

Les 9 jeux d'attachement

Neuf façons de jouer décrites par Aletha Solter, pour nourrir le lien entre l'enfant et l'adulte.

Jeux symboliques : Faire semblant, rejouer des scènes du quotidien.

Jeux de cause à effet : Découvrir l'effet de ses gestes et de ses sons.

Jeux d'absurdité : S'amuser de l'inattendu et du décalage.

Jeux de séparation : Faire disparaître, attendre, retrouver.

Jeux de renversement de pouvoir : Prendre le dessus sur l'adulte, dans le jeu.

Jeux de régression : Rejouer à être plus petit, suivre son rythme.

Jeux de contact corporel : Explorer la proximité et le toucher.

Jeux coopératifs : Agir ensemble, sans gagnant ni perdant.

Jeux libres : Choisir, explorer, inventer librement.

Zoom sur les jeux de séparation

La séparation fait partie de la vie. Quitter, laisser, partir, attendre, retrouver, changer de lieu ou de rythme, perdre : nous y sommes confrontés à tout âge. On peut la penser comme une compétence psychique qui se construit et se remobilise tout au long de la vie : pouvoir s'éloigner de l'autre ou supporter son absence tout en maintenant intérieurement la continuité du lien. Se séparer, ce n'est pas seulement « perdre de vue », c'est aussi se retrouver.

Six propositions pour jouer avec l'absence, la présence et les changements.



Jeux de disparition et de réapparition

Jouer avec la présence et l'absence, découvrir le plaisir de retrouver ce qui avait disparu.



Pistes

Jouer à « coucou-caché » avec les mains ou un foulard. Faire apparaître puis disparaître un objet sous un tissu. Faire varier les temps de disparition et d'apparition.



Apprentissage

Explorer l'alternance « je vois / je ne vois plus / je retrouve ». Faire l'expérience d'un retour attendu dans un scénario familial.



Observation

L'enfant suit-il du regard ? Est-ce qu'il détourne le regard ? Attend-il la réapparition ? Anticipe-t-il le retour, sourit-il, demande-t-il de recommencer ?



Se chercher et se retrouver

Partir à la recherche de l'autre, se déplacer, utiliser des indices et vivre le plaisir des retrouvailles.



Pistes

Proposer un cache-cache simple, avec une cachette et un indice (un pied qui dépasse, une voix qui guide). Chercher ensemble un adulte ou un camarade.



Apprentissage

Vivre une courte absence associée à une recherche active. Expérimenter le plaisir de retrouver l'autre. Se mouvoir, se déplacer, aller vers l'autre pour le retrouver.



Observation

L'enfant part-il à la recherche ? Utilise-t-il les indices ? Comment réagit-il aux retrouvailles ? Souhaite-t-il inverser les rôles ?



Les rituels de transition

Être en action avec des gestes ou des mouvements pour accompagner les moments de séparation et de changement.



Pistes

Installer un rituel au départ ou à l'arrivée : un signe à la fenêtre, un bisou dans la main, une phrase, une petite chanson, dire au revoir à la pièce et aux différents objets. Inventer des manières différentes de se déplacer.



Apprentissage

Repérer les étapes d'une transition. S'appuyer sur des gestes pour traverser le moment du départ. Pouvoir être acteur dans les moments de séparation.



Observation

L'enfant reconnaît-il le rituel ? Y participe-t-il ou le sollicite-t-il ? Quelles réactions apparaissent avant, pendant et après le rituel ?



Emmener et ramener : un lien entre deux lieux

Faire voyager un objet entre la maison et la crèche pour créer un lien concret entre les deux lieux de vie.

Pistes

Permettre, quand c'est possible, qu'un objet choisi par l'enfant circule entre la maison et la crèche, ou inversement. On peut prévoir une place spécifique pour mettre l'objet.

Apprentissage

Faire exister un repère concret entre deux lieux de vie. Retrouver un objet et vivre la continuité de son trajet.

Observation

L'enfant recherche-t-il l'objet ou choisit-il de le laisser de côté ? Le montre-t-il à l'adulte ? Comment réagit-il lorsqu'il le range, le retrouve ou le rapporte ? Comment le parent participe-t-il ?



Voir, cacher, deviner, représenter

Jouer avec les images, les objets et les souvenirs pour évoquer ce qui n'est pas immédiatement visible.

Pistes

Jouer devant un miroir : apparaître ensemble, se décaler, revenir. Regarder des photos, cacher la photo puis la montrer. Cacher un objet dans une boîte ou sous un tissu et inviter l'enfant à le deviner.

Apprentissage

Évoquer une personne ou un objet qui n'est pas immédiatement visible. Relier des indices, une image ou un souvenir à ce qui est absent du regard.

Observation

L'enfant nomme-t-il ce qu'il voit ? Montre-t-il de l'initiative à chercher ? Manifeste-t-il de la curiosité devant ce qui est caché ?



Contraction et détente dans le corps

Explorer les sensations corporelles, jouer avec la contraction et le relâchement, découvrir différentes façons de détendre son corps.



Pistes

Serrer les poings « comme une pierre », puis les desserrer « comme une pâte molle ». Jouer avec les différentes parties du corps.



Apprentissage

Découvrir par le mouvement le contraste entre contraction et relâchement. Repérer différentes sensations corporelles. Apprendre à relâcher dans le corps.



Observation

L'enfant parvient-il à alterner les deux états ? Comment exprime-t-il ses sensations par les mots, le mouvement ou l'expression du visage ? Quelles parties du corps sont-elles engagées dans le jeu ?



En pratique

Jouer avec la séparation, c'est offrir à l'enfant l'occasion d'explorer ce qui s'éloigne, ce qui revient et ce qui s'intériorise, même lorsque l'autre n'est pas là.

Ce que ces expériences peuvent soutenir

- La possibilité d'attendre, de chercher, d'anticiper.
- Inventer des rituels.
- L'expression de sensations et d'émotions.
- Les initiatives de l'enfant et la continuité du lien avec les adultes.

Quelques repères

Un enfant qui se cache derrière un meuble, un rituel qui s'invente au moment du départ, un jeu qui recommence encore et encore...

Autant de petits moments du quotidien pour jouer avec la séparation, l'attente, les retrouvailles... Et aussi pour prendre des initiatives, anticiper !

À chaque enfant sa touche personnelle : certains observent, d'autres expérimentent, inventent, transforment le jeu ou en changent les règles.

Un même jeu, mille façons de le vivre !

