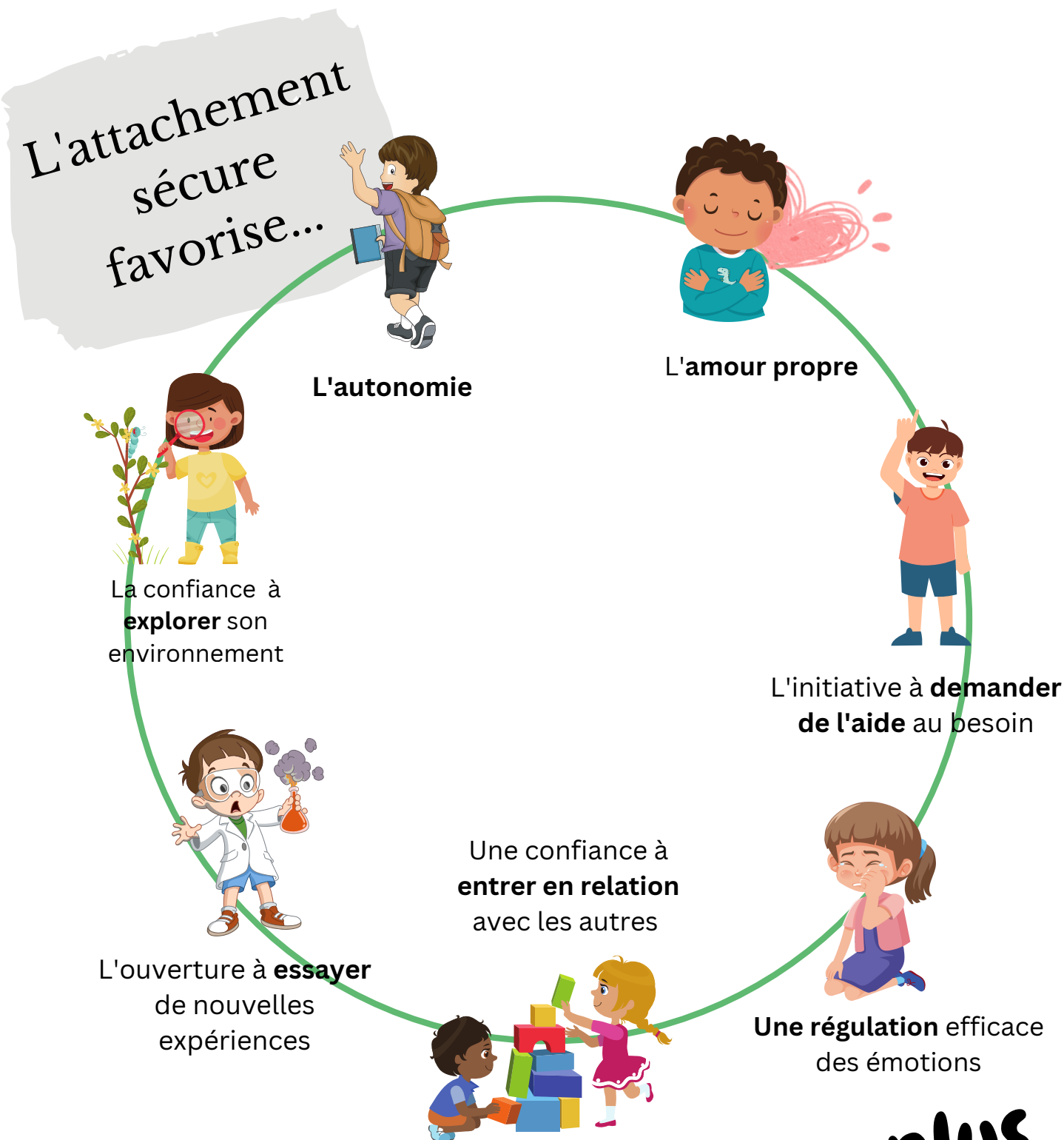
**Incohérence** des réponses données

L'enfant **ne se sent** pas en sécurité



# 1.4 Pourquoi viser un **attachement** de type **sécuré** ?

*L'attachement a une fonction de gestion de **stress** et de la **peur** chez l'enfant*

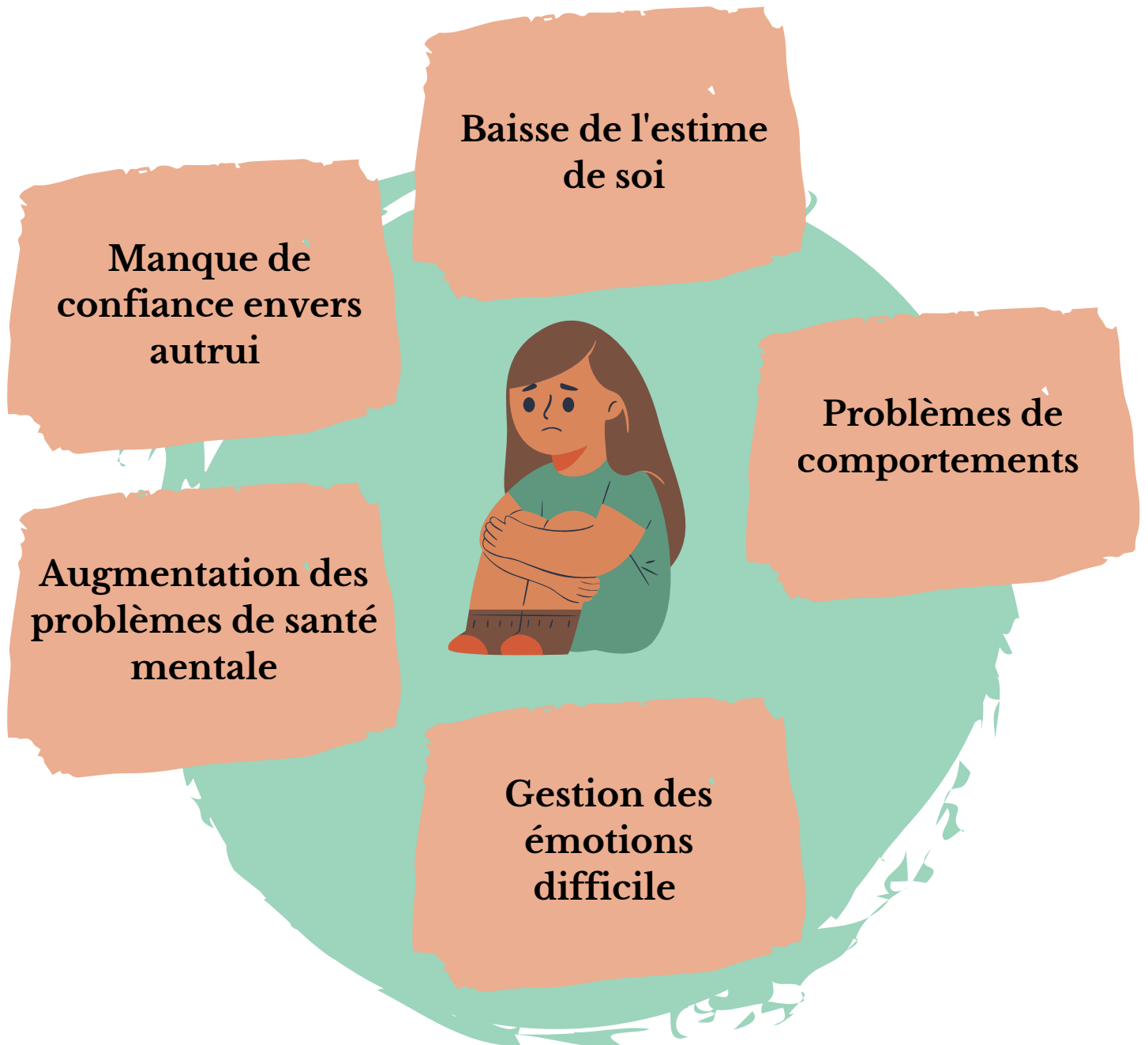


Repéré à :

[https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0\\_12\\_mois/viefamille/fiche.aspx?doc=ik-naitre-grandir-bebe-lien-attachement-solide](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/viefamille/fiche.aspx?doc=ik-naitre-grandir-bebe-lien-attachement-solide). (Page consultée le 23 janvier 2023)

**Et bien plus**  
ENCORE...

## 1.5 Et quelles peuvent-être les conséquences d'un attachement de type **insécore** ?



Les difficultés d'attachement non résolues vont généralement se poursuivre à l'adolescence et à l'âge adulte et pourraient entraîner des répercussions chez l'individu. Par exemple, le développement de **troubles anxieux ou dépressifs**.<sup>4</sup>



## 2. Rôle du donneur de soins dans le développement de l'attachement de l'enfant



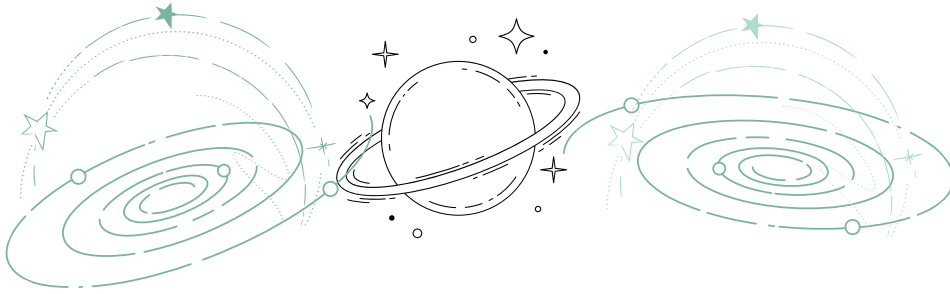
*L'enfant naît **vulnérable** : il dépend de sa figure parentale pour **survivre**.<sup>5</sup>*

Pour s'épanouir dans son environnement, l'enfant doit sentir qu'il peut reposer sur sa figure d'attachement pour se développer. Le rôle du principal donneur de soins de l'enfant est déterminant, puisque c'est celui qui à responsabilité de répondre à l'ensemble des besoins de l'enfant. Dans les premières années de vie, la création du lien d'attachement se développe principalement par la réponse que l'enfant reçoit à ses besoins, tant physiologiques qu'affectifs.<sup>6</sup>

Deux éléments résument particulièrement l'importance de la figure d'attachement dans le développement de l'attachement : la notion de **sécurité** et de **sensibilité** parentale.<sup>7</sup>

## 2.1 La notion de **sécurité** : le lien entre l'attachement et les expériences de vie

Dans les premières années de vie, le monde est à **découvrir** pour l'enfant. Plusieurs éléments lui sont inconnus et il/elle est alors confronté(e) à beaucoup de **nouveauté**.

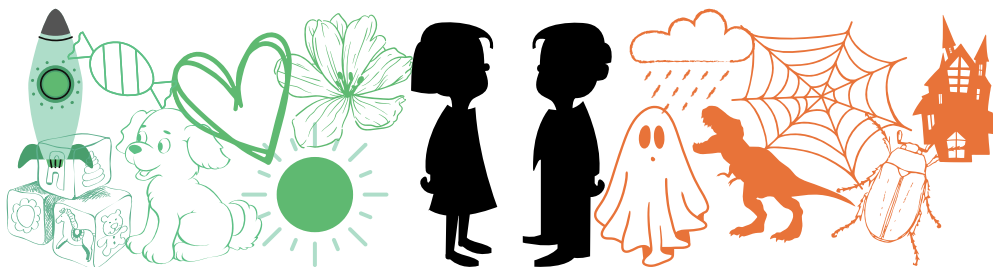


Dans ce tourbillon de nouveautés, c'est sa figure d'attachement qui représente pour lui un **pont** entre le monde externe et lui-même.



Il se référera donc grandement à celle-ci pour savoir **comment réagir** face aux nouveautés auxquelles il est confronté. Dans les premières années de sa vie, il doit sentir qu'il est en sécurité auprès de sa figure parentale pour se sentir en sécurité face au monde.

Dans sa phase de découverte, l'enfant fera inévitablement face à des **joies** et à des **réussites**, ainsi qu'à des **peurs** et à des **échecs**. Cela représente pour lui des **expériences d'apprentissage**.



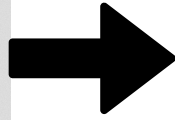
La façon dont il vivra ses expériences d'apprentissage et les conclusions qu'il en fera dépendra en grande partie de la réponse donnée par sa figure d'attachement.

## 2.1.1 Exemples

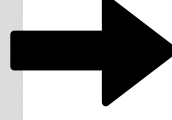
1.



L'enfant est confronté à une situation nouvelle : Il/elle présente des craintes et des questionnements.



Sa figure d'attachement est **présente** et le **réconforte**. L'enfant se sent en sécurité auprès d'elle

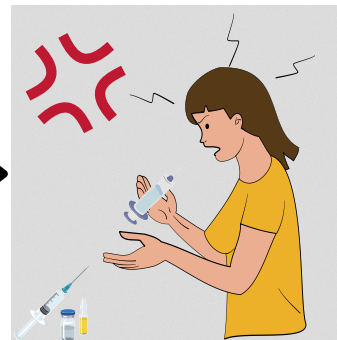
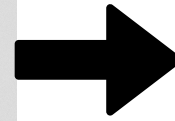


L'expérience ressort malgré tout **positive** pour l'enfant, qui se sentira désormais plus en **confiance** lors de situations futures.

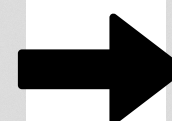
2.



L'enfant est confronté à une situation nouvelle : Il/elle présente des craintes et des questionnements.



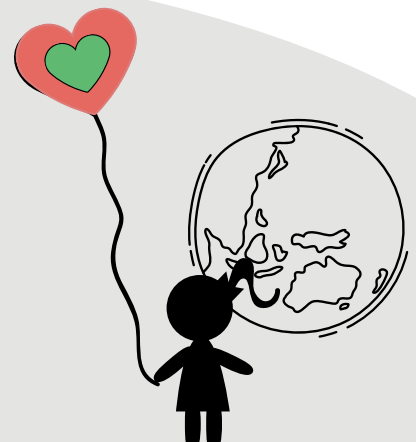
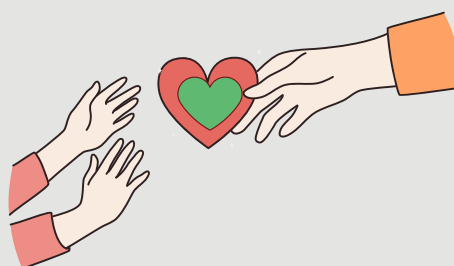
L'enfant se sent **incompris** face à ses craintes. La figure d'attachement **ne parvient pas à sécuriser** l'enfant.



L'expérience ressort **négative** pour l'enfant. Il est possible que l'enfant approche les situations futures avec davantage d'**insécurité**.

Ces expériences teinteront comment l'enfant approchera les **expériences nouvelles dans le futur**.

C'est par le **sentiment de sécurité** que l'enfant ressent **envers sa figure d'attachement** qu'il peut ensuite développer son sentiment de **sécurité intérieure**.<sup>8</sup>



## 2.1.2 Comment rendre l'expérience d'exploration positive pour l'enfant ?

Dans les bonnes expériences, comme dans les moins bonnes

### Être à l'écoute

écouter ses craintes et les normaliser,  
répondre à ses questions, ...

### Souligner ses réussites

le complimenter, lui sourire, l'applaudir, ...

### S'assurer que l'environnement soit sécuritaire

est-ce que l'environnement  
comporte des risques? comment  
puis-je assurer la sécurité de  
l'enfant?

### Laisser l'enfant prendre des initiatives

l'encourager à essayer des choses  
par lui-même

### Demeurer disponible

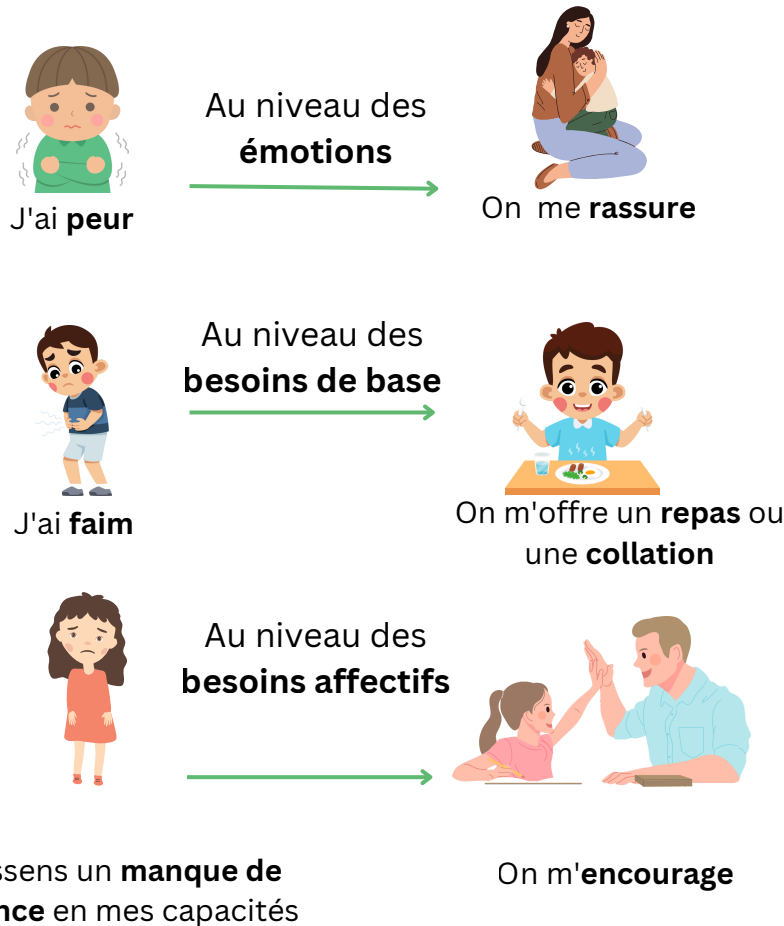
Être près de l'enfant et interagir  
avec lui lorsqu'il cherche mon  
contact.

## Objectif visé

De cette façon, l'enfant apprend à faire confiance au monde qui l'entoure, tout en comprenant que des risques sont possibles. Cela contribuera à développer sa vigilance. De plus, l'enfant apprendra qu'il peut compter sur sa figure d'attachement pour l'aider au besoin. Il se sentira donc équipé pour prendre des initiatives. Il se sentira **sécurisé**.

## 2.2. La notion de **sensibilité parentale**: savoir décoder les besoins de l'enfant

*La sensibilité parentale représente la capacité à décoder les **besoins** exprimés par l'enfant et à y offrir une **réponse** rapide et adéquate.*



En répondant adéquatement aux besoins de l'enfant, ce dernier développera une confiance envers le monde qui l'entoure et envers sa figure d'attachement, ce qui renforcera le lien qui les unit. L'enfant aura plus tendance à se tourner vers l'adulte pour l'aider à surmonter les défis auxquels il/elle est confronté(e).

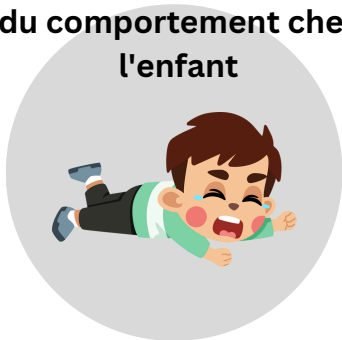


Les besoins d'un enfant peuvent parfois être difficiles à décoder, ou bien il peut être compliqué de savoir comment y répondre de façon optimale. Si vous sentez que vous avez besoin de soutien à ce niveau, n'hésitez pas à demander à votre intervenant l'outil sur la **détection des besoins de l'enfant**.

### 3. Qu'est-ce qui peut nuire à la création d'un lien d'attachement ?

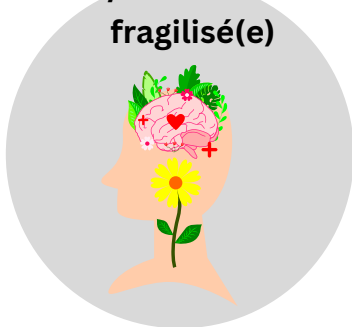
*Certains facteurs peuvent rendre la création d'un lien d'attachement entre l'enfant et le donneur de soins plus difficile.*

La présence de troubles  
du comportement chez  
l'enfant 9



Il peut parfois être plus difficile de décoder les besoins d'un enfant qui présente des problèmes de comportement ou de développer des stratégies efficaces pour y répondre. Cela peut engendrer chez l'adulte un sentiment d'incompétence, du stress, de la fatigue et/ou de l'irritabilité. Les interactions entre l'adulte et l'enfant peuvent donc être davantage négatives, nuisant ainsi à leur lien d'attachement.

État/santé mentale  
fragilisé(e) 11



Pour assurer son adaptation, l'adulte doit trouver réponse à ses propres besoins émotionnels, ce qui peut être particulièrement exigeant lorsqu'il est confronté à un état mental fragilisé. Ce défi peut rendre la disponibilité émotionnelle de l'individu davantage limitée envers l'enfant, ce qui représente alors une atteinte à la création de la relation d'attachement entre eux.

Placement ou  
déplacements multiples de l'enfant 10



L'enfant qui a vécu plusieurs déplacements a par le fait même connu plusieurs ruptures auprès de sa figure d'attachement. Il va alors être plus difficile pour lui de s'ouvrir et de faire confiance à l'adulte.

**Considérez-vous vivre des défis qui nuisent actuellement à la création du lien d'attachement avec l'enfant?**



Si oui, **parlez-en** à votre intervenante sans hésiter.

Elle pourra vous référer à un soutien professionnel dans le but de vous aider à développer des moyens **efficaces et concrets** de surmonter ces difficultés spécifiques.





# Pour l'intervenant

## QUESTIONS À POSER AU DONNEUR DE SOIN SUITE À LA LECTURE

1. Quels sont les 4 différents types d'attachement possible ?
2. Pourquoi est-ce pertinent de viser un attachement de type sécure chez l'enfant?
3. Y a-t-il des éléments en particulier que vous avez appris qui vous ont particulièrement surpris? Si oui, lesquels?
4. Pouvez-vous nommer des éléments que vous réalisez actuellement pour favoriser le lien d'attachement entre vous et l'enfant ?
5. Pouvez-vous penser à des éléments qui pourraient être à travailler pour améliorer la relation d'attachement envers vous et l'enfant?

# Références :

1. Guédeney N, Tereno, S., Tissier, J., Guédeney A, Greacen, T., Saïas T, Tubach, F., Dugravier, R. et Welniarz, B. (2012). Transmission du traumatisme. la question de l'attachement désorganisé : de la théorie à la pratique. *Neuropsychiatrie De L'enfance Et De L'adolescence*, 60(5), 362–366. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2012.03.003>
  2. Vallerand, N. (Mars 2016). L'attachement, c'est important ! Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/attachement-c-est-important/#:~:text=L'attachement%20est%20le%20lien,s%C3%A9curit%C3%A9%20pour%20bien%20se%20d%C3%A9velopper>.
  3. Vallerand, N. (Mars 2016). L'attachement, c'est important ! Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/attachement-c-est-important/#:~:text=L'attachement%20est%20le%20lien,s%C3%A9curit%C3%A9%20pour%20bien%20se%20d%C3%A9velopper>.
  4. Bisailon, C., Bureau, J.-F. et Moss, E. (2015). Attachement et adaptation psychosociale chez des enfants hébergés en centre jeunesse. *Revue de psychoéducation*, 44(2), 269–288. <https://doi.org/10.7202/1039256ar>
  5. Tereno, S., Soares, I., Martins, E., Sampaio, D. & Carlson, E. (2007). La théorie de l'attachement : son importance dans un contexte pédiatrique. *Devenir*, 19, 151-188. <https://doi.org/10.3917/dev.072.0151>
  6. Tereno, S., Soares, I., Martins, E., Sampaio, D. & Carlson, E. (2007). La théorie de l'attachement : son importance dans un contexte pédiatrique. *Devenir*, 19, 151-188. <https://doi.org/10.3917/dev.072.0151>
  7. Tereno, S., Soares, I., Martins, E., Sampaio, D. & Carlson, E. (2007). *La théorie de l'attachement : son importance dans un contexte pédiatrique. Devenir*, 19, 151-188. <https://doi.org/10.3917/dev.072.0151>
  8. Tereno, S., Soares, I., Martins, E., Sampaio, D. & Carlson, E. (2007). La théorie de l'attachement : son importance dans un contexte pédiatrique. *Devenir*, 19, 151-188. <https://doi.org/10.3917/dev.072.0151>
  9. Vallerand, N. (Mars 2016). L'attachement, c'est important ! Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/attachement-c-est-important/#:~:text=L'attachement%20est%20le%20lien,s%C3%A9curit%C3%A9%20pour%20bien%20se%20d%C3%A9velopper>.
  10. Association des centres jeunesse du Québec. (2010). Cadre de référence au cœur de l'intervention : l'attachement et la relation.
  11. Vallerand, N. (Mars 2016). L'attachement, c'est important ! Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/attachement-c-est-important/#:~:text=L'attachement%20est%20le%20lien,s%C3%A9curit%C3%A9%20pour%20bien%20se%20d%C3%A9velopper>.
- Karst, P. (2018). *Le fil invisible* (traduit par I. Allard). Scholastic
- Matos, I., Tereno, S., Wendland, J., Panaccione, E., Fuentealba, L., Saias, T., Guedeney, N., Dugravier, R., Greacen, T., Tubach, F. et Guedeney, A. (2017). La sensibilité maternelle et la sécurité de l'attachement dans un projet d'intervention précoce. *Neuropsychiatrie De L'enfance Et De L'adolescence*, 65(4), 219–224. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2016.11.007>
- Zéphyr, L. (Octobre 2021). Favoriser le lien d'attachement avec son bébé. Naître et grandir. [https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0\\_12\\_mois/viefamille/fiche.aspx?doc=ik-naitre-grandir-bebe-lien-attachement-solide](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/viefamille/fiche.aspx?doc=ik-naitre-grandir-bebe-lien-attachement-solide)