

# Le Contenant psychique

Le contenant psychique est un concept central en psychanalyse et en psychomotricité (Winnicott, Bion, Ajuriaguerra).

Il permet de donner sens aux émotions et aux expériences vécues. Il aide à réguler les affects, à créer une sécurité intérieure et à intégrer les vécus corporels dans une continuité de soi.



## Dimension affective

- Résonance avec les émotions de l'autre
- Ajustement du ton, du rythme et de l'intensité émotionnelle

## Dimension corporelle et sensorimotrice



- Ajustement des postures et des gestes
- Synchronisation des rythmes corporels
- Prosodie et modulation de la voix

## Contenant psychique



## Dimension cognitive et attentionnelle

- Adaptation aux capacités cognitives
- Partage et maintien de l'attention
- Ajustement du langage

## Dimension relationnelle et sociale



- Participation aux interactions sociales
- Communication ajustée
- Coopération et co-construction



## Bénéfices apportés par le contenant psychique

- Régulation émotionnelle
- Sécurité intérieure
- Intégration corps-esprit
- Soutien aux apprentissages et au développement psychomoteur

