

Les concepts pour
la petite enfance

Le portage psychique

Mercredi 18 juin 2025

Le portage psychique, une présence invisible mais essentielle !

Dans ses premières années de vie, l'enfant a autant besoin d'être porté dans les bras qu'avec la tête et le cœur.

Si le portage physique est bien connu dans le monde de la petite enfance, le portage psychique, lui, reste souvent plus abstrait. Et pourtant, il constitue un fondement du développement de l'enfant.

Qu'est-ce que le portage psychique ?

Le portage psychique désigne la capacité de l'adulte à soutenir l'enfant sur le plan émotionnel et mental, à être présent mentalement à ce qu'il vit, même lorsqu'il ne peut pas encore le verbaliser.



Il s'agit d'une forme de disponibilité intérieure, qui permet à l'adulte de :

- Se représenter les besoins, émotions et états internes de l'enfant,
- Mettre du sens à ses comportements,
- Contenir ce qu'il n'arrive pas encore à réguler seul,
- Lui offrir une sécurité affective grâce à une présence stable et bienveillante.

C'est, en quelque sorte, **penser à l'enfant pour lui, avant qu'il puisse penser pour lui-même.**

Pourquoi est-ce si important ?

L'immaturation du jeune enfant sur le plan neurologique et émotionnel le rend dépendant de l'adulte pour comprendre et réguler ce qu'il ressent. Sans cette fonction de portage psychique, il peut se sentir envahi, incompris, ou seul avec ce qu'il vit intérieurement.

« Avant que l'enfant puisse penser, l'adulte pense pour lui. »

D.W. Winnicott

Le portage psychique permet :

- De construire un sentiment de sécurité intérieure,
- De soutenir le développement de l'estime de soi,
- De favoriser la mise en mots progressive des émotions,
- De renforcer la qualité du lien d'attachement.



Concrètement, comment cela se traduit-il au quotidien ?

Dans les structures d'accueil, cette posture peut être nourrie collectivement :

- Par des temps de réflexion d'équipe sur les besoins psychiques des enfants,
- Par le partage d'observations,
- Par un soutien entre collègues face aux situations émotionnellement exigeantes.

Le portage psychique est aussi un levier puissant de qualité éducative, car il rend visibles les intentions derrière nos gestes au quotidien.

Et pour les équipes ?

Être dans le portage psychique, c'est :

- Prêter attention aux signaux faibles (regard, posture, ton de voix, agitation...),
- Dire à voix haute ce que l'on imagine que l'enfant ressent : "Tu sembles frustré, tu voulais encore jouer, c'est dur d'arrêter."
- Accepter les émotions sans jugement : "Tu as le droit d'être en colère, je suis là."
- Garder l'enfant à l'esprit même en dehors de l'interaction directe (anticiper ses besoins, préparer un accueil individualisé...),
- Ne pas se laisser envahir ou réagir de manière impulsive : le portage psychique nécessite une régulation émotionnelle chez l'adulte lui-même.

Pour aller plus loin, vous pouvez écouter le podcast Référence petite enfance par Amal Cosma avec Damien Gratia
[<https://youtu.be/MQELjPDsck?si=hyZY2EwIkszisqn>]

Si vous souhaitez travailler sur cette notion, MG Formations peut vous y accompagner en créant une formation sur-mesure, adaptée à vos besoins.
Plus d'infos sur www.mgformations.fr