

L'ENFANT ET SON DÉVELOPPEMENT

S'ATTACHER POUR MIEUX SE LIBÉRER

l'enfant et son développement - par Antoine Guedeney dans mensuel n°388 daté juillet 2005 à la page 66 (2241 mots) | Gratuit

Pour se construire, un enfant a besoin de tisser dès sa naissance un lien sécurisant avec un adulte. Énoncée ainsi, la théorie de l'attachement paraît évidente aujourd'hui. Mais, dans les années soixante, elle déclencha un tollé. Jusqu'à ce que de nombreuses expériences parviennent à la conforter...

En avril 1967, John a 17 mois. Placé dans l'une des meilleures nurseries londonienne de l'époque, il est séparé de sa mère pour la première fois. Le jeune enfant n'a pas été préparé à cette séparation. Pendant une semaine, le psychanalyste James Robertson, qui travaille avec John Bowlby à la Tavistock Clinic, et sa femme, Joyce, filment chaque jour les réactions de l'enfant [1]. Les chercheurs remarquent à quel point sa souffrance apparaît à l'image. Le petit garçon adopte successivement trois types de comportements, désormais considérés comme classiques : il proteste, se désespère, puis se détache. Ces images sont une confirmation de la théorie de l'attachement que le pédopsychiatre et psychanalyste Bowlby développe depuis les années quarante sur les liens entre les troubles du comportement et l'histoire de l'enfant [2]. Selon cette théorie, l'attachement est un besoin primaire du bébé. Comme il a besoin de se nourrir pour vivre, il doit aussi s'attacher à un adulte pour se développer. Et le film montre clairement l'effet néfaste d'une interruption du lien d'attachement en voie de constitution chez un enfant qui n'a pas d'autres substituts : sans ce lien, l'enfant ne veut plus manger, il ne dort plus, se met en retrait, et son développement s'arrête.

À l'époque, les idées de Bowlby soulèvent un tollé général. Elles s'opposent en effet à la théorie analytique alors en vogue. Bowlby, qui travaille sous la houlette de Mélanie Klein, est rejeté par ses pairs. Dans la vision freudienne, la séparation ne compte pas : le comportement de l'enfant face à l'autre et envers le monde extérieur est gouverné par le conflit interne entre ses pulsions d'autopréservation et ses pulsions sexuelles. Or, Bowlby, qui ancre résolument ses concepts dans une démarche d'observation, ne peut, lui, nier les faits. Les films de James Robertson comme les études menées sur les enfants séparés de leurs parents pendant la guerre, à Londres, l'attestent : l'effet de la séparation existe [1]. Et c'est une source majeure des troubles du comportement chez l'enfant. Nul besoin, à ses yeux, de faire appel à la théorie des pulsions.

Freud mis à mal

Si, selon Freud, le danger pour le développement de l'enfant est sa propre sexualité, pour Bowlby c'est donc le sentiment d'être seul ou abandonné. La vision est radicalement différente. Non seulement pour la compréhension mais aussi du point de vue thérapeutique. À l'époque, toute la psychopathologie est analysée rétrospectivement par rapport au modèle de l'adulte. Bowlby affirme, lui, qu'on ne peut la comprendre sans réfléchir à l'influence de la rupture ou des troubles de l'attachement précoce.

C'est donc une nouvelle vision du développement relationnel précoce de l'enfant et de ses troubles que propose Bowlby. Pour lui, être attaché à quelqu'un, c'est l'utiliser préférentiellement comme « base de sécurité » à partir de laquelle on peut explorer le monde et vers laquelle on revient quand on se sent en détresse. Le sentiment de désarroi s'efface dès que la proximité de la figure d'attachement* est acquise, et plus tard, sa simple accessibilité, puis seulement sa disponibilité suffiront. Même s'il évolue au cours du temps, ce schéma vaut tout au long de la vie.

Selon la façon dont on s'occupe d'un bébé, celui-ci développe différentes stratégies adaptatives. Si la personne qui prend le plus soin de lui s'adapte à ses besoins, il construit un attachement dit « sécurisé », qualificatif hérité du terme anglais. Différentes études longitudinales le confirmeront par la suite, mais Bowlby postule déjà que ce scénario offre un sérieux avantage. Un attachement sécurisé va de pair avec une meilleure régulation émotionnelle, des troubles moindres du comportement chez les enfants et adolescents comme plus tard chez des adultes ayant eux-mêmes des enfants. Il favorise la confiance en soi - « si l'on répond à mes besoins, c'est qu'ils sont légitimes et que j'ai une certaine valeur » -, le sentiment d'être bien dans sa peau, dans le groupe et la capacité à surmonter les difficultés.

Bowlby s'appuie sur les analyses cliniques des jeunes enfants et des familles, selon une approche complète alors très novatrice : évaluation systématique et ordonnée de cohortes via des tests psychologiques, des entretiens sur le contexte social, une évaluation du terrain génétique. Il se nourrit aussi des apports des sciences cognitives et de l'éthologie. Il compare notamment les comportements visant à maintenir la proximité à la figure d'attachement, observés chez les jeunes mammifères, aux stratégies de l'enfant qui lui sont spécifiques : les sourires et la vocalisation, les pleurs, puis plus tard l'agrippement. Cet ancrage éthologique ne plaît guère plus.

Levée de boucliers féministe

La publication du premier volet de la théorie de Bowlby, en 1969, dans le sillage de son rapport pour l'Organisation mondiale de la santé sur les carences des soins maternels en 1948, provoque aussi les foudres du personnel hospitalier. On ne fait pas alors grand cas de la séparation [1, 3, 4].

Une autre levée de boucliers contre la vision « bowlbienne », celle des féministes. Elles s'insurgent contre l'image de la femme « animal maternel », cantonnée dans le rôle de mère. En réalité, toute la théorie s'appuie sur le rôle de la mère car, dans la société anglaise de l'après-guerre qu'étudiait Bowlby, c'était essentiellement les femmes qui s'occupaient de leurs jeunes enfants. Les études ultérieures ont montré que l'enfant s'attache préférentiellement à la personne qui s'occupe le plus de lui, particulièrement la nuit, porteuse d'angoisse, et qui répond à ses besoins de la façon la plus adéquate. Si c'est le père, c'est lui qui sera la figure préférentielle d'attachement. Ce peut être toute autre personne qui remplit ce rôle. Il n'y a aucune prédisposition biologique à un attachement spécifique avec la mère. En fait, la théorie de Bowlby appelait la société à prendre en compte les besoins d'attachement du jeune enfant plus qu'elle ne pointait le rôle spécifique de la mère.

C'est Mary Ainsworth, psychologue canadienne ayant travaillé avec Bowlby lors d'un séjour en Angleterre, qui donne un premier développement à sa thèse. À Kampala, en Ouganda, où elle a suivi son mari en 1953, la jeune universitaire cherche à préciser les effets de la séparation : elle suit ainsi 28 bébés durant leurs trois premières années. Ses observations confirment la théorie. Dans son livre, *Infancy in Uganda*, publié seulement en 1967, elle propose le premier schéma de développement de l'attachement chez l'enfant normal : à un premier stade d'orientation succède une phase de focalisation, qui aboutit à l'attachement préférentiel, net vers 7 à 9 mois [5]. L'angoisse de séparation apparaît alors, bien avant celle de l'étranger. Mary Ainsworth conceptualise aussi l'idée de « base de sécurité » à partir de laquelle l'enfant est plus à même d'explorer le monde. Elle perçoit très vite le lien entre le type de relation mère-enfant et la sécurité, ou l'insécurité, de cette relation.

Séures, évitants et résistants

À son retour aux États-Unis dans les années soixante, elle met au point un protocole expérimental, baptisé « la situation étrange », qui met en jeu cette relation [6]. Il consiste en une série -8 épisodes de trois minutes - de séparations et de retrouvailles entre un enfant d'environ 1 an et sa figure d'attachement, en présence d'une personne étrangère. L'expérience révèle la stratégie adoptée par l'enfant pour maintenir son équilibre émotionnel en fonction des soins qu'il a reçus. M. Ainsworth les classe en trois catégories : les enfants « séures », les « évitants » et les « résistants ».

Lors du retour du parent dans la salle, les enfants séures cherchent son contact, et la proximité physique calme immédiatement leur détresse. Rassurés, ils reprennent très vite leur exploration ou leur jeu. Les évitants, qui semblent être indifférents à la séparation, eux se détournent du parent. Les enfants dits résistants sont déchirés entre l'attraction et la colère. Ce protocole, testé sur une cohorte d'enfants à Baltimore, conduit à une proportion de 60 % de séures et 40 % d'inséures ces derniers comptant plus d'évitants que de résistants. Même s'il suscite bien des débats, il devient un outil de référence en recherche sur du développement. Dans la décennie soixante-dix - quatre-vingt, les nombreuses études menées à travers le monde confirment la proportion 60/40, renforçant la dimension universelle de l'attachement [7]. L'analyse de M. Ainsworth a aussi des contradicteurs : Jerome Kagan, de l'université Harvard, voit par exemple dans l'attitude évitante une plus grande indépendance de l'enfant.

Plus tard, en 1986, face à la difficulté de classer certains enfants ayant des comportements contradictoires Mary Main, psychologue à Berkeley, distingue une quatrième catégorie, celle des « désorganisés », la plus pathologique. En particulier, les études sur les enfants abusés ont montré que ces derniers comptent une forte proportion appartenant à cette quatrième catégorie.

Fantômes de l'enfance

Dans les années quatre-vingt-dix, on est en plein débat sur la transmission d'une génération à l'autre des traumatismes mentaux. La controverse sur la thèse du parent terrifié qui devient terrifiant bat son plein. Mary Main donne alors un nouveau tournant à la théorie de l'attachement en la replaçant dans une démarche rétrospective, plus familière aux psychanalystes. À l'instar, de M. Ainsworth elle propose un outil pour

évaluer la représentation de l'attachement chez l'adulte, l'Adult Attachment Interview AAI et étudier le lien éventuel avec le comportement de ses enfants [8]. Il s'agit d'un entretien structuré au cours duquel on demande au sujet de se replonger dans son enfance, de qualifier par cinq adjectifs ses relations avec chacun de ses parents, de décrire l'évolution de ses relations, ses expériences de séparation, de deuil, d'abus ou de rejet, et enfin ses expériences avec ses propres enfants, s'il en a. Seule la cohérence du discours, et non son contenu, compte dans la cotation. Sur le modèle de « la situation étrange », on différencie quatre catégories de sujets : les « équilibrés », les « détachés », les « préoccupés », et les « non résolus/désorganisés ».

Les « équilibrés » sont capables d'explorer leur enfance sans se laisser déborder par leur remémoration. Leur récit est souple, cohérent, respectant les faits. Les sujets « détachés » n'ont pas de souvenirs et évitent l'évocation des expériences liées à l'attachement. Il leur est difficile d'établir des liens entre passé et présent. Les « préoccupés » font un récit foisonnant mais peu cohérent. Ils se laissent déborder par leur passé ; sont en colère ou gagnés par des sentiments opposés et très ambivalents. Le discours des « non résolus / désorganisés » se brouille quand ils abordent les expériences traumatiques de perte, de séparation ou d'abus.

L'évaluation de jeunes couples pendant la grossesse avec l'AAI, et ensuite celle de la sécurité de l'attachement de leur bébé par la « situation étrange » a montré une concordance élevée entre le type d'attachement de la mère et celui de l'enfant, de l'ordre de 80 %. Malgré des expériences traumatiques fortes, certains adultes sont aussi « équilibrés », s'ils ont pu garder ou regagner une capacité d'autoréflexion. Ces parents ne sont pas sous l'empire de leurs émotions traumatiques et ne les transmettent pas à leur bébé. En revanche, chez ceux qui n'ont pas acquis ce recul, le bébé peut réveiller les besoins précoces inassouvis. Une situation propice à un attachement insécure, voire désorganisé chez l'enfant, coïncide entre son propre besoin d'attachement et l'indisponibilité affective du parent aux prises avec ses propres fantômes.

Le facteur génétique

Pourquoi certains adultes parviennent-ils ainsi à prendre du recul et d'autres pas ? Existe-t-il une prédisposition génétique ? Les années 2000 ont vu naître ce nouveau débat, alimenté en particulier par la mise en évidence d'un lien entre une certaine variation génétique concernant le gène de la monoamine oxydase A et l'aptitude à la résilience lire « Ces gènes qui font de la résilience » p. 70 [9]. D'autres études sur ces mêmes gènes et la propension à se désorganiser du point de vue de l'attachement montrent que celle-ci peut aussi dépendre d'un facteur génétique. Quoi qu'il en soit, il paraît clair qu'un trouble du comportement résulte en général d'une conjonction de facteurs et d'une combinaison gènes/environnement particulière sauf dans le cas d'un traumatisme fort, qui à lui seul suffit à déclencher le trouble. Une combinaison peut aussi protéger d'une pathologie. Ainsi, les singes rhésus porteurs d'une certaine mutation génétique gène 5-HTT muté qui les expose à des troubles comportementaux proches de la dépression n'expriment pas ce trait si leur attachement est sécurisé [10]. Dans tous les cas de figure, un attachement sécurisé est indéniablement un sérieux atout pour un bon développement. Ce qui ne veut pas dire qu'un attachement insécure conduira forcément à un trouble.

On le voit, non seulement les concepts de Bowlby ont gagné leur titre de noblesse mais ils ont aussi ouvert tout un domaine de recherche et d'applications thérapeutiques. Lui qui regrettait que sa théorie n'eût été plus féconde scientifiquement...

En deux mots : Il y a quarante ans, John Bowlby 1907-1990, pédopsychiatre et psychanalyste anglais, émettait une nouvelle hypothèse sur le développement relationnel de l'enfant : l'attachement du bébé au parent est un besoin primaire.

De même que le nourrisson doit s'alimenter pour grandir, il doit aussi construire un lien privilégié, avec un adulte auprès duquel il trouvera réconfort et sécurité pour se développer et être capable d'explorer le monde. Mais, à l'époque, la vision freudienne domine et la plupart des psychanalystes rejettent en bloc la théorie de l'attachement.

Par Antoine Guedeney

Cet article a été téléchargé à partir du lien : <http://www.larecherche.fr/savoirs/dossier/s-attacher-mieux-se-liberer-01-07-2005-70677>

*L'utilisation de cet article reste sous l'autorisation de son auteur et propriétaire :
[larecherche.fr](http://www.larecherche.fr)*