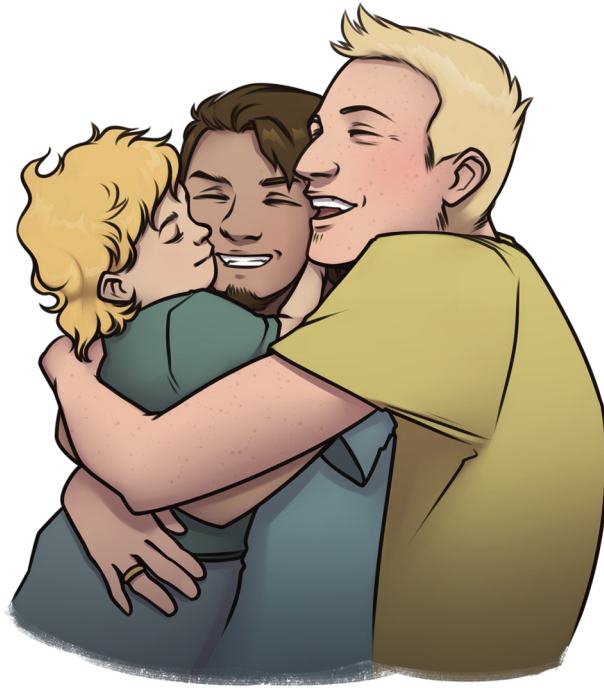


# Psychomotricité & Attachement



## Quand consulter en psychomotricité ?

- ✓ Soutien à la parentalité (prévention) : informer des bonnes pratiques (stimulation, communication et ajustement du milieu de vie)
  - ✓ Peur de la séparation
  - ✓ Recherche de sécurité
- ✓ Vécu difficile lors de la grossesse, l'accouchement ou la phase postnatale
- ✓ Soutenir l'établissement du lien d'attachement dans des cas particuliers : enfants adoptés, enfant/parent portant un handicap ...
- ✓ Renforcer les ressources de parents tout venants et/ou en risque de vulnérabilité (toxicomanie, mamans adolescentes, parents épuisés...)

## Que fait-on en psychomot' ?

Par son approche globale axée sur le corps, les émotions et les relations, la prise en charge psychomotrice se prédestine à accompagner les interactions entre parents et enfants afin de favoriser l'établissement d'un lien d'attachement aussi sécure que possible qui est la base d'un développement psychomoteur harmonieux. En parallèle le but est de soutenir les parents dans leur rôle parental.

## Du côté des parents

- ✓ Prendre soin de soi pour pouvoir s'occuper de l'autre (« **mothering the mother** »)
- ✓ Favoriser la perception corporelle, la prise de conscience de l'état tonique, la capacité de **régulation tonico-émotionnelle**
  - ✓ Proposer des moments de **décharge des tensions**, de relaxation
  - ✓ Travailler sur la **respiration** (prise de conscience, régulation, soutien)
    - ✓ Favoriser la **mise en sens** du ressenti corporel
    - ✓ Inclure **les 2 parents** dans le travail (si possible)

## Du côté des enfants

- ✓ Accompagner le **développement psychomoteur** au rythme propre de l'enfant
- ✓ **Adapter les stimulations** proposées et les jeux aux capacités de l'enfant
- ✓ Lire le **langage corporel** et favoriser en fonction du besoin la décharge, l'expression ou la détente psycho-corporelle

## Du côté de la relation parents-enfant

- ✓ Favoriser le **contact corporel** (portage, toucher, peau à peau)
- ✓ Sensibiliser les parents aux signaux de leur bébé pour pouvoir lui donner une réponse rapide, chaleureuse, adaptée et prévisible et ainsi offrir une **base de sécurité** indispensable au bon développement de celui-ci
  - ✓ Soutenir les parents à être le **garant du cadre** pour l'enfant : poser des limites bienveillantes et structurantes et offrir des choix restreints
  - ✓ Soutenir l'attachement par le **jeu** : cache-cache (chercher, trouver), attraper-tenir-porter, coucou, partager un plaisir, faire confiance, moment et temps partagé, ...
    - ✓ Permettre des moments où le parent **prend soin** de son enfant (massages, enveloppements, bercements)
- ✓ **Accompagnement des émotions** (la joie, la colère, la tristesse, la peur, la honte), co-régulation émotionnelle, mise en mots de ce qui se passe pour l'enfant (« Pleurs autant que tu as besoin, je suis là avec toi pour te consoler. »)



## Qui peut m'aider ?

- ✓ Cabinets privés
- ✓ Service de Rééducation Précoce
  - ✓ SIPO, ONE
- ✓ Fondation Kannerschlass
- ✓ Maison de l'Adoption

La prise en charge en psychomotricité s'inscrit toujours dans une dynamique pluri-disciplinaire !



Pour plus d'informations, consultez votre médecin traitant ou contactez-nous par mail :  
alpd.comite@gmail.com

