

ORIGINES ET CONCEPTS DE LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT

[Romain Dugravier](#), [Anne-Sophie Barbey-Mintz](#)

Érès | « [Enfances & Psy](#) »

2015/2 N° 66 | pages 14 à 22

ISSN 1286-5559

ISBN 9782749248608

Article disponible en ligne à l'adresse :

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

Distribution électronique Cairn.info 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.



Romain Dugravier
Anne-Sophie Barbey-Mintz
Origines et concepts
de la théorie de l'attachement

Romain Dugravier,
pédopsychiatre,
Centre de psychopathologie
périnatale Boulevard Brune,
Institut Paris Brune,
Centre Hospitalier Sainte-Anne.
Anne-Sophie Barbey-Mintz,
pédopsychiatre,
praticien hospitalier, CMP,
2^e intersecteur de psychiatrie
infanto-juvénile,
Institut Mutualiste Montsouris,
Paris.

ORIGINES DE LA THÉORIE

John Bowlby, fondateur de la théorie de l'attachement, s'est très tôt intéressé aux conséquences des séparations précoces des enfants d'avec leurs parents.

Il travaille, comme Winnicott, auprès d'enfants placés à la campagne durant la Seconde Guerre mondiale. En 1944, il publie son étude sur « 44 jeunes voleurs, leur personnalité et leur vie de famille » dont il retrace l'anamnèse soulignant les séparations prolongées et répétées de ces adolescents d'avec leur mère dans la petite enfance. En 1951, il publie un rapport, *Maternal Care and Mental Health*, pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS) sur les conditions d'accueil des jeunes enfants en pouponnières. Il visite alors la Fondation Parent de Rosan dirigée par Jenny Aubry. L'équipe anglaise, dont John Robertson recruté en 1946, et l'équipe française incarnée par Myriam David et Geneviève Appell développent une recherche commune sur les effets de la séparation précoce prolongée chez les jeunes enfants.

John Bowlby qui restera membre de la Société Britannique de Psychanalyse jusqu'à sa mort s'est néanmoins insurgé très tôt contre certains aspects de la théorie psychanalytique de son époque. Il considère ainsi que les relations entre l'enfant et son environnement sont trop peu prises en compte et, à la suite de ses travaux sur la séparation, il en vient à critiquer la théorie de l'étyage selon laquelle l'attachement de l'enfant à sa mère serait une résultante de la nourriture qu'elle lui prodigue. Et en 1958, il écrit un article « La nature du lien de l'enfant



avec sa mère » dans lequel il critique la théorie des pulsions, en s'appuyant sur les découvertes de l'éthologie. Le terme d'« attachement » y apparaît pour la première fois.

Homme de science, il se montre en effet curieux des travaux de ses contemporains. Il s'inspire ainsi de recherches menées par des éthologues comme Konrad Lorenz qui a développé le concept d'empreinte (« Le compagnon dans le monde de l'oiseau », 1935), montrant qu'un oisillon, lors de l'éclosion de l'œuf, « s'attache » au premier individu sur lequel il pose son regard. Cet individu est identifié par la suite comme source de protection, comme refuge. La constitution d'un lien d'attachement chez les êtres humains est évidemment bien plus complexe et se construit progressivement sur plusieurs mois. Si les bébés naissent bien avec une prédisposition innée à s'attacher, c'est par la répétition des moments partagés, des soins prodigués qu'un enfant s'attache à un adulte. Deux indices caractérisent une relation d'attachement pour l'enfant : il recherche auprès de la figure d'attachement, de manière préférentielle, proximité et sécurité et proteste en cas de séparation subie.

Bowlby insiste bien sur le fait que l'attachement est un besoin primaire qui, dans une perspective darwiniste, est essentiel à la survie de l'espèce.

Nous allons présenter ici les principaux concepts de cette théorie afin d'éclairer les arguments développés dans ce numéro.

L'ATTACHEMENT, UN SYSTÈME MOTIVATIONNEL

Bowlby réfute la théorie des pulsions et propose plutôt un ensemble de systèmes innés de comportements ou systèmes motivationnels favorisant les relations et qui sont corrigés quant au but par la réponse de l'environnement.

Le système d'attachement a pour but de favoriser la proximité de l'enfant avec une ou des figures adultes afin d'obtenir un réconfort lui permettant de retrouver un sentiment de sécurité interne face aux éventuels dangers de l'environnement. Ainsi, toutes les conditions indiquant un danger ou générant du stress pour l'enfant activent ce système que ce soient des facteurs internes, comme la fatigue ou la douleur, ou des facteurs externes, liés à l'environnement (tout stimulus effrayant, par exemple la présence d'étrangers, la solitude, l'absence de la figure d'attachement).

Finalement ce système semble plutôt constamment activé, corrigé en permanence quant à l'objectif à atteindre, comparable au fonctionnement d'un thermostat : sous certaines conditions, le système d'attachement est fortement activé, ce qui conduit l'enfant à chercher et à n'être satisfait que par le contact ou la proximité avec la figure d'attachement. En revanche, lorsque les conditions sont perçues comme normales, l'enfant est libre de poursuivre d'autres buts et d'autres activités, même si le système continue de contrôler l'environnement comme possible source de stress. Le système



d'attachement est actif tout au long de la vie, plus ou moins stable au sein d'un environnement plus ou moins fixe : seuls les comportements spécifiques utilisés changent en fonction du développement (N. Guédeney, 2009).

Les comportements d'attachement

Pour obtenir cette proximité, le nourrisson use de divers comportements innés tels que le sourire, les vocalisations, le fait de s'agripper, les pleurs (ces derniers, vécus par le donneur de soins comme désagréables, l'incitent à tenter d'y mettre fin), et, plus tard, la marche. Ces comportements, bien que présents dès la naissance, ne sont pas encore dirigés vers une figure particulière et apparaissent plutôt indifférenciés dans un premier temps.

Mais, très tôt, les cris ou les pleurs de l'enfant sont mieux calmés par la mère que par n'importe quelle autre personne. Vers 4-5 mois, un enfant dont la mère quitte la pièce va crier ou pleurer, essayant ainsi de la ramener auprès de lui. L'enfant sourit préférentiellement et plus intensément aux personnes qui lui sont familières, et encore plus à sa figure d'attachement principale. L'enfant babille de plus en plus avec sa figure d'attachement, instaurant de véritables dialogues, et beaucoup moins devant les personnes étrangères ou les objets inanimés.

C'est la répétition des expériences de réconfort en situation de détresse qui permet l'émergence progressive d'une meilleure discrimination par l'enfant de ses figures d'attachement.

Le système exploratoire

Quand le système d'attachement n'est plus activé, que l'enfant est rassuré alors entre en jeu le système exploratoire grâce auquel l'enfant apprend sur son environnement et développe des capacités qui seront importantes pour les stades ultérieurs du développement. Ce système se développe surtout à partir de 7 mois, période qui correspond à la mise en place du système d'attachement et à la constitution de figures d'attachement spécifiques. Avec ses progrès moteurs, sa capacité à se déplacer, l'enfant peut s'éloigner pour explorer et étendre ainsi considérablement son horizon. Il devient dès lors particulièrement actif dans la régulation de la distance avec l'adulte.

LA FIGURE D'ATTACHEMENT

Après 7 mois, alors que l'enfant différencie de mieux en mieux les personnes qui lui sont étrangères ou familières, il commence à développer une relation d'attachement, franche et sélective, à une personne spécifique.

La figure d'attachement est la personne vers laquelle l'enfant dirige son comportement d'attachement. Est susceptible de devenir une figure d'attachement tout adulte (dans les conditions normales) qui s'engage dans une interaction sociale et durable animée avec le bébé, et qui répondra facilement à ses signaux et à ses approches.

On peut repérer dans le réseau social de l'enfant les figures d'attachement ayant une fonction de *caregiver* à partir des trois critères suivants : il s'agit d'une personne prenant soin physiquement et émotionnellement de l'enfant, ayant une présence importante et régulière dans sa vie et l'investissant émotionnellement. Dès 1969, Bowlby soutient que l'enfant développe une hiérarchie de relations d'attachement ; celle-ci s'établit en fonction de la force du sentiment de sécurité que lui apporte chaque relation avec ceux qui s'occupent de lui, liée à la quantité et à la qualité des soins donnés. Le plus souvent, la mère devient la figure d'attachement principale parce que c'est celle qui, autour des soins de routine, passe le plus de temps avec le bébé dans les premiers temps. Pour Bowlby, l'enfant a une tendance innée à s'attacher spécialement à une figure : dans un groupe stable d'adultes, une figure deviendra une figure d'attachement privilégiée. Les autres figures qui l'élèvent (et en particulier le père) représentent les figures d'attachement subsidiaires ; en cas d'absence de la mère, l'enfant se tournera préférentiellement vers elles pour rechercher sécurité et consolation (Mintz, Guédeney, 2011).

Ainsi, toute personne qui s'engage dans une interaction sociale durable avec l'enfant et qui répond aux besoins de réconfort de l'enfant lorsque celui-ci est stressé est susceptible de devenir une figure d'attachement.

La sensibilité avec laquelle l'adulte répond aux besoins exprimés par l'enfant conditionne la sécurité de l'attachement de ce dernier.

LA BASE DE SÉCURITÉ ET LE HAVRE DE SÉCURITÉ

Les relations de l'enfant avec sa figure d'attachement évoluent avec l'âge, le développement de ses capacités motrices et de ses aptitudes cognitives. Ainsi, la période entre 6-9 mois et le début de la troisième année est marquée par des changements importants dans les capacités motrices, cognitives et de communication de l'enfant. Il acquiert un contrôle sur la proximité grâce au développement de sa motricité, ce qui lui donne un rôle actif dans la gestion de la distance optimale avec sa figure d'attachement : il peut approcher, suivre, rechercher sa mère de façon tout à fait active. Quatre phénomènes marquent cette phase. L'enfant approche de manière spécifique la figure d'attachement lors des retrouvailles ou des situations de détresse : il va vers elle sans hésitation si elle est présente. L'enfant suit, de manière tout aussi spécifique, sa figure d'attachement principale quand celle-ci s'éloigne de lui.

La figure d'attachement de l'enfant représente la base à partir de laquelle il peut s'autoriser à explorer le monde environnant. Son aptitude à explorer repose sur la qualité de ses liens d'attachement.

Parallèlement, lors de ses pérégrinations, tout signal d'alarme incite l'enfant à retourner vers sa figure d'attachement qui constitue alors un havre de sécurité.



En lien avec ces phénomènes, apparaissent la peur de l'étranger et l'angoisse de séparation : l'enfant suspend ses activités quand il est confronté à une personne inconnue, s'en éloigne pour aller vers sa figure d'attachement en témoignant de l'activation de son système d'alarme. Après un certain temps, si l'étranger apparaît bienveillant et n'est pas intrusif, l'enfant peut interagir avec lui, mais en maintenant un certain niveau d'alerte. Tout éloignement ou absence de la figure d'attachement active de manière spécifique l'attachement de l'enfant et déclenche les comportements d'attachement.

Il existe une véritable balance dynamique entre les comportements d'attachement et les comportements d'exploration : ce n'est que quand ses besoins de proximité sont satisfaits que l'enfant peut s'éloigner de sa figure d'attachement pour explorer le monde extérieur. L'attachement va bel et bien servir l'autonomie et non la dépendance.

La notion de base de sécurité renvoie ainsi à la confiance, pour une personne, dans l'idée qu'une figure de soutien, protectrice, sera accessible et disponible en cas de besoin, et cela quel que soit l'âge de l'individu. La proximité physique, nécessaire au début de la vie, devient progressivement un concept mentalisé, et rejoint celui d'accessibilité.

LE PARTENARIAT CORRIGÉ QUANT AU BUT

Après avoir mis en place des comportements dirigés vers un but, l'enfant aborde une nouvelle étape qui consiste à adopter des comportements corrigés quant au but. Les progrès cognitifs et langagiers permettent à l'enfant d'être capable d'adapter son comportement à ce qu'il perçoit des attentes de ses parents. Il peut adapter ses comportements à un but précis en tenant compte des signaux et intentions exprimés par ses parents. L'enfant est maintenant à même de manipuler mentalement des représentations intériorisées.

C'est à cet âge aussi que, progressivement, l'enfant n'a plus besoin de la proximité physique avec sa figure d'attachement mais seulement d'être assuré de sa disponibilité, voire de son accessibilité.

Vers 3 ans, L'enfant a beaucoup moins besoin de la réalité d'une proximité que de la conviction de la possibilité d'obtenir l'attention du *caregiver*. Le développement de son langage lui permet de faire part de ses souhaits et de ses ressentis à ses figures d'attachement. Grâce à sa motricité, il peut réguler de lui-même la distance optimale supportable avec sa figure d'attachement ; le développement de ses capacités cognitives lui permet de s'être construit une représentation mentale de la séparation, qu'il peut mieux tolérer. Il est moins désespéré lors des séparations, et ce d'autant plus qu'il aura négocié et se sera mis d'accord avec sa figure d'attachement sur les conditions de cette séparation et sur les modalités des retrouvailles. On parle de partenariat émergeant.

L'enfant est alors prêt pour une nouvelle étape. Ses capacités à tenir compte des attentes et de l'état d'esprit de sa figure d'attachement, à adapter ses comportements en conséquence lui permettent de différer ses demandes et d'adapter des stratégies logiques pour atteindre un objectif. C'est le « partenariat corrigé quant au but », qui prend toute son importance dans les situations clés réveillant l'attachement que sont les séparations et les conflits autour de l'autorité (Mintz, Guédeney, 2009).

Ces capacités de partenariat qui conditionnent celles à négocier les conflits et les désaccords sont à cet âge-là un bon reflet de la qualité de l'attachement.

DIFFÉRENTS STYLES D'ATTACHEMENT

Mary Ainsworth, collaboratrice de John Bowlby, a défini les différents styles d'attachement, à savoir l'attachement sécure, les attachements insécure évitant et ambivalent/résistant et comment les évaluer chez l'enfant de 12 mois grâce à l'expérience de la « situation étrange » (1978). Cette procédure expérimentale de quelques minutes consiste à faire subir à un enfant un léger stress comparable au stress quotidien. Pour cela, huit épisodes de trois minutes chacun sont prévus en laboratoire et impliquent deux séparations de l'adulte ainsi qu'un contact avec une personne non familière, « l'étrangère ». Les réactions de l'enfant, en particulier lors des retrouvailles avec l'adulte (manifestations d'anxiété et d'évitement), renseignent le chercheur sur la qualité de sa sécurité.

Les styles d'attachement reflètent les prédispositions de l'enfant, son tempérament et la cohérence des réponses parentales en situation de stress. Ces différentes catégories d'attachement sont des stratégies adaptatives sans conséquence psychopathologique. Il est pourtant évident qu'avoir des stratégies attachementales sécures est un facteur de protection contre l'adversité. Ces enfants explorent leur environnement plus librement, ils régulent mieux leurs émotions lors d'événements de vie stressants. Parallèlement, les catégories insécures sont des stratégies adaptatives plus rigides, facteurs de vulnérabilité.

Plus tard, George, Main et Kaplan (1991) décrivent l'attachement désorganisé, lorsque l'enfant n'a plus aucune stratégie pour s'adapter aux situations de stress. Ce style d'attachement est, quant à lui, beaucoup plus fortement corrélé avec la psychopathologie et justifie de développer des interventions thérapeutiques centrées sur cette problématique.

– L'attachement de type sécure. Il s'accompagne, chez l'enfant, d'une meilleure estime de soi et de la capacité de faire appel lorsqu'il en a besoin. Il favorise également la capacité d'exploration. L'enfant manifeste une forme de protestation lors des séparations et accueille sa mère avec plaisir, à son retour.



- L'attachement de type insécure évitant. L'enfant ne fait pas appel à autrui au fur et à mesure que son stress augmente. Il a tendance à masquer sa détresse émotionnelle, ou à se sentir invulnérable, et à considérer que l'on ne peut pas faire confiance aux autres. Il essaie de garder le contrôle dans les situations de détresse en diminuant la réactivité du système d'attachement et en réduisant ses signaux de détresse en direction des parents.
- L'attachement de type insécure ambivalent ou résistant. L'enfant se montre très ambivalent en situation de stress, comme s'il résistait à son besoin d'être réconforté. Il adopte une stratégie d'augmentation de fonctionnement du système d'attachement et d'augmentation des signaux. Il manifeste de la détresse lors de la séparation, un mélange de recherche de contact et de rejet coléreux, des difficultés à être réconforté.
- L'attachement désorganisé : il s'agit d'enfants qui, typiquement, se figent lors de la réunion dans une posture évoquant l'appréhension et la confusion. La séquence temporelle, chez ces enfants, donne une impression de désorganisation ; des comportements apparemment opposés sont exprimés simultanément (comme s'approcher avec la tête détournée) ; les mouvements semblent incomplets et l'expression des affects mal dirigée. On parle d'enfants désorientés-désorganisés. Il s'agit, pour beaucoup, d'enfants victimes de maltraitance ou témoins de violence ; c'est-à-dire d'enfants dont les figures d'attachement sont elles-mêmes terrifiées et/ou terrifiantes.

LES MODÈLES INTERNES OPÉRANTS

Bowlby a emprunté au psychologue britannique Kenneth Craik (1943) le concept de « modèle interne opérant » (*Internal Working Model* ; MIO) pour désigner ces modèles mentaux formés par l'enfant. Il souligne leur aspect dynamique, en ce sens qu'ils opèrent dans la vie de l'enfant, en le guidant dans sa manière de percevoir et de se conduire dans ses relations interpersonnelles (Miljkovitch, 2009). À partir des premiers liens, des premières interactions avec son entourage, l'enfant construit ainsi un modèle des relations interpersonnelles en situation de stress, le modèle interne opérant qui évolue au fil des nouvelles expériences avec ses figures d'attachement.

Ces modèles internes opérants commencent à s'établir entre 6 et 9 mois et se stabilisent vers 5-6 ans. Sauf événements de vie critiques (décès, maladies, séparations), ils restent stables tout au long de la vie.

Une fois son MIO mis en place, une personne a tendance à percevoir les événements qu'elle vit à travers ceux qu'elle a déjà connus. Ceci peut la conduire à traiter l'information de façon biaisée. Pour cette raison, un MIO est adapté dès lors qu'il opère dans un milieu proche de celui dans lequel il a été formé (Miljkovitch, 2009).

L'enfant forme ainsi simultanément un modèle de soi et un modèle d'autrui. Le modèle de soi correspondrait à une image de soi comme étant plus

ou moins digne d'être aimé, alors que le modèle d'autrui renverrait à sa perception des autres comme étant plus ou moins attentifs et sensibles à ses besoins.

LA NOTION DE CAREGIVING

Le terme de *caregiving* peut être traduit par celui de « donneur de soins ».

Bowlby définit le « *caregiving* » comme le versant parental de l'attachement. Il représente la capacité à prodiguer des soins, à s'occuper d'un plus jeune que soi, aussi bien de pourvoir à ses besoins physiologiques que ses besoins affectifs.

Ce sont donc les comportements parentaux ayant pour objet de favoriser la proximité et le réconfort lorsqu'ils perçoivent la détresse de l'enfant ou lorsque celui-ci se sent en danger. Ce système serait la réciproque du système d'attachement et aurait une fonction adaptative : la protection des jeunes enfants.

Il repose donc sur l'engagement et le sens de la responsabilité dans la protection de son enfant ; le parent a ainsi tendance à faire passer la protection et le bien-être de son enfant avant même ses propres besoins. Il se montre sensible aux besoins d'attachement de son enfant par sa disponibilité émotionnelle, son aptitude à le consoler et l'apaiser.

Lorsqu'il parvient à réconforter son enfant, le parent, s'il ne perçoit plus de danger, modère ses comportements de *caregiving*, son système étant alors désactivé. Si ce système s'exprime déjà sous des formes immatures dans la petite enfance, il se transforme surtout à l'adolescence et durant la période de transition vers la parentalité.

Le *caregiving* parental dépend des propres expériences de ceux-ci concernant leurs relations d'attachement et les parents insécures peuvent être plus en difficulté pour répondre aux besoins de leur enfant.

La théorie de l'attachement permet d'étudier la façon dont l'enfant déstabilisé, stressé demande et obtient du réconfort de la part d'un adulte, sa figure d'attachement. Ces interactions précoces vont modeler les représentations concernant l'image de soi d'autrui. C'est donc une théorie du développement psychique dans le cadre des relations interpersonnelles. Les différents styles d'attachement sécure ou insécure doivent être considérés comme des facteurs de protection ou de vulnérabilité qui s'intriquent avec d'autres aspects tels que le tempérament, les conditions et événements de vie.

Si cette théorie n'a pas vocation à expliciter toute la psychopathologie, elle permet néanmoins d'aborder d'un autre point de vue de nombreuses situations cliniques, tels que les placements, les conséquences des divorces, les hospitalisations au long cours...



BIBLIOGRAPHIE

- AINSWORTH, M. S. ; BLEHAR, M. C. ; WATERS, E. et coll. 1978. *Patterns of attachment*, Hillsdale, Erlbaum.
- BEKHECHI, V. ; RABOUAM, C. ; GUÉDENEY, N. 2009. « Le système de soins parentaux pour les jeunes enfants, le caregiving », dans *L'attachement. Approche théorique*, Paris, Masson.
- BOWLBY, J. 1969/1982. *Attachment and loss*, vol. 1. *Attachment*, New-York, Basic Books. (Trad. fr. : J. Kalmanovitch, *Attachement et perte*, vol. 1. *L'attachement*, Paris, Puf, 1978.)
- BOWLBY, J. 1973. *Attachment and loss*, vol. 2. *Separation : anxiety and danger*, New-York, Basic Books. (Trad. fr. : B. de Panafieu, *Attachement et perte*, vol. 2. *La Séparation. Angoisse et colère*, Paris, Puf, 1978.)
- BOWLBY, J. 1980. *Attachment and loss*, vol. 3. *Loss : sadness and depression*, New-York, Basic Books. (Trad. fr. : D. Weill, *Attachement et perte*, vol. 3. *La Perte. Tristesse et dépression*, Paris, Puf, 1984.)
- GUÉDENEY, N. ; GUÉDENEY, A. 2009. *L'attachement. Approche théorique*, Paris, Masson.
- MILJKOVITCH, R. « L'attachement au niveau des représentations », dans *L'attachement. Approche théorique*, Paris, Masson.
- MINTZ, A.-S. ; GUÉDENEY, N. 2009. « L'attachement entre 0 et 4 ans. Concepts généraux et ontogenèse », dans *L'attachement. Approche théorique*, Paris, Masson.

Mots-clés :

Figure d'attachement,
base de sécurité,
modèle interne
opérant, *caregiving*.

RÉSUMÉ

La théorie de l'attachement développée par John Bowlby (1969) tente de décrire la dynamique des relations interpersonnelles au long cours. Bowlby considèrerait que l'attachement était un système motivationnel parmi d'autres tels que le système exploratoire et le système de *caregiving*.

Le jeune enfant dispose de comportements innés d'attachement qui doivent lui permettre d'obtenir la proximité avec sa figure d'attachement lorsqu'il est stressé.

Ces expériences interpersonnelles répétées avec sa figure d'attachement principale et ses figures d'attachement alternatives permettent l'élaboration d'un modèle interne opérant construisant les représentations de soi et des autres.

Ainsworth (1978) a élaboré la « situation étrange », une procédure qui permet de différencier plusieurs styles d'attachement considérés comme des facteurs de risque ou de protection.

Key words :

Attachment figure,
secure base,
operating internal
model, caregiving.

SUMMARY

The attachment theory developed by John Bowlby (1969) attempts to describe the dynamics of interpersonal relations over a long period. Bowlby considered that attachment was a motivational system among others such as the exploratory and caregiving systems. The young child has at his disposal innate attachment behaviour which enables him to close up with his attachment figure when distressed.

Repeating these interpersonal experiences with his principal and alternative attachment figures enable an operating internal model constructing representations with self and others to be elaborated.

Ainsworth (1978) elaborated the «strange situation», a procedure by which several styles of attachment considered as risk or protection factors could be differentiated.