

## *Des peluches et des peurs – Histoires d'enfants en quête de sécurité*

Pierre, un petit garçon de 4 ans fait face à une réalité émotionnelle difficile depuis qu'il a été placé : séparation, insécurité, angoisse de perte, peut-être peur de l'abandon ou de la nuit. Or, à cet âge, le langage et les capacités d'élaboration ne sont pas encore totalement matures. Le jeu devient alors un langage à part entière, un espace de transformation psychique.

Il est environ 20h, le moment du coucher approche pour les plus jeunes. C'est toujours un moment particulier : le rythme se ralentit, les voix se font plus douces, les lumières baissent, et dans cette transition vers la nuit, il se passe souvent quelque chose d'inattendu. Des enfants s'énervent, d'autres deviennent tendres, ou soudain tristes.

Ce soir-là, c'est Pierre qui attire mon attention. Il est placé depuis quelques mois dans un foyer de la protection de l'enfance et où je travaille comme éducateur. C'est un enfant vif, curieux, souriant, agréable et bavard. Il joue souvent seul, dans un monde à lui, et ses jeux sont très élaborés.

Au moment où il s'installe dans son lit, il attrape sa peluche – un éléphant qu'il appelle "*maman éléphant*" – et, sans que je ne comprenne tout de suite pourquoi, il l'enferme dans son cartable puis s'arrête, me regarde et me dit avec sérieux :

— Elle a peur dans le noir.

Je m'assois à côté de lui, doucement.

— Tu crois qu'elle a peur quand elle est dans le cartable ?

Il me répond, très naturellement :

— Ben oui.

— Et bien alors pourquoi tu la mets dans le cartable ?

— Ben comme ça je peux la sortir et elle a plus peur.

Je reste un instant silencieux. Ce qu'il vient de dire, sans en avoir forcément conscience, est d'une précision clinique bouleversante. Ce petit garçon rejoue effectivement quelque chose. Il met en scène, à travers son jeu, une expérience émotionnelle qu'il essaie de maîtriser symboliquement.

### **Rejouer l'angoisse pour mieux la contenir**

Ce moment, d'une puissance invisible, m'a rappelé ce que Freud a observé dans le jeu de son petit-fils : le célèbre jeu du "Fort/Da". L'enfant jette une bobine en disant "fort" (parti), puis la ramène en disant "da" (là). En rejouant une séparation douloureuse, l'enfant ne fait pas que s'amuser : il reprend un peu de pouvoir sur une expérience vécue passivement. Il se met en scène comme acteur d'une perte qu'il ne maîtrise pas dans la réalité.

C'est exactement ce que fait ce jeune garçon avec la peluche : il projette sur elle sa propre peur – la peur du noir, de la séparation, de l'enfermement, de l'abandon. Il met "maman éléphant" dans le noir, mais il sait qu'il pourra la sortir. Il n'abandonne pas sa peluche. Il ne la punit pas. Il organise une séparation dont il maîtrise les conditions : le début et la fin. En d'autres termes, le jeu lui donne la possibilité de maîtriser passivement une situation douloureuse en la rejouant activement, sur un mode symbolique.

C'est peut-être cela, la fonction la plus fondamentale du jeu chez l'enfant : créer un espace où l'on peut revivre une situation douloureuse sans qu'elle le submerge.

### **Le jeu comme espace de symbolisation**

Chez le jeune enfant, le jeu n'est jamais anodin. Il est un espace de symbolisation au sens plein du terme. Quand un enfant joue, il ne fait pas "comme si" pour s'amuser seulement. Il utilise le jeu pour exprimer, transformer, rendre pensable ce qui est encore flou, confus, émotionnellement trop chargé.

Le Fort/Da, observé par Freud, en est une première illustration. L'enfant passe d'un statut passif (celui qui subit la perte) à un rôle actif (celui qui organise le va-et-vient). Il ne

maîtrise pas encore les séparations réelles, mais il peut déjà mettre en scène un va-et-vient symbolique.

Donald Winnicott, pédiatre et psychanalyste britannique, insiste lui aussi sur le rôle du jeu comme espace potentiel. L'enfant crée un terrain entre lui et l'autre, où il peut tester, risquer, imaginer, mais aussi réparer symboliquement ce qui a été vécu comme traumatique.

Dans un contexte de placement, ce type de jeu prend une valeur encore plus cruciale. Il devient un lieu de survie psychique, où l'enfant tente de donner forme à l'informe, de dire l'indicible, avec les moyens du bord : une peluche, un sac, une fermeture éclair.

### **L'enfant metteur en scène de sa propre réparation**

Ce qui m'a frappé dans cette scène, c'est que l'enfant ne s'est pas contenté de dire "elle a peur". Il a agi sur cette peur. Il a élaboré une réponse. Il n'est pas resté dans la plainte ou la sidération. Il a trouvé un petit espace d'autonomie psychique : il décide quand l'objet "maman" est séparé, et quand il est possible de la retrouver.

Dans sa mise en scène, il tient les deux rôles : celui de la peluche vulnérable, mais aussi celui de l'adulte bienveillant qui "ouvre le cartable" pour consoler. Il joue ce qu'il aurait voulu vivre, ce qui lui manque peut-être encore aujourd'hui.

Et moi, adulte en présence, je suis simplement là pour le reconnaître dans cette élaboration. Je n'ai pas besoin de surinterpréter, de psychologiser, ou d'expliquer. Je suis là pour accueillir ce qu'il montre — sans le savoir lui-même — de son intelligence affective en action. Tel est mon rôle.

### **Quand le jeu dit ce que les mots taisent**

Chez certains enfants, le langage verbal arrive tard, ou reste pauvre. Ce n'est pas un déficit intellectuel, mais souvent une carence symbolique liée à des ruptures précoces : pas assez d'étayage, de mots partagés, de récits transmis. Le jeu devient alors leur langue première.

C'est pourquoi il est essentiel de respecter les moments de jeu libre des enfants, de leur accorder une fonction expressive, voire thérapeutique. Quand un enfant joue seul à enfermer, sauver, faire peur, consoler, il travaille son monde intérieur, il tisse du sens avec les matériaux disponibles.

Ne pas interrompre, ne pas rire, ne pas détourner l'attention. Juste observer, soutenir, et relancer parfois :

- Et après, qu'est-ce qu'il se passe pour elle ?
- Tu crois qu'elle t'attend, dans le cartable ?

Ces petites phrases, posées comme des galets sur le chemin, permettent à l'enfant de poursuivre sa traversée psychique.

### *Créer un espace où rejouer devient possible*

Ce soir-là, ce petit garçon m'a rappelé que le jeu est bien plus qu'un loisir enfantin. Il est parfois le seul endroit où un enfant placé peut retrouver un pouvoir symbolique sur ce qu'il subit dans la réalité : la peur de l'abandon, de la nuit, la séparation, la perte de repères.

En tant qu'adultes – éducateurs, soignants, enseignants ou simples témoins – notre rôle est de ne pas banaliser ces moments. De leur faire une place. De rester disponibles pour les entendre, même quand ils sont silencieux ou indirects. Car dans ces jeux d'apparence anodine se joue souvent l'essentiel d'un processus de reconstruction intérieure.

Parfois, il suffit d'une peluche, d'un cartable et d'un adulte suffisamment attentif pour voir qu'un enfant vient de faire un pas immense vers lui-même !

Pierre m'a montré sa capacité à symboliser, à subjectiver, à réparer, malgré les blessures précoces qu'il a probablement vécues.

Claude Déliot