



L'attachement : évolution historique d'un processus central dans les relations mère/bébé.

Laëtitia Cuisinier Calvino

Psychologue clinicienne

Article disponible en ligne :

<https://www.associationepsylon.com/articles>

Pour citer cet article :

Laëtitia Cuisinier Calvino (2021), *L'attachement : évolution historique d'un processus central dans nos relations* from www.associationepsylon.com/articles

L'attachement : évolution historique d'un processus central dans nos relations mère/bébé

Laëtitia Cuisinier Calvino

Psychologue clinicienne

"L'attachement est actif depuis le berceau jusqu'à la tombe" J. Bowlby

Introduction :

Les théories de l'attachement sont souvent centrales dans le travail des psychologues ou des psychanalystes pour enfants mais interpellent également tout psychologues dans sa pratique auprès des adultes. L'attachement parle des liens inter-personnels affectifs durables que nous construisons avec, en premier lieu, la mère puis le père puis toutes les personnes qui nous élèvent au quotidien. En grandissant, ces liens d'attachement perdurent avec les parents et s'élargissent dans les différents liens amicaux ou amoureux. Ces relations se construisent donc tout au long de notre vie.

L'attachement peut donc se définir comme un lien spécifique qui unit une personne avec une figure d'attachement (caregiver). Ce processus est inné et existe également chez les animaux. Évidemment, l'attachement est primordial chez le bébé et le jeune enfant à cause de son statut de dépendance, physique, psychologique mais aussi affectif. Le tout petit n'est pas en capacité de réguler ses émotions, de se rassurer, de subvenir à ses besoins. Ainsi, les premières figures d'attachement, la mère, le père puis les adultes qui s'occupent de lui, sont des figures d'attachement primordiales dans le développement des futures figures d'attachement.

Les précurseurs :

Les premières expériences sur l'attachement se réalisent dans le domaine de l'éthologie, chez les animaux, notamment sur les oiseaux avec le phénomène d'empreinte. Nous retrouvons ici, les expériences de Konrad Lorenz avec ses oies dans les années 30. Il va découvrir que le jeune animal peut s'attacher aussi bien à un humain ou à un autre animal, voire même à un leurre (une peluche par exemple). Il va répéter cette expérience sur différentes espèces d'oiseaux. Le phénomène d'empreinte se constate à chaque fois. Les oisillons s'attachent à la première personne qu'ils voient en sortant de leur œuf.

Dans les années 50, nous retrouvons le précurseur des théories de l'attachement chez les bébés : John Bowlby, psychiatre et psychanalyste britannique. Il va s'appuyer sur les travaux cités ci-dessus pour mieux comprendre ce qui se passe chez le jeune enfant. Pour lui, les théories psychanalytiques de l'époque ne répondent pas suffisamment à la particularité de ce processus. Il porte un intérêt particulier à expliquer pourquoi l'enfant se trouve dans une telle détresse psychologique quand il est séparé des personnes qui l'élèvent. Pour lui, l'attachement est dû au système comportemental immature du bébé. Ainsi, celui-ci va s'efforcer de diminuer la distance qui le sépare des autres pour obtenir à manger, de la sécurité, et même de l'amour. Ces cibles privilégiées sont la mère, puis le père, puis toutes personnes qui s'occupent de lui au quotidien (une nounou par exemple). Finalement, il n'y a pas d'attachement exclusif mais bien plusieurs objets d'attachement en même temps. L'attachement va agir comme un sédatif, un tranquilisant pour sécuriser le bébé qui doit passer par un autre pour réussir à se sentir bien. Bowlby va également démontrer que ce processus d'attachement persistera toute la vie de l'être humain et que sa perte est perturbatrice à tous les âges. Brièvement, Bowlby décompose le processus d'attachement en 4 phases. Les 3 premières phases se développent dans la première année du bébé puis la 4ème phase dans sa 4ème année de vie. Ces premières théories montrent déjà les compétences du bébé à créer des relations sociales malgré son jeune âge et sa dépendance.

En parallèle de ces travaux, nous pouvons évoquer également les travaux de René Spitz, d'Anna Freud ou de Catherine Dolto. En 1946, René Spitz observe plus d'une centaine de nourrissons abandonnés en pouponnière après la guerre. Ces enfants présentent tous des signes de détresse qui, pour Spitz, semblent plus liés à la rupture du lien maternel qu'au manque de soin de l'équipe en charge de la pouponnière. Ces signes de détresse peuvent conduire l'enfant à entrer dans une grave dépression qui l'amène à refuser toute nourriture. L'enfant finit par ne plus montrer de signe de communication avec son environnement. Ce syndrome d'hospitalisme conduit même l'enfant à se laisser mourir. Anna Freud avait plutôt formulé une hypothèse contraire. Pour elle, l'enfant est encore trop immature à cet âge et ne peut comprendre les enjeux d'une séparation et donc du deuil. Ce qui sera constaté c'est que le bébé a besoin d'une permanence dans les liens et les personnes qui s'occupent de lui. Les ruptures dans le maternage peuvent avoir des conséquences sur son psychisme même s'il n'est pas en capacité de comprendre la situation dans sa globalité. F. Dolto à, quant à elle, exploré le concept d'image inconsciente du corps qui va ancrer le développement du bébé, dès son état foetal, dans le projet de ses parents, dans leur désir de devenir parents. Ce désir constitue le socle du narcissisme du bébé qui va lui assurer une continuité dans la possibilité de rester "soi-même" et cela, tout au long de la vie, malgré les nombreux changements physiologiques et psychologiques qui vont s'opérer. F. Dolto, en tant que psychanalyste, va également observer le même syndrome que Spitz sur les bébés accueillis en pouponnière suite à l'abandon de leur mère. Pour elle, les personnes qui s'occupent des ces petits ne doivent pas se contenter des soins primaires comme manger, être propre.. mais, au contraire, doivent leur permettre de conserver des liens humains. Elle va alors proposer aux équipes de nurses de chanter, bercer, raconter leur histoire à ces enfants. Le constat est indéniable, les bébés se raccrochent beaucoup plus à la vie et continuent de grandir plus sereinement.

Les travaux de Marie Ainsworth :

Dans les années 70, Marie Ainsworth, psychologue du développement aux Etats-Unis, va continuer à développer les théories de John Bowlby. Ainsi, elle partage son avis selon lequel l'attachement est un besoin primaire, c'est-à-dire essentiel pour la survie du bébé. Elle va établir une recherche d'observation entre des mères et leurs bébés pendant leurs trois premiers mois de vie. Elle va centrer son protocole sur les capacités de la mère à appréhender les besoins de son bébé. Marie Ainsworth va chercher une corrélation entre les réponses aux besoins et les différents types d'attachement qui peuvent en découler. Un an plus tard, elle revoit les mêmes mères avec leurs enfants pour les exposer à différentes situations, la *strange situation*. Le protocole établi est le suivant : la mère et l'enfant sont dans une pièce où l'enfant peut jouer. La mère va partir laissant l'enfant seul dans la même pièce. Puis, c'est une inconnue qui va pénétrer dans la pièce à la place de la mère. Enfin, la mère revient en présence de l'enfant et de l'inconnue. A partir de ces observations, elle va déterminer trois types d'attachement possibles :

- L'attachement sécure : l'enfant manifeste des signes au départ de sa mère. Il va l'accueillir chaleureusement quand elle revient mais ne se focalise pas sur elle pour retourner jouer.
- L'attachement insécure/évitant : l'enfant ne manifeste pas de ressenti particulier quand la mère part. L'enfant va également l'éviter quand il revient. Il préfère se focaliser sur l'environnement de manière persistante.
- L'attachement insécure/résistant : l'enfant est préoccupé par le départ de sa mère. Il ne peut pas se calmer en son absence mais ne se calme pas non plus quand elle revient.

Les travaux contemporains :

En 1986, Marie Main, psychologue américaine, va continuer les travaux menés par Marie Ainsworth et ajouter une quatrième forme d'attachement. C'est l'attachement désorganisé/désorienté. Cet attachement se retrouve dans la situation où le parent est à l'origine de la peur de l'enfant en provoquant des peurs ou en effrayant l'enfant. Il se trouve dans une situation paradoxale car le parent ne peut pas le protéger ou le sécuriser, c'est même celui qui provoque son émotion. Elle va pousser ses travaux sur la corrélation entre l'attachement du père quand il était enfant avec sa capacité à créer une

situation d'attachement avec son enfant. Elle s'attachera également à analyser le discours des mères dans son énonciation, c'est-à-dire comment la mère s'adresse à son enfant avec le langage corporel et le langage verbal.

Plus récemment, Boris Cyrulnik, neurologue, psychiatre et psychanalyste français, propose une approche plus biologique de l'attachement. Il travaille sur les troubles psycho-affectifs de l'enfant suite à un abandon. Il s'appuie notamment sur les travaux de Stanislas Dehaene dans le domaine des neurosciences qui apporte la preuve, par l'imagerie cérébrale, que les privations affectives peuvent avoir des répercussions sur les fonctions cérébrales. Il s'appuie également sur les travaux de Daniel Stern qui confirme dans une étude, qu'un enfant sur 3 est insuffisamment sécurisé, ce qui peut avoir des conséquences sur son développement, sur son langage, sur sa relation avec le monde. Cyrulnik insiste sur la qualité du lien sécurisé pour permettre à l'enfant de grandir dans de bonnes conditions.

Quelques pistes sur l'attachement tout au long de la vie :

Toutes les théories de l'attachement soulignent que les profils d'attachement perdurent tout au long de la vie des humains. Les praticiens soulignent que les stratégies d'attachement primaires vont, plus ou moins, prédire la manière dont la personne va continuer à s'attacher tout au long de sa vie.

En 1974, des chercheurs du Minnesota ont réalisé une étude longitudinale échelonnée sur trois décennies pour mieux comprendre les questions de l'attachement sur les différents âges de la vie. Cette étude permit de suivre 267 femmes enceintes. Le premier constat c'est que l'hypothèse qui souligne l'importance des interactions en bas âge se vérifie dans cette étude. A l'âge d'un an, les enfants et leur figures d'attachement furent soumis à la situation étrange de Mary Ainsworth. Ces mêmes enfants sont réévalués entre 4 et 5 ans. Après plusieurs mois d'observation, les enfants catégorisés dans le groupe d'attachement sécurisé présentent de meilleures interactions avec les autres enfants, une estime de soi plus grande et de meilleures aptitudes sociales.

Chez l'adolescent et chez l'adulte, une nouvelle classification apparaît pour souligner les différents types d'attachements :

- L'attachement autonome correspond à un attachement sécurisé chez le bébé. On repère chez ces personnes une capacité à valoriser les relations et réagir avec indulgence aux conflits ou aux défauts des autres. Ils sont assez cohérents et objectifs quand ils parlent des interactions avec les figures d'attachement lorsqu'ils étaient enfants.
- L'attachement préoccupé correspond à un attachement anxieux résistant chez le bébé. Ces personnes sont très attachées aux détails de leur enfance et peuvent être en difficulté pour présenter une vision claire de leur passé. Elles cherchent à plaire à leurs parents et ne sont pas au clair avec leurs défauts ou ceux des autres.
- L'attachement distanciant correspond à l'attachement anxieux-évitant chez le bébé. Ces personnes racontent peu de choses sur leur enfance et ne parlent pas vraiment de leurs expériences d'attachement. Elles n'ont que peu de détails ou de souvenirs des interactions avec leurs parents. Paradoxalement, les quelques souvenirs de leur enfance sont racontés avec des récits exagérément positifs. Ils minimisent également les répercussions que ces expériences passées peuvent avoir sur eux.
- L'attachement irrésolu qui correspond à l'attachement désorganisé chez le bébé est marqué par des questions de deuil ou de trauma non résolus. Les personnes présentent un attachement irrésolu avec cette personne disparue. Elles peuvent même être confuses sur cette absence, se sentant encore très proche, ou très attachée malgré la perte.

Conclusion :

L'attachement perdure toute la vie. Les liens primaires d'attachement sont essentiels dans la construction du jeune enfant et peuvent jouer durablement sur ces manières de s'attacher aux autres dans sa vie future.

Une autre question essentielle reste celle de la transmission de notre attachement à nos propres enfants. Des études laissent à penser que le style parental d'une personne peut ressembler au style auquel lui-même a été exposé enfant. Il est question de se référer ici aux travaux plus anciens de Winnicott ou aux travaux contemporains de R. Roussillon ou de S. Lebovici.

BIBLIOGRAPHIE

- AINSWORTH, M.D.S (1983). L'attachement mère-enfant. *Enfance*.
- BOWLBY, J. (2002). *Attachement et perte*.
- CYRULNIK, B. (1997). *Sous le signe du lien : une histoire Naturelle de l'attachement*.
- DOLTO, F. (2002). *Tout est langage*.
- FREUD, A. (1976). *L'enfant dans la psychanalyse*.
- LORENZ, K. (1965). *Essai sur le comportement animal et l'humain*.
- SPITZ, R. (1968). *De la naissance à la parole. Les premières années de la vie*.