

Exercice

Les styles d'attachement

Type d'attachement	Réactions de l'enfant lors de la séparation	Réactions de l'enfant aux retrouvailles	Comportement habituel de l'adulte en réponse aux besoins d'attachement	Conséquences possibles sur le développement socio-émotionnel
Sécure	Pleure, manifeste de la détresse, mais peut être consolé par une autre personne ; garde confiance dans le retour de l'adulte.	Accueille positivement le retour : cherche le contact, se calme rapidement, puis repart explorer.	Adulte disponible, sensible, prévisible : répond de manière ajustée, constante et chaleureuse aux besoins du bébé.	Développe une confiance de base, une bonne régulation émotionnelle en grandissant et la capacité à explorer sereinement son environnement.
Insécure évitant	Réagit peu ou pas à la séparation, semble indifférent ou distant.	Évite le contact, détourne le regard ou continue de jouer comme si de rien n'était.	Adulte souvent peu disponible émotionnellement, répond de façon distante ou rigide ; encourage trop tôt l'autonomie.	L'enfant apprend à inhiber ses émotions ; risque de difficultés dans l'expression affective et les relations ultérieures.
Insécure ambivalent	Très en détresse, pleure intensément, difficile à calmer même avec d'autres adultes.	Recherche le contact mais reste en colère, méfiant ou inconsolable.	Adulte inconstant, parfois attentif, parfois indisponible ; réponses imprévisibles aux besoins du bébé.	L'enfant devient hypervigilant, anxieux dans la séparation, en recherche de réassurance excessive. Difficulté à faire confiance.
Insécure désorganisé	Réactions contradictoires : peur, confusion, figement, comportements incohérents.	Peut s'approcher puis se figer ou fuir ; signes de peur vis-à-vis du parent.	Adulte source à la fois de réconfort et de peur (maltraitance, stress, comportements imprévisibles).	L'enfant développe une grande insécurité interne, des difficultés de régulation émotionnelle plus tard, et parfois des troubles du comportement.