

Cet article est disponible en ligne à l'adresse :

http://www.cairn.info/article.php?ID_REVUE=DIA&ID_NUMPUBLIE=DIA_175&ID_ARTICLE=DIA_175_0007

La théorie de l'attachement : pour le meilleur et pour le pire

par Violaine PILLET

| érès | Dialogue

2007/1 - n° 175

ISSN 0242-8962 | ISBN 978-2-7492-0731-5 | pages 7 à 14

Pour citer cet article :

– Pillet V., La théorie de l'attachement : pour le meilleur et pour le pire, Dialogue 2007/1, n° 175, p. 7-14.

Distribution électronique Cairn pour érès.

© érès. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

La théorie de l'attachement : pour le meilleur et pour le pire

VIOLAINE PILLET

Lors d'une réunion dans une école pour la signature d'un « contrat d'intégration », il est demandé à l'auxiliaire de vie scolaire présente auprès de l'enfant si elle pourra rester l'année prochaine pour assurer une certaine continuité dans le suivi pédagogique et dans sa relation à l'enfant. Celle-ci répond qu'elle sera sûrement affectée ailleurs, le principe étant de rester un an, pas plus, pour éviter « de s'attacher »... Comme si cela était dangereux. Comme le résume Blaise Pierrehumbert, le principal message de John Bowlby « est certainement que le lien n'implique pas un état de dépendance, mais au contraire qu'il peut constituer un facteur d'ouverture, de socialisation ¹. »

À l'opposé, paraît dans *Le Monde* ², un article sur l'économie expliquée par Steven Levitt de manière originale. Il établit un lien entre l'avortement et la baisse de la criminalité. Selon lui, « des décennies de recherche ont démontré qu'un enfant naissant dans un environnement familial défavorable avait plus de risque qu'un autre de devenir criminel ». Le raisonnement est le suivant : « Suite à la législation de l'avortement, ces enfants ne sont pas nés », donc il y a moins de criminels aujourd'hui. On ne peut s'empêcher de penser là aux « recherches » sur le rapport entre attachement désorganisé et psychopathologie (voir le dernier congrès sur l'attachement, à l'hôpital Bichat, en juillet 2005, où ces recherches étaient présentées ³). Mais risque de ne veut pas dire déterminisme et la causalité est trop rapidement établie.

L'économiste dit bien qu'il fait une *corrélation*. Mais le glissement est vite fait, preuve en est de la récente expertise INSERM en France sur le « dépistage » des troubles de la conduite chez le jeune l'enfant et le plan de prévention de la délinquance. On retrouve dans cette expertise des termes comme « froideur affective » qui rappellent étrangement les descriptions des enfants dont l'attachement est qualifié d'« insécure évitant » dans la « Strange Situation » d'Ainsworth et qui développent des personnalités dites « dépourvues de tendresse », ces individus ayant réagi aux séparations par un mécanisme défensif d'exclusion des affects. Nous en reparlerons.

Tout cela découle des travaux sur l'attachement.

Revenons-en à l'Histoire. De nombreux articles ont déjà traité le sujet du développement de la théorie de l'attachement. En voici un bref survol. Cette présentation n'est pas exhaustive et ne prétend pas être un rapport d'expert. Cet article est le fruit de ma rencontre de clinicienne avec les idées issues de la théorie de l'attachement.

Naissance de la théorie (Bowlby, 1969, 1973, 1980 pour l'édition anglaise)

La théorie de l'attachement est née dans le contexte historique de la guerre, qui entraîne séparations, pertes et deuils. John Bowlby, né en 1907, a alors une trentaine d'années. C'est entre 1929 et 1937 qu'il fait sa formation médicale en psychiatrie, après avoir étudié à Cambridge et avoir enseigné un an à la « Priory Gate School », école pour « enfants inadaptés ». Pour lui, il existe une influence de l'environnement précoce sur le développement des névroses et du caractère névrotique. Une psychopathologie peut se développer à partir de troubles de l'attachement. Bowlby s'appuie sur l'éthologie et les méthodes d'observation de cette discipline. Ses conceptions sont issues de la clinique. Plus tard, à partir de son expérience en psychiatrie adulte, Bowlby fera le lien entre psychose et perte.

Les premiers travaux de Bowlby portent donc sur la perte, le deuil, la séparation, sur l'effet de la séparation chez les enfants hospitalisés, et sur les carences relationnelles précoces des délinquants. *Sa première intuition à ce moment-là est le lien entre déprivation affective maternelle et risque de délinquance*. Bowlby décrit les « personnalités dépourvues de tendresse », ces enfants ayant subi des séparations d'avec leur mère. Il introduit la notion d'exclusion défensive des affects, c'est-à-dire l'exclusion des émotions lorsque l'enfant est en détresse et qu'il n'obtient pas le réconfort de la figure d'attachement. L'enfant a comme stratégie de ne pas activer le système d'attachement (comportements visant le rapprochement avec la figure d'attachement). L'enfant n'exprime plus ses émotions puisqu'il n'y a pas de réponse et il perd le contact avec sa vie affective. Ceci est pris dans une dynamique

interactive. Bowlby fait ainsi le pont entre attachement et vie émotionnelle. Selon lui, « le maintien d'un lien fait éprouver un ressenti, la rupture fait éprouver un autre ressenti. Les émotions sont habituellement le reflet de l'état des liens affectifs d'une personne, donc la psychologie et la psychopathologie des émotions se trouvent être en grande partie la psychologie et la psychopathologie des liens affectifs ⁴ ».

L'attachement serait un besoin humain inné. Le bébé est un être de relation précocement, il naît très immature et donc dans un rapport de grande dépendance vis-à-vis de l'autre. L'attachement se construit dans les interactions autour des soins réels auxquels Bowlby accorde une grande importance. Il se démarque de certains psychanalystes influents en Angleterre à l'époque.

En 1969, Bowlby présente le film *John goes to the nursery*, réalisé par M. Robertson, travailleur social et proche collaborateur de Bowlby. Il s'agit d'une observation de séparation pendant dix jours et des effets sur le jeune enfant. John est accueilli dans une pouponnière lors de la naissance de sa petite sœur, dans un contexte où l'on ne prêtait guère attention à ce que pouvait vivre l'enfant à ce moment là. Trois phases sont décrites : protestation (réponse active ayant pour but de rétablir la proximité avec le parent), désespoir (réponse passive, impuissance, perte d'intérêt pour l'environnement), et détachement (l'enfant reprend contact mais avec une indifférence affective). L'enfant met un certain temps pour reprendre confiance, et pour Bowlby, *quelque chose persiste après le retour du parent*.

Bowlby a étudié également les réactions de deuil chez les adultes à la Tavistock Clinic dans les années 1960. Il pense déjà à l'idée d'une continuité de l'attachement : de l'enfant à l'adulte, et à l'importance de l'attachement dans les processus de deuil. Des troubles de l'attachement peuvent avoir des conséquences, dont des deuils pathologiques. Il est convaincu des implications à long terme de la sécurité de l'attachement mère/nourrisson sur les relations intimes ultérieures, et sur la compréhension de soi.

Dans les années 1970, Bowlby décrit le concept de *modèle interne opérant* : c'est un modèle interactif né des attentes, des anticipations des qualités interactives chez la personne qui donne les soins à l'enfant au quotidien. Le but du système d'attachement est de maintenir l'accessibilité et la réactivité du donneur de soins. Le modèle interne opérant provient de l'attente confiante ou non en la disponibilité de la figure d'attachement à partir d'une représentation d'expérience suffisamment fiable sur un temps assez long. Ces représentations d'expérience sont codées, mémorisées, puis retrouvées dans la mémoire mais pas forcément conscientes.

En résumé, l'enfant humain vient au monde avec une prédisposition à participer aux interactions sociales. Le bébé a besoin d'un lien d'attachement précoce et continu car il naît immature et dépendant, et la recherche de proximité maternelle est un besoin primaire. L'amour ne renforce pas la dépendance, il

donne de l'assurance pour une ouverture au monde extérieur. Il existe un travail psychique lors de la séparation et des processus défensifs. De sa formation analytique avec Joan Riviere, Bowlby garde l'idée d'une ambivalence et d'une hostilité dans l'attachement.

L'attachement est décrit comme un système de comportements, qui est activé lorsque l'enfant se sent en danger et que la figure d'attachement est éloignée – ses signaux ayant pour but de faire revenir la figure d'attachement. Une fois l'enfant sécurisé, le système d'attachement n'est plus activé et le système d'exploration prend le relais. L'attachement, par le lien continu et fiable qui en découle, sert l'autonomie de l'individu car il permet l'exploration libre de l'environnement et plus tard de son psychisme. Si l'enfant est en détresse et qu'il n'obtient pas la proximité d'une personne significative pour lui, donc un sentiment de sécurité, deux possibilités s'offrent à lui : soit le système d'attachement est maintenu activé au détriment d'autres systèmes (en particulier celui de l'exploration), d'où une hypervigilance émotionnelle. Soit, au contraire, le système d'attachement n'est pas activé, il est maintenu désactivé, il y a un clivage et exclusion des émotions.

Bowlby conceptualise les comportements d'attachement comme un système inné qui vise au rapprochement du petit avec sa mère et à sa protection. L'enfant se sent alors aimé et en sécurité alors que la séparation de sa figure d'attachement engendre un sentiment d'anxiété et de chagrin. La réalité de la relation est très importante dans ce cadre de pensée.

Les continuateurs de Bowlby

Myriam David et Geneviève Appell ont fait partie des groupes de travail organisés par Bowlby en 1959, 1961 et 1963 et elles ont rapporté ces recherches sur l'attachement et sur les effets de séparations précoces en l'incluant dans leur travail clinique. Leur collaboration avec Bowlby et les Robertson entre autres a permis la diffusion de ces idées en France et l'amélioration des conditions d'accueil du jeune enfant en crèche et en pouponnière.

À partir de toutes ces idées, beaucoup d'autres questions ont surgi dans la continuité des travaux de Bowlby.

Dans les années 1960, Mary Ainsworth, psychologue (Canada, États-Unis), se demande si la séparation est traumatique en elle-même ou si cela dépend de la qualité relationnelle antérieure. En utilisant la méthode d'observation, d'abord en Ouganda, elle constate que le bébé est actif dans son comportement pour obtenir ce qu'il désire. Elle décrit alors trois catégories de comportements : celle, fréquente, où l'enfant crie peu, il est content avec sa mère, il explore l'environnement ; celle où l'enfant pleure beaucoup et explore

peu ; et enfin celle où l'enfant n'est pas encore attaché. Elle relie tout ceci à la sensibilité maternelle.

De retour aux États-Unis à l'Université de Baltimore, Ainsworth propose un prolongement expérimental de la théorie de l'attachement à travers la *Strange Situation* (1969). Elle cherche à savoir si ces catégories sont universelles. Elle met au point une situation standardisée en huit épisodes de séparation et de réunion. Elle met en évidence trois principaux types de comportements de l'enfant aux *retrouvailles* :

- l'enfant qui retrouve sa mère avec plaisir puis retourne jouer ;
- l'enfant, en apparence peu affecté, évitant la proximité et qui se focalise sur un jouet ;
- soit enfin l'enfant qui exprime de la détresse et, à la fois, une recherche de contact et du rejet.

Les variables les plus importantes pour la classification sont la *proximité*, l'*évitement* ou la *résistance* lors de la réunion mère/enfant. Ainsworth développe alors la notion de *base de sécurité* provenant d'un lien stable fiable, prévisible, sécurisant avec un adulte accessible, c'est une figure d'attachement capable de comprendre les besoins et les inquiétudes de l'enfant et de les apaiser⁵.

Le comportement de l'enfant lors de la Strange Situation traduit la qualité d'une relation particulière mère-enfant due à son histoire interactive davantage qu'une caractéristique de l'enfant lui-même. Les enfants sécurisés se servent du parent comme d'une base de sécurité à partir de laquelle ils explorent. La Strange Situation évalue la qualité de la relation, et l'attachement est alors une théorie permettant de comprendre le développement relationnel de l'enfant. Bowlby avait aussi montré qu'il y avait des attachements multiples.

En 1970, dans leur étude longitudinale dite de « Minnesota », Sroufe et Waters, élèves d'Ainsworth posent la question de la continuité des comportements dans la *Strange Situation* de 12 à 18 mois, puis à 5 ans des effets de l'attachement sur la sociabilité et sur l'expression des émotions.

Mary Main, elle, s'intéresse à la catégorie « inclassable » à partir des travaux d'Ainsworth dont elle est l'élève. Elle relie cette catégorie aux problématiques d'abus, de violence. Cela peut aussi concerner un parent qui a vécu un deuil ou un traumatisme non résolu. Dans ce cas, l'attitude parentale dite « effrayante/effrayée » entraîne la désorganisation/désorientation chez l'enfant. On voit le lien entre attitude parentale et comportement de l'enfant.

Mary Main travaille sur l'attachement adulte, elle met au point l'*Adult Attachment Interview* (AAI). Là, c'est le niveau des représentations qui est interrogé, l'analyse du discours permet de classer l'attachement.

Ceci marque un tournant historique : de l'étude des comportements vers celle des représentations. L'AAI est un entretien semi-directif ayant pour but de cerner l'état d'esprit actuel de la personne à l'égard des expériences relationnelles de l'enfance. La cotation se fait sur la structure du récit et sur la cohérence du discours. On dégage quatre types d'états d'esprit à l'égard des relations d'attachement : sujet détaché (exclusion des affects), individu autonome (souvenirs libres), préoccupé (récit confus), désorganisé (cas de trauma et d'abus).

Des correspondances éventuelles sont recherchées entre les cotations à la Strange Situation et à l'AAI, et on retrouve des liens enfant évitant/parent détaché, enfant anxieux/ambivalent et parent préoccupé, enfant sécure et parent libre/autonome et enfant désorganisé/parent non résolu.

Avec ces outils disponibles, l'interrogation se porte alors sur la transmission. Le taux de correspondance entre Strange Situation et AAI est de 70 %, alors que l'un mesure le comportement et l'autre, les représentations. Quels mécanismes sont en jeu ?

– La sensibilité de la mère aux signaux de son enfant et la capacité à y répondre ?

– La capacité de conscience réflexive : c'est-à-dire se représenter les états mentaux de son enfant et les siens propres ?

– Les parents communiqueraient-ils à l'enfant des stratégies défensives, par exemple, l'exclusion défensive, auquel cas si le monde interne est barré chez le parent, le monde interne de l'enfant serait-il inaccessible lui aussi ?

– Au travers des soins et des échanges, s'opèrerait-il un passage entre le psychisme des parents et celui de l'enfant dans le jeu complexe des interactions comportementales et affectives ?

Il existe d'autres facteurs socioculturels, de tempérament, génétique, etc. La qualité des soins parentaux n'est donc qu'un des maillons de la transmission.

La théorie de l'attachement s'est longtemps confinée au domaine de la recherche, puis en s'intéressant à la catégorie « désorganisé » de l'attachement dans l'Adult Attachment Interview, elle s'est ouverte au champ clinique : tant pour le développement normal de l'enfant que pour la psychopathologie.

Les applications cliniques

Cette théorie a entraîné une réflexion quant à l'aménagement technique du cadre des thérapies.

Par exemple, dans les psychothérapies parents-jeune enfant, il est nécessaire de prendre en compte les événements réels, la présence de l'enfant et aussi l'angoisse éventuelle de la rencontre où est réactivé le système d'attachement.

La question est de savoir ce que représente pour un parent par rapport à son propre système d'attachement le fait de consulter et de formuler de l'aide.

Dans le travail psychothérapique avec les patients, on prête aussi attention aux situations de séparations et de retrouvailles. Le thérapeute est une base de sécurité à partir de laquelle le sujet peut explorer son monde interne et se livrer à l'auto-réflexion. Les travaux sur l'attachement ont conduit à des démarches diagnostiques et à des implications sur le traitement.

On a établi des parallèles entre un certain style d'attachement et des troubles de la personnalité, mettant en évidence un lien entre qualité de l'attachement et psychopathologie chez l'enfant. Par exemple, des études spécifiques indiquent des liens entre attachement évitant et trouble d'externalisation (hyperactivité et trouble des conduites) d'une part et d'autre part entre attachement ambivalent et troubles d'internalisation (anxiété, dépression). La question suivante demeure : le trouble de l'attachement reflète-t-il un problème de l'enfant lui-même, ou bien un problème de l'interaction, et que doit-on traiter ?

En conclusion, je citerai Blaise Pierrehumbert qui, dans le *Premier lien d'attachement*, explique que la théorie de l'attachement porte certes sur les comportements, mais que c'est aussi une théorie de la régulation des émotions, donc une théorie de la désorganisation et de la clinique qui en découle.

Selon certains auteurs, comme Peter Fonagy, l'environnement relationnel précoce est crucial non point parce qu'il façonnerait la qualité des relations ultérieures mais parce qu'il sert à équiper l'individu d'un système d'élaboration mentale qui va produire des représentations mentales de soi et de l'autre et des représentations de relations. En réalité, l'effet de l'attachement précoce, c'est l'effet sur les processus mentaux sous-jacents de la personnalité : la capacité à se représenter soi, les autres, la relation soi-autre de façon positive et négative.

« Ce qui est perdu dans la perte, ce n'est pas le lien, mais l'occasion de mettre en place un mécanisme de régulation à un niveau supérieur : la capacité d'appréciation et de réorganisation des contenus mentaux ⁶. ». C'est un des aspects de la richesse de la théorie de l'attachement, recherche toujours vivante aujourd'hui. Les articles de ce dossier visent à illustrer cette clinique.

Violaine Pillet
Psychologue

SESSAD Ajhir « les 7 lieux »
22 rue de Cronstadt, 75015 Paris

NOTES

1. *La lettre de la fondation pour l'enfance*, n° 46, 2^e trimestre 2005, p. 7.

2. *Le Monde* 2, numéro 106, 25/2-3/3 2006.

3. Ce congrès a été organisé par l'ADRA : Association pour le développement de la recherche sur l'attachement.

4. Voir J. Bowlby, *Attachement et perte*, tome 3, « Un exposé général ».
5. Éditorial de *La lettre de la fondation pour l'enfance*, n° 46.
6. P. Fonagy, *Théorie de l'attachement et psychanalyse*, 2004, p. 39.

BIBLIOGRAPHIE

- BOWLBY, J. *Attachement et perte*, Paris, PUF ; tome 1, 1978. *L'attachement* (le comportement instinctif, le comportement d'attachement, ontogenèse de l'attachement humain) ; tome 2, 1978. *Séparation : angoisse et colère* (sécurité, angoisse et détresse, le chagrin la séparation et la psychopathologie, mode d'approche éthologique de la peur humaine, l'attachement angoissé, les modèles internes opérants et psychopathologie) ; tome 3, 1984. *Perte : tristesse et dépression* (perte et deuil en psychopathologie, les mécanismes de défense, exclusion défensive, deuil chez l'adulte, deuil chez l'enfant).
- CUPA, D. 2000. *La théorie de l'attachement : les perspectives actuelles*, Paris, EDK.
- FONAGY, P. 2004. *Théorie de l'attachement et psychanalyse*, Toulouse, érès, coll. La vie de l'enfant.
- GOLSE, B. ; MISSONNIER, S. (sous la direction de). 2005. *Pour une clinique de la narrativité*, Toulouse, érès.
- GUEDENEY, A. et N. 2002. *L'attachement : concepts et application*, Paris, Masson.
- La lettre de la fondation pour l'enfance*, n° 46, 2^e trimestre 2005.
- LAMOUR, M. ; GUEDENEY, A. (sous la direction de). 2006. *Devenir* (numéro spécial Myriam David), n° 2, vol. 18.
- PIERREHUMBERT, B. 2003. *Le premier lien : théorie de l'attachement*, Paris, Odile Jacob.
- VAN DIJKEN, S. 1998. *John Bowlby : His Early Life*, Londres, Free Association Books Ltd.

RÉSUMÉ

Cet article présente un bref historique de la théorie de l'attachement, une définition des concepts, et les développements ultérieurs, tant sur le plan de la recherche que sur le plan plus actuel de la pratique, des liens avec la psychopathologie et des répercussions sur le cadre thérapeutique. Il s'agit de mettre en évidence les bases théoriques et de comprendre leur place dans le champ clinique.

MOTS-CLÉS

Théorie de l'attachement, historique, John Bowlby, recherches, Strange Situation, Adult Attachment Interview, transmission, psychopathologie, clinique.

ABSTRACT

This article presents a survey of Attachment Theory including definitions of concepts and recent developments in research and in current practices. It also explores the links with psychopathology and the impact of this theory on the therapeutic methods. Overall, the article seeks to clarify the theoretical approach, and to determine how attachment theory applies to clinical practice.

KEY WORDS

Attachment Theory, review, John Bowlby, research, Strange situation, Adult Attachment Interview, transmission, psychopathology, clinical practice.