

L'attachement, source d'autonomie

Blaise Pierrehumbert

Suivi de

**Environnement social et
développement de l'enfant**

Hélène Vaillé

Sciences Humaines, Hors-série N°45

Juin-Juillet-Août 2004 – L'enfant

Loin de constituer un obstacle à l'autonomie, l'attachement de l'enfant à ses parents et à ses proches en est au contraire la condition. Cette base sécurisante joue un grand rôle dans le devenir de l'enfant qui apprend ainsi à partager ses émotions.

Fondamentalement, nous sommes des êtres sociaux et se lier, s'attacher aux autres paraît faire partie de notre nature. Mais ces liens ne retiennent-ils pas l'individu, l'empêchant de s'ouvrir au monde et d'affirmer son individualité ? La théorie de l'attachement va illustrer, au travers d'une approche à la fois clinique et scientifique, cette subtilité de nos comportements qui va permettre à l'individu d'utiliser les autres pour prendre son propre envol, s'aider du connu pour s'ouvrir à l'inconnu, s'appuyer sur le passé pour embrasser l'avenir.

On peut situer en 1958 l'acte de naissance de la théorie de l'attachement. Cette année en effet paraissaient deux articles [\(1\)](#) qui ont fortement influencé la psychologie du développement et nos connaissances sur les relations dans la famille : « The Nature of Love » du psychologue américain Harry F. Harlow (relatant l'observation de singes en situation de privation sociale), et « The Nature of the Child's Tie to his Mother » du psychanalyste anglais John Bowlby (1907-1990).

On peut parler d'une convergence historique puisque ces deux articles sont l'oeuvre d'auteurs travaillant dans des domaines résolument différents, mais dont les conclusions se rejoignent : la proximité physique du parent correspond à un besoin inné, primaire du jeune et elle est essentielle à son développement mental et à l'éclosion de sa sociabilité. J. Bowlby va alors opérer la jonction entre ces deux disciplines, qui avaient tout pour s'ignorer - la

psychanalyse et l'éthologie -, et celle-ci va se révéler d'une fécondité peu ordinaire.

Fasciné à la fois par Charles Darwin et par les travaux de l'éthologue et prix Nobel Konrad Lorenz, J. Bowlby (2) suggère que l'attachement aux parents sert deux fonctions adaptatives : protection et socialisation. Ainsi, s'il a pu faire l'expérience d'une certaine sécurité dans la relation avec ses parents (comme la certitude que la relation va persister au-delà de la séparation), l'enfant se sentira plus libre de partir découvrir le monde physique et social, explorer et établir de nouvelles relations. Mary Ainsworth (1913-1999), psychologue américaine et élève de J. Bowlby, a décrit le fonctionnement de cette « base de sécurité » fournie par les parents à l'aide d'une situation d'observation : la « situation étrange ».

Différents styles d'attachement

Ce dispositif se déroule en laboratoire et consiste en une série de séparations et de retrouvailles entre un enfant (âgé de 1 an environ) et l'un de ses parents. L'observateur peut ainsi se rendre compte de la façon dont les comportements d'attachement sont « activés », grâce à de brèves séparations du parent et par la présence d'une personne non familière dans la pièce d'observation. On peut s'attendre à ce que l'activation des comportements d'attachement amène l'enfant à chercher la proximité physique ou une autre forme de contact avec le parent puis, une fois réconforté par la présence de celui-ci, qu'il retourne explorer la pièce et les jouets qui y ont été disposés.

Ce style d'attachement « sécurisé » s'observe normalement dans environ deux tiers des cas. Toutefois, dès sa première étude, réalisée dans les années 60 à Baltimore, M. Ainsworth (3) a très finement décelé et décrit l'existence de styles d'attachement

« anxieux », qui refléteraient la difficulté de l'enfant à utiliser le parent comme une « base sécurisante », soit que ce petit manifeste une sorte d'indépendance précoce, qui mettrait en réalité en évidence une difficulté à utiliser le parent comme source de réconfort (on parle d'un attachement « anxieux-évitant »), soit qu'il montre une forte ambivalence, par exemple en s'accrochant au parent pour s'en défaire immédiatement, dans un mouvement de colère (attachement « anxieux-résistant »).

Lorsque ce type d'observation est réalisé avec le père, on trouve les mêmes catégories de comportements, et dans des proportions proches de ce que l'on observe avec la mère. Toutefois, si l'on compare chez les mêmes enfants, leur type d'attachement au père et celui à la mère, on ne trouve pratiquement pas de correspondance entre ceux-ci. Mary Main, psychologue à Berkeley, a aussi relevé avec ses collègues (4) dans les années 80 que dans la situation étrange certains enfants montrent une brève désorientation, parfois évidente mais aussi parfois assez discrète : ils laissent nettement transparaître des indices de *stress*, voire des signes de peur de la figure d'attachement. M. Main et ses confrères ont alors proposé une quatrième catégorie d'attachement, désignée comme « désorganisée ou désorientée », qui souvent n'apparaît qu'avec un seul des deux parents, et qui concernerait environ 15 % des cas.

Ce type de comportement apparaîtrait lorsque l'enfant perçoit des signes de menace, d'insécurité ou de peur chez son parent ; ses stratégies visant à obtenir un réconfort auprès de celui-ci sont alors condamnées à l'échec.

Un grand nombre d'études réalisées par les élèves de M. Ainsworth montrent que la qualité des premiers attachements influence les relations que l'enfant va établir ultérieurement avec d'autres personnes, comme par exemple ses maîtres ou ses camarades

d'école. Au cours de ses premières expériences sociales, l'enfant se construirait en effet une sorte de modèle de ce que l'on peut attendre des autres, modèle qui sera réutilisé lors des échanges avec de nouveaux partenaires.

Implications sur le devenir de l'enfant

La première étude sur cette question est celle dite du Minnesota, menée par Byron Egeland et Alan Sroufe (5) en 1974. Quarante enfants provenant d'une population défavorisée avaient été observés avec leur mère dans la situation étrange à l'âge de 12 mois ; ils avaient ensuite été suivis jusqu'à l'âge de 5 ans par une vingtaine d'observateurs dans une école maternelle mise sur pied pour la circonstance. Ceux des enfants qui avaient bénéficié avec leur mère d'un type d'attachement sécurisé apparaissaient comme les plus populaires dans le groupe scolaire ; ils se montraient empathiques, apaisants, sachant faire face aux difficultés et demander de l'aide lorsque c'était nécessaire ; leur estime de soi était bonne, et leurs maîtres d'école se montraient chaleureux à leur égard. Par contre, les enfants qui avaient avec leur mère un type d'attachement anxieux-évitant tendaient à se moquer de la détresse des autres ; ils semblaient mal tolérer l'expression de tels affects, et eux-mêmes évitaient d'exprimer des demandes de réconfort à l'égard des autres. Ils se montraient agressifs, recherchant l'attention mais n'obtenant que de l'hostilité. Leurs maîtres se montraient peu affectueux à leur égard. Ceux qui avaient un type d'attachement anxieux-ambivalent semblaient davantage préoccupés par eux-mêmes que par les autres, avec lesquels toutefois les frontières restaient floues ; ils pouvaient ainsi demander eux-mêmes un réconfort lorsque l'un de leurs camarades pleurait. Ils étaient souvent victimes des autres et leurs maîtres avaient avec eux un comportement infantilisant.

Ainsi l'enfant anxieux, qui aurait le plus besoin d'attention, se comporte d'une telle manière qu'il tend à être rejeté ou négligé par ce nouveau partenaire adulte, le maître d'école. En fait, l'enfant répète avec celui-ci le schéma de comportements sociaux expérimenté avec sa mère (c'est en général le seul qu'il connaisse). Les réponses des nouveaux partenaires viennent alors confirmer et renforcer les attentes de l'enfant.

Qui est responsable de la qualité de l'attachement ?

Les observations des chercheurs montrent que si certains parents ont des échanges avec leur bébé sur une vaste gamme d'affects lors des soins et des jeux, d'autres par contre tendent à négliger ou à repousser les demandes de l'enfant, ou encore à lui répondre de façon inadéquate ou imprévisible - en particulier lorsque celui-ci exprime des émotions telles que la peur, la détresse, ou encore la colère.

De nombreuses études « longitudinales », réalisées tout d'abord par M. Ainsworth puis par ses successeurs, ont montré que la sécurité de l'attachement envers un parent particulier (père ou mère) dépendait de la qualité des échanges avec ce parent durant les premiers mois de la vie. Le parent de l'enfant avec un attachement « sécurisé » répond généralement de façon adéquate aux demandes de réconfort, ce qui va permettre à l'enfant d'activer puis de désactiver ses comportements d'attachement.

Lorsque, pour quelque raison, le parent ne supporte pas les émotions négatives du bébé (peur, tristesse, colère...), et les ignore, les repousse, les transforme, l'accès de l'enfant à ses propres émotions, à son propre monde interne - invalidé par l'adulte - se trouve menacé. En d'autres termes, l'enfant risque de ne pas parvenir à identifier correctement ses propres émotions, à

représenter mentalement ses expériences émotionnelles - comme du reste celles des autres -, à les reconnaître et de là à exprimer des demandes de réconfort lorsqu'il se sent triste, menacé ou troublé (comme par exemple lors de la situation étrange).

Michael Lamb (6), qui dirige un laboratoire à l'Institut national de la santé aux Etats-Unis, défend l'idée que l'homme est, biologiquement, aussi bien prédisposé que la femme pour réagir et répondre à un bébé. Il relève également que dans le courant du second semestre de vie, le bébé ne recherche pas davantage la proximité de sa mère que celle de son père, lorsqu'on observe les partenaires mère-bébé ou père-bébé séparément (cependant, si les parents sont tous deux présents, le bébé recherche généralement davantage la proximité de la mère). Nous avons vu qu'il y avait très peu de correspondance entre la qualité de l'attachement à la mère et au père. Il s'ensuit que, dans une famille donnée, il y a de fortes chances que l'attachement aux deux parents diffère du point de vue de sa qualité. Si, pour quelque raison, la relation avec l'un des parents est défailante du point de vue de sa qualité, la présence d'une relation positive avec l'autre partenaire pourra donc jouer une fonction compensatoire.

Tout vient-il donc des parents ?

Cette théorie ne va-t-elle pas contribuer à culpabiliser les parents, désignés comme les uniques responsables du devenir de leur enfant ? Les féministes américaines ne se sont pas privées d'attaquer sur ce plan une théorie que l'on peut voir comme contribuant à « enchaîner » la mère (fréquemment figure principale d'attachement) à ses enfants.

Le bébé arrive-t-il au monde comme une « table rase », la réussite de son éducation devant être attribuée aux parents ou l'enfant arrive-t-il avec un caractère prédéterminé ? C'est le vieux débat de

l'inné et de l'acquis, renouvelé dans une opposition entre « attachement » et « tempérament », deux théories mises en compétition peut-être davantage par le public que par les scientifiques. Les travaux sur le tempérament auront un écho important chez beaucoup de parents, qui vont enfin pouvoir se sentir soulagés, puisque tout n'arrive pas « à cause d'eux ». Les scientifiques pour leur part restent généralement nuancés. La plupart d'entre eux s'accordent aujourd'hui à penser que le bébé vient au monde avec des caractéristiques propres, qui se trouveront ensuite renforcées ou atténuées au cours des interactions avec l'entourage. Ainsi par exemple un enfant irritable pourra donner à sa mère un sentiment d'incompétence et stimuler chez elle des réactions de rejet, qui ne feront qu'empirer les difficultés.

Si tout ne vient pas des parents, ceux-ci apparaissent néanmoins comme des partenaires essentiels au cours des premières années. Qu'en est-il lorsque les deux parents doivent travailler à l'extérieur et que l'enfant est confié à la crèche ou à l'assistante maternelle ? La réalité de la majorité des enfants occidentaux est bien celle d'une socialisation partagée entre divers milieux et l'on s'éloigne considérablement de l'image d'une relation exclusive avec la mère, sous-tendue par la théorie de l'attachement.

Dans notre équipe de Lausanne (7), nous avons filmé tous les trois mois (entre les âges de 3 et de 24 mois) une cinquantaine d'enfants dans diverses situations où ils étaient en relation soit avec leur mère, à la maison, soit avec leur éducatrice privilégiée ou leur assistante maternelle, sur leur lieu d'accueil. Nous avons noté l'intensité avec laquelle l'enfant cherchait à établir un contact avec l'adulte, soit par la proximité physique (ramper, appeler, pleurer jusqu'à ce que le contact soit établi), soit par le sourire ou les vocalises. Nous avons été surpris de constater que les initiatives en direction de la mère et de la personne d'accueil sont pratiquement

équivalentes. Ceci illustre l'importance du lieu d'accueil, qui constitue bien un lieu de socialisation de l'enfant, où celui-ci manifeste des comportements d'attachement. Nous avons également trouvé que l'attachement à l'accueillante ne s'oppose pas à l'attachement à la mère. Bien au contraire, les enfants ayant une bonne relation avec les personnes d'accueil sont ceux qui ont une relation positive avec leurs parents. Preuve qu'il n'y a pas de compétition relationnelle entre les parents et les éducatrices ou les assistantes maternelles.

Une série d'études conduites aux Etats-Unis, dans les faubourgs défavorisés de grandes villes, ont permis de constater que la crèche constituait un avantage pour des enfants souvent délaissés et peu stimulés par leurs familles. Ainsi la fréquentation d'un lieu d'accueil peut s'avérer positive lorsque les conditions familiales ne sont pas optimales. Malgré l'importance d'un attachement de qualité avec les parents, mise en évidence par de nombreuses études, l'enfant dans la société moderne n'est plus limité à un unique creuset d'expériences relationnelles ; ainsi, lorsque l'un des milieux est défaillant du point de vue relationnel, l'autre peut prendre le relais, pour autant qu'il soit d'une certaine qualité. Ce constat rassurant nous incite à être vigilants quant à la garantie d'un certain niveau de qualité des lieux d'accueil pour les jeunes enfants.

Et que se passe-t-il plus tard ?

Les expériences d'attachement ne s'arrêtent évidemment pas avec l'enfance. M. Main (8) a été l'une des premières à décrire les caractéristiques de l'attachement chez l'adulte. Elle ne s'est pas intéressée aux comportements d'attachement de ceux-ci, comme c'était le cas pour l'enfant, mais à leurs représentations d'attachement, en se concentrant sur les productions narratives autobiographiques des adultes, lors d'un entretien clinique

(l'« entretien d'attachement adulte »). De nombreuses études réalisées à la suite de ses travaux laissent supposer que, durant l'enfance, l'expérience d'une solidité suffisante de la relation, même lorsque des affects négatifs sont exprimés, garantirait à l'enfant (et plus tard à l'adolescent puis à l'adulte) une certaine capacité à connaître et à évoquer ses états mentaux et les inscrire dans une histoire cohérente de sa propre vie.

Ainsi, chez l'adolescent ou l'adulte, l'accès au monde intérieur, le monde des émotions, constituerait - comme chez le bébé - un facteur de sécurité, de « résilience », dans la mesure où il ouvre la possibilité de recherche de réconfort. Lors d'une étude conduite par notre équipe à Lausanne, nous avons interrogé plus de deux cents jeunes, dont une partie était des toxico-dépendants. Ces derniers rapportaient souvent une histoire d'abus et de mauvais traitements fréquemment associée à une attitude d'« *exclusion défensive* » - pour reprendre une expression de J. Bowlby, qui évoque précisément la difficulté à reconnaître ses propres émotions.

Cette attitude se trouvait à son tour liée à une revendication d'indépendance, une « autonomie compulsive » qui n'est pas sans rappeler le jeune enfant avec un attachement anxieux-évitant, manifestant une indépendance forcée.

Nous avons trouvé que cette exclusion défensive des émotions, à la suite des mauvais traitements dans l'enfance, constitue un facteur de risque de toxicomanie. Réciproquement, lorsqu'un certain accès aux émotions a pu être préservé en dépit de l'expérience de violence durant l'enfance, le risque de développer des comportements toxico-dépendants semblait réduit.

La caractéristique d'une relation positive est donc le partage des émotions grâce auquel l'enfant - ou l'adulte - acquerra cette certitude qu'il a bien un monde intérieur, que ce qu'il ressent est « partageable » avec les autres individus, donc qu'il a une

subjectivité, et les autres également. L'accès au monde des émotions permettra à l'individu d'insérer émotions et affects dans un flux de pensée, dans une narration autobiographique, qui pourra donner sens aux événements, aux séparations, aux traumatismes, et qui peut-être l'aidera à se protéger contre les effets dévastateurs de ceux-ci. L'individu, explorateur de son propre monde interne, va pouvoir peu à peu auto-organiser sa pensée, gagner en autonomie émotionnelle.

A l'image de l'astronaute qui explore les régions les plus inhospitalières de l'univers mais dont la survie dépend du maintien d'un lien avec sa base, la théorie de l'attachement met ainsi en évidence qu'être autonome, être soi, ne signifie pas être sans liens.

Blaise Pierrehumbert

Psychologue, spécialiste de la théorie de l'attachement, il exerce au Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent et enseigne à l'université de Lausanne. Auteur notamment de ***Le Premier Lien. Théorie de l'attachement***, Odile Jacob, 2003.

NOTES

1. H.F. Harlow, « The nature of love », *American Psychologist*, vol. XIII, 1958 ; J. Bowlby, « The nature of the child's tie to his mother », *International Journal of Psychoanalysis*, vol. XXXIX, 1958.
2. J. Bowlby, *Attachement et perte*, rééd. Puf, 3 vol., 2002.
3. M.D. Ainsworth *et al.*, *Patterns of Attachment: A psychological study of the strange situation*, Hillsdale/Lawrence Erlbaum, 1978.
4. M. Main et J. Solomon, « Discovery of an insecure disorganized/disoriented attachment pattern: Procedures, findings and implications for the classification of behavior », in T.B. Brazelton et M.W. Yogman (dir.), *Affective Development in Infancy*, Norwood/Ablex, 1986.
5. L.A. Sroufe, « The coherence of individual development. Early care, attachment, and subsequent developmental issues », *American Psychologist*, vol. XXXIV, n° 10, octobre 1979.
6. M.E. Lamb, « The development of mother-infant and father-infant attachments in the second year of life », *Developmental Psychology*, vol. XIII, 1977.
7. B. Pierrehumbert, *Le Premier Lien. Théorie de l'attachement*, Odile Jacob, 2003.
8. M. Main, N. Kaplan et J. Cassidy, « Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation », in I. Bretherton et E. Waters (dir.), « Growing points of attachment. Theory and research », *Monographs of the Society for Research in Child Development*, vol. L, n° 1-2, 1985.

Environnement social et développement de l'enfant

Les parents comptent-ils pour du beurre ?

En 1995, une psychologue américaine, Judith Rich Harris, remet en cause la façon dont les psychologues ont étudié le développement de l'enfant. Dans un article publié par la prestigieuse *Psychological Review*, suivi deux ans plus tard d'un *best-seller* (1), cette ancienne rédactrice de manuels universitaires ne conteste rien moins que les fondements de la psychologie traditionnelle. A l'hypothèse communément admise du primat de l'éducation parentale sur le développement de l'enfant, J. Rich Harris substitue ce qu'elle appelle une « *théorie de la socialisation par le groupe* » .

Pour elle, la psychanalyse - qui va chercher l'origine des difficultés des adultes dans leurs rapports à leurs parents - et le comportementalisme - qui voit l'enfant comme une cire molle façonnée par sa famille - font fausse route. Les véritables déterminants de la personnalité des enfants seraient, selon la psychologue, les gènes reçus de leurs parents et les groupes de pairs qu'ils côtoient (camarades de classe, enfants du quartier...). Le rôle des gènes aurait été négligé, laissant croire que les rapports parents/enfants se jouent à sens unique.

Des questions sans réponse

En réalité, le comportement du nouveau-né, commandé par ses gènes, influence tout autant l'attitude de la mère à son égard, explique J. Rich Harris. Un bébé souriant est plus souvent câliné, un enfant grincheux agace, et les parents n'y peuvent rien...

L'influence de l'environnement n'est pas non plus celle que l'on croit : l'enfant forge sa personnalité, ses goûts et son caractère dans le champ social, hors la famille, dit-elle.

Avant de démonter le « **dogme idéologique** » du primat de l'éducation parentale, J. Rich Harris a décortiqué plusieurs centaines de travaux de psychologues, de généticiens, d'anthropologues, d'éthologues et de sociologues. Ses arguments prennent appui non pas sur la recherche universitaire en psychologie, dont elle pointe les défaillances, mais sur une analyse de l'évolution sociale de l'humanité, émaillée de quelques questions pertinentes laissées sans réponse : pourquoi les enfants d'immigrés apprennent-ils plus de leur culture d'accueil que de leurs propres parents ? Que dire des résultats différents observés dans une fratrie pour une éducation en apparence identique ?

J. Rich Harris bouscule les repères, dans l'espoir non dissimulé d'alléger cette « **culpabilité infligée depuis près d'un siècle aux parents** » . Critiquée pour son impertinence et son intransigeance, cette approche a permis de mettre au jour l'un des phénomènes clés de la société occidentale : le rôle croissant des pairs dans le développement de l'enfant.

Hélène Vaillé

NOTES

1 J. Rich Harris, *Pourquoi nos enfants deviennent ce qu'ils sont. De la véritable influence des parents sur la personnalité de leurs enfants*, Robert Laffont, 1999.

