

DOSSIER " PETITE ENFANCE ET PROMOTION DE LA SANTÉ "

L'attachement comme facteur essentiel de bon développement

L'enfant développe très tôt des " stratégies d'attachement " pour que l'on s'occupe de lui. Il fait preuve de capacités d'adaptation considérables, repérant instinctivement ce à quoi sont sensibles ses proches. Il préférera même un rapport négatif à ses parents plutôt qu'une absence d'interaction. Ce qui est essentiel pour lui : se sentir pris en charge et protégé, par ses parents bien sûr, sinon sa famille plus large ou des adultes extérieurs. L'enfant agit en fonction de ce qui optimise sa propre protection. Raphaële Miljkovitch, docteur en psychologie, analyse ces mécanismes d'attachement.

 [Imprimer l'article](#)

Raphaële Miljkovitch

Docteur en psychologie,
professeur, université
Paris-Ouest - Nanterre La
Défense, chef de projets de
recherche, Institut
mutualiste Montsouris,
thérapeute familiale, Centre
Monceau, Paris.

Note

1. La référence au " parent " renvoie ici à toute personne qui fournit à l'enfant les soins indispensables à son développement.

Références bibliographiques

(1) Bowlby J. *Attachement et perte. 1 : L'attachement ; 2 : La séparation, angoisse et colère ; 3 : La perte, tristesse et dépression.* Paris : Puf, coll. Le fil rouge, 1978. Vol. 1 (2002, 544 p.), vol. 2 (2007, 560 p.) ; vol. 3 (2006, 608 p.).

(2) Miljkovitch R. *L'attachement au cours de la vie.* Paris : Puf, coll. Le fil rouge, 2001 : 288 p.

(3) Bowlby J. *Forty-four juvenile thieves: Their characters and home life.* International journal of psycho-analysis 1944; (25)19-52: 107-27.

(4) Pour une revue de la littérature sur les spécificités du père par rapport à la mère, voir

L'attachement est un besoin primordial de l'enfant. Pour survivre, il a besoin d'au moins un adulte qui veille sur lui et le protège. Grâce aux réponses de ce dernier à ses manifestations de détresse, le bébé apprend progressivement à surmonter la peur. La présence de l'adulte lui permet en outre d'appivoiser un environnement qui lui est au départ inconnu. En s'exposant en toute sécurité au monde, tant physique que social, l'enfant se familiarise avec les différentes choses et personnes qui l'entourent. Lorsque l'accompagnement parental¹ fait défaut, il ressent une anxiété importante, qui nuit à son développement et peut précipiter la survenue de symptômes (1).

Le minimum vital : la relation dyadique

Afin de grandir harmonieusement, l'enfant a donc besoin à tout instant de se sentir en sécurité. Dès que celle-ci lui paraît menacée, que ce soit en raison d'une sensation désagréable qu'il ne comprend pas ou d'un aspect effrayant de l'environnement, il agit de façon à favoriser un rapprochement de l'adulte. Dès sa naissance, le bébé dispose d'un répertoire de comportements innés (tels que les cris), qui ont généralement pour effet d'interpeller et mobiliser le parent. Toutefois, il arrive que ces tendances naturelles ne suffisent pas à obtenir la sécurité recherchée. Dans ce cas, l'enfant en modifie l'expression.

La manière dont l'enfant ajuste son comportement en vue de s'assurer de la présence de l'adulte dépend de la façon dont ce dernier réagit à ses demandes. Tout se passe comme si au moins l'un des deux membres de la dyade devait veiller à ce qu'il ne coure aucun risque. Généralement, le parent assume la responsabilité d'intervenir, si besoin est, et l'enfant n'a pas besoin d'être continuellement sur le qui-vive. Il lui suffit de lui signaler son besoin d'être rassuré quand il se trouve dans une situation alarmante. Son comportement (cris, agitation, etc.) a pour effet de faire venir l'adulte, ce qui fait disparaître sa détresse. À travers l'expérience répétée de ce genre de scénario, l'enfant apprend qu'il peut compter sur lui en cas de besoin et développe un sentiment de confiance et de tranquillité : on dit d'un tel enfant qu'il est " écure ". Il arrive toutefois, pour des raisons diverses, que le parent n'assure plus tout à fait cette fonction (2). Il revient alors à l'enfant de rester vigilant quant aux conditions de sécurité et de trouver des moyens qui lui permettent de pallier les manquements de l'adulte.

Tout faire pour préserver le lien

Les enfants, même petits, développent des stratégies variées, appelées " stratégies d'attachement ", pour parvenir à ce que l'on s'occupe d'eux. Aussi jeune soit-il, l'enfant saisit très bien les attentes de ses parents. Bien que, bébé, il n'ait pas encore la capacité de se mettre à la place d'autrui, il constate que certains de ses comportements sont mieux reçus que d'autres. Par exemple, si,

pris dans les bras d'une autre femme, il se montre souriant et que sa mère s'empresse alors de le reprendre en le consolant, il comprendra que les autres personnes sont susceptibles de lui nuire et qu'il doit s'en tenir à l'écart. Même si les réactions de sa mère sont décalées par rapport à ce qu'il ressent véritablement, l'enfant va tout de même accepter ce qu'elle lui communique, car il s'en remet à elle (ou plus généralement à ses " donneurs de soins ") pour déterminer ce qui est le mieux pour lui. Très réceptif à ce qui lui déplaît, l'enfant cherche à ne pas la contrarier et risquer de compromettre le lien affectif qui existe entre elle et lui. Il apprend vite à éviter de provoquer chez elle des réactions négatives, qui éveilleraient en lui un sentiment d'insécurité. À l'inverse, le bébé remarque aussi ce qui est apprécié par ses parents et les met dans de bonnes dispositions.

Cela étant, J. Bowlby (3) estimait qu'il valait mieux avoir une " mauvaise mère " que pas de mère du tout. Nous n'aborderons pas ici la question de la place de la mère par rapport à d'autres adultes en ce qui concerne la fonction d'attachement (4) mais, d'une manière générale, on constate effectivement que les enfants préfèrent un rapport négatif avec leurs parents à une absence totale d'interaction. Parfois, le simple fait de réussir à attirer l'attention sur soi, même si cela donne lieu à un échange violent ou douloureux, peut sembler relever de l'attachement. Qu'il soit bienveillant ou non, un parent reste, aux yeux de l'enfant, le havre de sécurité vers lequel se tourner en cas de peur. Tant qu'il n'est pas suffisamment mature pour se prendre en charge tout seul ou qu'il n'a pas la possibilité de se réfugier ailleurs, un tout-petit, même maltraité, reste aux côtés de ses parents. De son point de vue, c'est ce qui est le plus favorable à sa survie. Pour cette raison, les comportements qui permettent au minimum d'attirer l'attention sur soi et, au mieux, d'obtenir du parent une attitude protectrice ou réconfortante peuvent être considérés comme des comportements d'attachement (5). Le plus naturel consiste à signifier sa détresse par des cris ou des pleurs. Mais, lorsque ces signaux donnent lieu à un rejet, l'enfant peut alors éviter le parent pour ne pas représenter un poids pour lui ; il le met ainsi dans de meilleures dispositions. Une inversion des rôles où l'enfant se préoccupe du bien-être de l'adulte peut être un autre moyen de maintenir une forme de contact. Dans certaines circonstances, pour qu'on le remarque, l'enfant peut aussi en arriver à faire des crises. Même si cela donne lieu à un échange négatif, cela paraît préférable à une absence de lien (6).

L'enfant peut aussi s'apercevoir que d'autres comportements, dont la finalité n'était pas, initialement, d'attirer le parent, peuvent néanmoins avoir cet effet. Par exemple, en se faisant mal accidentellement, il peut constater que l'adulte lui vient en aide, alors qu'il ne le fait pas autrement. Les blessures peuvent ainsi lui paraître d'une importance secondaire à côté du réconfort qu'elles permettent d'obtenir. L'enfant peut alors très vite user de ce type de comportement afin d'inciter l'adulte à s'occuper de lui. Ce qui est d'autant plus susceptible de se produire que des demandes plus directes ne parviennent pas à lui procurer les soins attendus. En somme, pour agir sur le parent de manière à trouver une réponse à ses besoins, l'enfant peut aussi développer des " stratégies d'attachement masquées ", en reproduisant des conduites autres, dont il s'est rendu compte qu'elles permettaient de mieux accéder à lui. Celles-ci peuvent aller de la prise de risques aux plaintes somatiques, en passant par l'agressivité.

Les autres membres de la famille ont aussi leur importance

Ce qui est essentiel pour un enfant, c'est de se sentir pris en charge et protégé. Bien sûr, un attachement à ses deux parents est optimal mais, lorsqu'un des parents est défaillant, l'intervention de l'autre parent peut plus ou moins combler les manques occasionnés par cette relation (7). Cela atténue ses effets délétères au niveau de l'équilibre psychologique de l'enfant mais aussi au niveau des liens qu'il tisse au cours de son développement. À la différence de la personne qui n'a connu que des relations difficiles au sein de sa famille, celle qui a bénéficié d'un soutien stable et rassurant arrive à concevoir les relations en termes positifs.

L'impact négatif de l'insécurité dans la relation au parent peut donc être minimisé si l'enfant peut trouver au sein de sa famille un tiers sécurisant. On sait déjà que, s'il s'ajuste à chacune de ses figures d'attachement en fonction de leurs réactions spécifiques (8), il tient aussi compte de l'ensemble de son environnement dans son processus d'adaptation (5). Par exemple, il réagira très différemment à un père maltraitant selon qu'il vit seul avec lui, que sa mère cautionne les agissements de son mari ou qu'au contraire elle s'oppose à lui. L'enfant agit en fonction de ce qui optimise sa propre protection. C'est ainsi que, face à un père violent, si la mère n'est pas en mesure de le protéger, il aura meilleur intérêt à se montrer positif (ce qui peut l'amener à idéaliser son père) qu'à se montrer révolté et risquer de provoquer en lui encore plus de comportements hostiles. Il en ira tout autrement si la mère intervient.

Miljkovitch R., Pierrehumbert B.
Le père est-il l'égal de la mère ?
Considérations sur
l'attachement père-enfant.
Cahiers critiques de thérapie
familiale et de pratiques de
réseaux, 2005 ; 35 : 115-29.

(5) Miljkovitch R. *Les fondations*
du lien amoureux. Paris : Puf,
coll. Le lien social, 2009 : 232
p.

(6) Miljkovitch R. *Les troubles*
de l'attachement. Journal des
professionnels de l'enfance,
2004 ; 31 : 63-4.

(7) Howes C., Spieker S.
Attachment relationships in the
context of multiple caregivers.
In: Cassidy J., Shaver P.R.
(Eds.). *Handbook of*
attachment. Theory, research,
and clinical applications. NY:
Guilford, 2008: 317-32.

(8) Fox N.A., Kimmerly N.L.,
Schafer W.D. *Attachment to*
mother/Attachment to father: A
meta-analysis. Child
development 1991; 62:
210-25.

(9) Lecomte J. *Guérir de son*
enfance. Paris : Odile Jacob,
2004 : 382 p.

(10) Lighezzolo J., Tychev (de)
C. *La résilience. Se*
(re)construire après le
traumatisme. Paris : éditions In
press, 2004 : 120 p.

(11) Zeanah C., Boris N.W.,
Lieberman A.F. Attachment
disorders of infancy. In:
Sameroff A.J., Lewis M., Miller
S.M. (Eds.). *Handbook of*
developmental
psychopathology, (2nd ed.).
New York: Kluwer
Academic/Plenum publishers,
2000: 293-307.

Par ailleurs, l'entrée dans l'adolescence peut être un de ces facteurs qui amènent l'enfant à se rendre compte de la situation dans laquelle il se trouve. Outre le développement de ses capacités cognitives, qui lui ouvre de nouvelles perspectives et lui procure une certaine autonomie de pensée, l'adolescent n'est plus totalement dépendant de ses parents pour assurer sa survie. Leur proximité ne lui est plus indispensable. Par conséquent, si la vie de famille présente certains risques en raison, par exemple, de la violence qui y règne, ceux-ci ne sont plus nécessairement compensés par ce que les parents peuvent lui apporter sur d'autres plans en termes de minimum vital (ne serait-ce qu'un toit). Si, de plus, l'enfant trouve d'autres personnes susceptibles de l'aider, il sera d'autant moins enclin à rester sous leur emprise. Dans ce contexte, une solidarité entre frères et sœurs peut se développer et lui permettre de faire front face aux adultes. L'accès aux grands-parents peut également servir d'appui. La possibilité d'établir une relation extérieure à celle avec le(s) parent(s) défaillant(s) rend celle-ci moins cruciale pour s'assurer de sa propre protection.

Les ressources à l'extérieur de la famille

Les relations que l'enfant établit en dehors de la famille participent aussi à son bon développement (9, 10). En particulier, s'il est gardé par une nourrice, une auxiliaire de puériculture ou une baby-sitter, il s'en remet totalement à elle pendant la garde pour qu'elle lui apporte les soins dont il a besoin. S'il n'arrive pas à être rassuré dans sa famille, ce type de relation aura d'autant plus d'importance qu'elle estompe l'influence néfaste des liens familiaux et lui apporte un modèle de relation plus positif, qui teinte sa vision des rapports interpersonnels. Les moments partagés avec elle sont autant de moments qui contribuent eux aussi de manière significative à son développement.

Ces personnes extérieures peuvent aussi jouer un rôle dans la qualité des interactions entre l'enfant et sa famille. Elles peuvent en particulier repérer certains comportements problématiques chez l'enfant et orienter les parents vers les instances compétentes pour qu'ils puissent être aidés dans leurs difficultés. Si l'enfant se comporte avec n'importe quel adulte comme s'il s'agissait d'un parent, s'il se met en danger en présence de sa mère ou de son père, si de manière persistante il est incapable de s'en détacher et ressent une peur extrême face aux étrangers, s'il est excessivement agressif, il convient de s'interroger par rapport à la qualité de l'attachement établi au sein de son foyer (11).

Conclusion

En bref, l'enfant fait preuve d'incroyables capacités d'adaptation pour inciter ses proches à s'occuper de lui, repérant de manière instinctive ce à quoi ils sont sensibles. En outre, il a beaucoup de ressources pour trouver dans son environnement les personnes qui vont lui permettre d'obtenir la protection et l'aide dont il a besoin. Par conséquent, plus il est entouré de personnes susceptibles de lui apporter les soins nécessaires, plus il aura de chances de trouver la sécurité. Bien sûr, la relation à la principale figure d'attachement (généralement la mère), parce qu'elle est durable et quotidienne, joue un rôle essentiel. Son poids va cependant varier en fonction des autres relations que l'enfant établit, à commencer par celle avec l'autre parent, mais aussi celles avec des adultes en dehors de la famille nucléaire.