



Un bébé est né : et si on parlait d'attachement ?

Par Christine Acheroy, chargée de recherche et de formation au CERE asbl

Seul l'enfant qui a construit un attachement sûr se montre capable d'ouverture sociale, c'est-à-dire [...] d'utiliser l'autre, l'étranger, comme un point d'appui, de coopération et d'exploration.

Guédénéy Antoine¹

Des bébés... en lien

Le tout-petit naît incapable de se débrouiller seul mais disposerait d'un répertoire inné de comportements résultant d'un processus d'évolution millénaire orienté vers sa survie : pleurer, crier, sourire, babiller ou s'agripper... Ces comportements auraient pour objet la recherche et le maintien de la proximité des personnes qui l'entourent et favoriseraient chez celles-ci des comportements de soins à son égard.

Mais qu'est-ce qu'un comportement de soins ? Au-delà des actes techniques, ce sont aussi – et peut-être surtout – des gestes significatifs qui répondent aux besoins fondamentaux, affectifs et psychiques, de l'enfant. Notons, par exemple, que les tout-petits sont incapables de réguler leurs émotions seuls et qu'un débordement émotionnel peut constituer une menace pour leur équilibre physiologique.

Dans notre monde occidental, les adultes voient souvent le côté mignon des bébés et imaginent qu'ils ont une vie facile, puisqu'ils-elles s'occupent d'eux. Mais Nicole Guédénéy² rappelle : « ce que nous avons oublié, sauf ceux qui s'occupent de très jeunes enfants, c'est combien la vie d'un bébé humain est loin d'être un long fleuve tranquille ! C'est plutôt une succession de tsunamis émotionnels, d'ouragans de colère, de tempêtes de détresse et d'impuissance et cela, dès la naissance³ ».

¹ Pédopsychiatre, professeur de psychiatrie de l'enfance et de l'adolescence, président de l'Association mondiale de santé du nourrisson (WAIMH) et rédacteur en chef de la revue *Devenir*. Source : GUÉDENEY, Antoine, GRASSO, Francesco, STARAKIS, Nafsica, 2004. « Le séjour en crèche des jeunes enfants : sécurité de l'attachement, tempérament et fréquence des maladies ». *La psychiatrie de l'enfant* [en ligne]. 2004/1 (Vol. 47), p. 284. [Consulté le 7 mai 2024]. Disponible à l'adresse : <https://www.cairn.info/revue-la-psychiatrie-de-l-enfant-2004-1-page-259.htm>

² Pédopsychiatre, spécialiste de l'attachement.

³ GUÉDENEY, Nicole, 2017. « L'attachement : la construction du sentiment de tranquillité chez le très jeune enfant ». In : *L'intranquillité. Dénier ou réalité ?* [en ligne]. René Frydman éd. Paris cedex 14, Presses Universitaires de France, « Hors collection », p. 19-25. [Consulté le 7 juin 2024]. Disponible à l'adresse : <https://www.cairn.info/l-intranquillite--9782130786474-page-19.htm>

Les découvertes en psychologie du développement et en neurosciences montrent d'ailleurs que « développer les mécanismes de la régulation de la peur est une des tâches prioritaires du bébé humain⁴ ». C'est pourquoi l'attachement semble un processus central au cœur de la vie des bébés.

Le bébé « s'attache » à certaines personnes

L'attachement, selon la théorie qui porte ce nom, est une dimension particulière du lien affectif que l'enfant développe envers certaines personnes et qui s'active en situation d'inconfort, de stress ou de détresse⁵.

L'enfant qui ressent des émotions comme la peur, le mal-être, la colère... se tournera vers sa figure d'attachement la plus proche ou la préférée, pour retrouver un sentiment de calme et de sécurité⁶. Dès que celle-ci le la rassurera, ses comportements d'appel cesseront. L'enfant retrouvera alors les ressources nécessaires pour explorer son environnement. La sécurité et l'exploration sont ainsi les deux pôles de la théorie de l'attachement.

De la naissance à environ deux mois, les signaux du tout-petit sont les mêmes à l'égard des différentes personnes de son entourage. Mais dès deux mois et jusque sept ou huit mois, l'enfant fait la distinction entre elles et développe de nouveaux comportements selon les dynamiques relationnelles qu'il-elle vit avec chacune d'elles : l'inné s'enrichit d'acquis, formant un système de comportements d'attachement propre à chaque enfant⁷.

Les relations d'un-e enfant avec chacune de ses figures d'attachement sont ainsi toutes singulières. Par conséquent, l'enfant insécurisé-e se tournera vers l'une ou l'autre en fonction de leurs caractéristiques mais aussi des contextes dans lesquels l'interaction a lieu⁸. Par exemple, il-elle pourra être plus sécurisé-e avec sa mère à l'heure de dormir mais plus sécurisé-e avec son père dans l'eau.

La dynamique interactionnelle du processus d'attachement

L'attachement se construit à travers les interactions entre le tout-petit et ses partenaires. Celles-ci commencent dès la naissance. Car, comme les recherches récentes le montrent, le nouveau-né dispose d'habiletés précoces et est déjà un partenaire actif dans la relation. Et c'est par le biais des interactions que les capacités innées du bébé vont pouvoir se développer. Sept grands secteurs sont concernés⁹ :

⁴ GUÉDENEY, 2017.

⁵ GUÉDENEY, Nicole, 2016. « La conférence de la pédopsychiatre Nicole Guédénéy sur l'attachement ». Psycho essentielle [en ligne]. Youtube, 23 mars 2016. [Consulté le 7 mai 2024]. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=8RfVJdY2DFo>

⁶ GUÉDENEY, 2022, p. 5.

⁷ ZAUCHE-GAUDRON, 2024. « La toute petite enfance : un temps fondamental du développement de l'enfant ». Formation Érés.

⁸ ZAUCHE-GAUDRON, 2024.

⁹ GUÉDENEY, Antoine, 2023. « Un bébé n'attend pas. Repérer, soigner et prévenir la détresse du tout petit ». Intervention au colloque organisé par Aire libre asbl. « Ces bébés qui nous questionnent ». Bruxelles, 23 mars 2023.

- rentrer en contact avec l'autre et faire preuve d'empathie ;
- réguler ses émotions ;
- développer de l'attachement et donc la capacité à faire appel à la relation à l'autre pour s'apaiser ;
- inhiber une réponse impulsive, motrice ou mentale ;
- maintenir de l'attention ;
- coopérer de manière gratuite avant le langage ;
- dire « je », penser la pensée de l'autre, se décentrer, être capable de mentalisation.

Par ailleurs, le développement du tout-petit est fulgurant : « le développement cérébral précoce, notamment avant 3 ans, est extraordinaire. Ce développement est puissant, et autocorrectif, mais il comporte des périodes sensibles, qui sont donc des périodes de vulnérabilité du développement¹⁰ ». C'est pourquoi il faut regarder très vite, nous dit Antoine Guédénéy – les premiers jours, les premières semaines – comment fonctionnent les interactions entre le bébé et ses partenaires. Quand elles sont en synchronie, cela génère chez l'un·e et l'autre du plaisir et enclenche une dynamique de communication et de co-adaptation qui favorise à la fois la sensibilité des parents et l'expressivité du bébé¹¹. Ainsi, « dès la naissance, le plaisir partagé est un facteur majeur de résilience du développement précoce¹² ».

Face aux signaux émis par l'enfant, le partenaire « sensible » cherchera à leur donner une interprétation correcte – pas nécessairement réussie du premier coup !¹³ – et à y répondre de manière adéquate dans un délai acceptable pour l'enfant¹⁴. Au fur et à mesure que ce schéma se répète, celui-celle-ci pourra progressivement prévoir qu'il-elle sera soutenu·e en cas de besoin, ce qui le rassurera. Cette situation type est représentative d'un processus de construction d'un attachement sécure. Ce processus peut néanmoins prendre d'autres formes selon les contextes.

Les styles d'attachement

Au-delà de l'attachement sécure, la théorie de l'attachement distingue trois autres styles d'attachement. Les styles d'attachement reflètent les prédispositions de l'enfant, son tempérament et la cohérence des réponses de ses partenaires en situation de stress¹⁵. Élaborés sur base des

¹⁰ GUÉDENEY, Antoine, 2021. « Postface. Mes propositions pour les 1 000 premiers jours », dans : Joanna Smith éd., *Le GRAND livre des 1000 premiers jours de vie. Développement • Trauma • Approche thérapeutique*. Paris, Dunod, « Hors collection ». p. 305-320. [Consulté le 15 mai 2024]. Disponible à l'adresse :

<https://www.cairn.info/le-grand-livre-des-1000-premiers-jours-de-vie--9782100820245-page-305.htm>

¹¹ Rapport de la Commission des 1000 premiers jours, 2020 : « Les 1000 premiers jours. Là où tout commence » [en ligne]. p. 20. [Consulté le 15 mai 2024]. Disponible à l'adresse :

<https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport-1000-premiers-jours.pdf>

¹² GUÉDENEY, Antoine, 2023.

¹³ Si un tout-petit pleure, la figure d'attachement pourra envisager les différentes causes de ces pleurs et successivement le prendre, lui parler, le bercer, le changer, lui donner à boire...

¹⁴ Ce sont les quatre phases du *care*, telles que définies par Joan Tronto et Berenice Fischer. Plus d'informations, voir : TRONTO, Joan C, 2008. « Du care ». *Revue du MAUSS* [en ligne]. (n° 32), p. 243-265. [Consulté le 7 mai 2024]. Disponible à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-du-mauss-2008-2-page-243.htm>

¹⁵ DUGRAVIER Romain, BARBEY-MINTZ Anne-Sophie, 2015. « Origines et concepts de la théorie de l'attachement ». *Enfances & Psy* [en ligne]. 2015/2 (N° 66), p. 19. [Consulté le 9 juin 2024]. Disponible à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-enfances-et-psy-2015-2-page-14.htm>

comportements observés chez les enfants, ils ont donné lieu à une classification selon quatre modalités : sécuritaire, insécuritaire évitant (détaché), insécuritaire ambivalent (résistant ou préoccupé) et insécuritaire désorganisé (désorienté ou craintif)¹⁶. Nous les décrivons brièvement :

– L’attachement de type sécuritaire : l’enfant exprime son mal-être par des comportements d’appel – des pleurs ou des cris, par exemple – lorsqu’il-elle est en situation de stress ou de détresse. Il-elle s’apaise facilement à l’approche de sa figure d’attachement ;

– L’attachement de type insécuritaire évitant : en situation de stress, l’enfant ne fait pas appel à autrui, ressenti comme peu fiable ou peu disponible. Il-elle ne montre pas sa détresse émotionnelle et affiche un faux air d’autonomie ;

– L’attachement de type insécuritaire ambivalent ou résistant : l’enfant en situation de stress recherche activement sa figure d’attachement tout en étant inquiet parce qu’il-elle la ressent peu fiable. Il-elle exagère parfois ses cris et ses pleurs, n’est pas facilement réconforté-e par sa présence et peut montrer un rejet coléreux envers elle lorsqu’elle se montre sensible et disponible ;

– L’attachement désorganisé : en situation de stress ou de détresse, l’enfant adopte simultanément des comportements contradictoires qui ne semblent relever d’aucune stratégie. Il-elle peut, par exemple, s’approcher de sa figure d’attachement avec la tête détournée. Ces comportements sont observés notamment dans des situations où la figure d’attachement est terrifiée et/ou terrifiante.

Notons que les formes d’attachement dites inséculaires ne sont pas des pathologies mais des stratégies adaptatives que des enfants développent face aux situations relationnelles qu’ils-elles vivent de manière récurrente avec leurs donneu·r·ses de soins¹⁷.

Construire des modèles de soi, des autres et des interactions

Les interactions que l’enfant vit au quotidien durant les premiers mois de sa vie avec les personnes qui l’entourent sont essentielles car c’est à partir d’elles que le tout-petit va élaborer à la fois une représentation de l’autre, une représentation de lui-elle-même et des modèles de fonctionnement des relations sociales ; ce que l’on appelle des « modèles internes opérants » (MIO)¹⁸. Ces représentations commenceraient à s’établir entre six et neuf mois et se stabiliseraient vers cinq ou six ans. Elles auraient un impact non seulement sur le développement de l’enfant mais également sur ses relations

¹⁶ DUGRAVIER, BARBEY-MINTZ, 2015, p. 20.

¹⁷ DUGRAVIER, BARBEY-MINTZ, 2015, p. 19.

¹⁸ Cette notion, introduite par le psychologue Kenneth Craik (1943), a été reprise par Bowlby (1980) pour décrire le fonctionnement de l’individu dans ses relations interpersonnelles. « On distingue typiquement un Modèle Interne Opérant basé sur autrui et un Modèle Interne Opérant basé sur soi. Le MIO basé sur autrui contient la confiance que le nourrisson confère aux personnes de référence en situation d’insécurité. Le MIO basé sur soi contient la valeur attribuée à soi en tant que personne digne de soin et d’amour ». SPERANZA, Mario, DEBBANÉ, Martin, 2021. « Attachement, mentalisation et conséquences des contextes d’adversité ». *Bulletin de l’Académie Nationale de médecine* [en ligne]. Volume 205, N° 8, Octobre 2021, p. 912-920. [Consulté le 7 mai 2024]. Disponible à l’adresse : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001407921002867>

tout au long de sa vie¹⁹, en influant sur la manière de se percevoir, de percevoir les choses, de les anticiper et de se comporter²⁰. Le mode d'attachement aurait donc un impact à long terme sur la construction identitaire et les interactions sociales. Concrètement, à travers les interactions récurrentes avec son entourage, l'enfant pourra développer une image de lui-elle-même comme « plus ou moins digne d'amour, et de l'autre comme plus ou moins aimant-e, fiable...²¹ ». Il-elle développera par conséquent une confiance en lui-elle plus ou moins grande et une confiance en autrui plus ou moins forte : deux éléments qui auront un impact sur son estime de soi et sa sociabilité. Ainsi, il semblerait « qu'un enfant dont les MIO contiennent des perceptions négatives de lui-même aura tendance à avoir des attentes négatives de son milieu socio-affectif et pourra agir de façon agressive²² ».

La qualité de l'attachement jouerait par ailleurs un rôle essentiel dans le développement de la « confiance épistémique » – concept développé par Peter Fonagy²³ – c'est-à-dire « la capacité à attribuer à une source d'information une valeur pertinente pour le soi et généralisable au monde²⁴ ». Cette confiance serait à la base des apprentissages en situation sociale et de manière plus générale de la transmission et de l'internalisation des savoirs culturels²⁵.

La construction de l'attachement, un processus en contexte : les écosystèmes

De deux à sept ou huit mois, c'est donc, comme nous l'avons vu, la période où l'enfant construit des relations différenciées avec ses partenaires. Tout adulte – et même tout enfant – réceptif, engagé dans une relation continue, durable, affective et sensible avec le tout-petit est susceptible de devenir une de ses figures d'attachement.

Mais au-delà des individus, pour comprendre les tenants et aboutissants de ce processus d'attachement, il est nécessaire de le situer dans un contexte social plus large. La perspective écosystémique prend en compte le développement de l'enfant en interaction avec ses milieux familiaux, extrafamiliaux et de façon plus large, avec l'environnement social et économique²⁶. Elle situe

¹⁹ SPERANZA, DEBBANÉ, 2021, p. 917. Impact n'est pas synonyme de déterminisme, comme le spécifient Chantal Zaouche-Gaudron et Nicole Guédenay. Néanmoins, si de nouvelles représentations peuvent se superposer aux anciennes, elles ne les effaceraient pas. Source : GUÉDENEY, 2022.

²⁰ MILJKOVITCH, Raphaëlle, 2017. « La théorie de l'attachement : John Bowlby et Mary Ainsworth ». [Consulté le 7 mai 2024]. Disponible à l'adresse :

https://www.researchgate.net/profile/Raphaele-Miljkovitch-2/publication/319955616_La_theorie_de_l'attachement_John_Bowlby_et_Mary_Ainsworth/links/59c38c0c458515af3065e44b/La-theorie-de-lattache-ment-John-Bowlby-et-Mary-Ainsworth.pdf

²¹ MILJKOVITCH, 2017, p. 28.

²² URBAIN-GAUTHIER, Nadine, WENDLAND, Jaqueline, 2014. « Tempérament, attachement et troubles du comportement chez les jeunes enfants : une revue ». *Devenir* [en ligne]. 2014/3 (Vol. 26), p. 218. [Consulté le 9 juin 2024]. Disponible à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-devenir-2014-3-page-205.htm>

²³ Psychologue et psychanalyste.

²⁴ SPERANZA, DEBBANÉ, 2021, p. 919.

²⁵ SPERANZA, DEBBANÉ, 2021, p. 919.

²⁶ Nous reprenons, dans les lignes qui suivent, le modèle écosystémique développé par Urie Bronfenbrenner et utilisé par Chantal Zaouche-Gaudron dans son analyse du processus d'attachement. Source : ZAUCHE GAUDRON, Chantal, 2019. « Une approche écosystémique des relations d'attachement : l'exemple des jeunes enfants en situation de pauvreté ». In : *L'attachement aujourd'hui : parentalité et accueil du jeune enfant*. Pierrehumbert, Blaise, (dir.). Éditions Philippe Duval, Paris, p. 99 à 115.

l'enfant au cœur de sphères, imbriquées les unes avec les autres et qui, de la plus proche à la plus lointaine, influent toutes sur son développement.

Ainsi, l'environnement le plus proche de l'enfant – généralement sa famille – est le *micro-système* où émerge le processus d'attachement. Mais il n'est pas le seul à participer à sa construction. D'autres *micro-systèmes*, comme le milieu d'accueil, peuvent exister. Ces deux systèmes s'articulent entre eux à travers les interactions entre la famille et la crèche.

Un autre système²⁷ fait référence aux étapes du développement de l'enfant mais aussi aux événements de vie ordinaires – comme le sevrage, le début de la marche, l'entrée à la crèche ou à l'école... – ou moins ordinaires – un déménagement, un deuil, une perte d'emploi des parents – qui interagissent également avec les processus de développement et d'attachement de l'enfant²⁸.

D'autres systèmes comme, par exemple, l'histoire maternelle, la construction du couple conjugal et parental, le soutien familial et social affectent aussi ces processus²⁹... Quant au *macro-système* – niveau qui intègre les systèmes politiques, économiques, sociaux et culturels –, il influe sur toutes les autres sphères, comme nous le verrons dans la seconde partie de cette analyse.

La perspective écosystémique met donc en évidence comment la multiplicité des systèmes et les articulations singulières qui les lient influent sur la construction de l'attachement de l'enfant. Elle réfute ainsi la vision réductrice et déterministe se focalisant sur la dyade enfant-figure d'attachement³⁰. Par ailleurs, elle montre qu'il existe une responsabilité collective dans ce processus. En ce sens, elle interpelle en pointant sa dimension résolument politique.

Il nous faut donc poser les questions suivantes : de quelles manières la société envisage-t-elle ce processus ? Quels environnements aménageons-nous pour les tout-petits ? Permettent-ils d'étayer ce processus ou sont-ils plutôt propices à l'entraver ?

Nous abordons ces questions dans la seconde partie de cette analyse.



Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

²⁷ Nommé *chronosystème*.

²⁸ ZAUCHE GAUDRON, 2019, p. 103.

²⁹ ZAUCHE GAUDRON, 2019, p. 107.

³⁰ ZAUCHE GAUDRON, 2019, p. 114.