

Créer un attachement sécuritaire pour son enfant



Boris Cyrulnik

Référence : 1566

[Extrait – 1566 – B. Cyrulnik – Créer un attachement sécuritaire pour son enfant](#)



Retrouvez l'intégralité de cette conférence en vidéo dans notre Formathèque.

Catégorie : « **Psycho-socio-éducative** »

Sous-catégorie : « **Neuropsychologie** »

[Créer un attachement sécuritaire pour son enfant](#)

Vous pouvez également acheter la **retranscription complète** de cette conférence **au prix de 20,00 €** en nous adressant un mail à l'adresse suivante : asbl@educationetfamille.be

Dans sa conférence, Boris Cyrulnik explore la notion d'attachement, ses différents types, et son rôle fondamental dans le développement émotionnel et l'apprentissage, en mettant en évidence l'importance d'un lien sécuritaire pour l'équilibre psychique et la confiance en soi.

Comment construire ou se construire un attachement sécuritaire ?

Pour aborder cette question, il est essentiel de définir d'abord ce qu'est l'attachement. Il s'agit d'une attirance, d'un élan vers l'autre, mais cet attachement repose sur deux pôles : un élan vers l'autre et un retour de l'autre qui le permet ou l'entraîne. L'attachement est dit sécuritaire lorsque ces deux pôles fonctionnent ensemble de manière cohérente.

J'utilise la métaphore du tissage ou du tricotage du lien pour illustrer comment l'attachement sécuritaire se construit progressivement, geste par geste, mot à mot, au cours de la vie quotidienne. Contrairement à l'amour, qui est intense et brûlant, l'attachement est tellement intégré dans la routine quotidienne que l'on en prend souvent conscience seulement lorsqu'il vient à manquer.

L'attirance vers l'autre est cruciale. Sans cette présence, il n'y a pas de lien d'attachement, et cela peut entraîner un arrêt du développement et une mort psychique avant la mort physique. Une fois que le lien commence à se tisser, de manière préverbale, il engendre un sentiment de confort et de sécurité, ce qui invite à l'exploration du monde. On ne peut explorer le monde qu'après avoir établi un lien d'attachement, et on ne peut apprendre à parler que si l'on a une figure d'attachement. De même, à l'école, le plaisir d'apprendre est lié à un attachement sécurisé qui renforce la confiance en soi, l'estime de soi, et le plaisir d'apprendre. Les deux sont donc intimement liés. Sans attachement, on tend à s'engager dans des activités autocentrées et à se balancer sur soi-même. En cas d'émotions intenses, on peut même s'auto-agresser.

Il n'y a pas de causalité linéaire dans le développement de l'attachement, car ce lien se tisse en fonction des réponses de la figure d'attachement principale (notre mère) et des figures secondaires (notre père, notre sœur, le chien de la famille, les puéricultrices, etc.). C'est un système évolutif qui dure toute la vie et est interactif, dépendant beaucoup des réactions des autres. Ce mode de raisonnement est radicalement opposé au fixisme, une notion qui était en vigueur au 19^{ème} siècle avec **Darwin**¹. Tandis que le fixisme cherchait des vérités absolues, l'attachement est un processus évolutif constant, dont la réalité change selon notre développement et les réactions de notre environnement.

L'aventure de l'attachement a commencé en 1947 avec **René Spitz**² et **Anna Freud**³, la fille de Freud.

Ils ont ouvert des nurseries à Hampstead, près de Londres, pendant les bombardements de la ville. Ils ont observé que les enfants, même en bonne santé, étaient gravement affectés lorsqu'ils étaient privés de base de sécurité et d'altérité.

Dans les années 60, l'éthologie animale, avec les travaux d'**Harlow**⁴, a révélé que lorsqu'un petit macaque était isolé expérimentalement, il augmentait ses activités autocentrées. Cependant, lorsque des substituts d'altérité tels que d'autres petits singes ou des adultes étaient introduits, ces comportements autocentrés disparaissaient. Cela a constitué l'une des premières évaluations objectives de la fonction de l'attachement sécurisé.

En 1950, **Bowlby**⁵ développe la théorie de l'attachement, et à partir de 1990, **Michael Rotter**⁶ initie une démarche expérimentale en psychologie, biologie, et sociologie. Cela signifie que l'on peut désormais évaluer l'attachement sécurisé de manière plus systématique. Il existe une évaluation clinique, où l'on observe la diminution des comportements autocentrés lorsque la figure d'attachement est présente, et leur réapparition en cas de perte de cette figure.

¹ Naturaliste britannique connu pour sa théorie de l'évolution par sélection naturelle, exposée dans son ouvrage majeur « L'Origine des espèces » (1859).

² Psychiatre et pédiatre connu pour ses recherches sur l'attachement et la privation affective chez les nourrissons.

³ Psychanalyste autrichienne et fille de Sigmund Freud, est reconnue pour ses travaux sur la psychanalyse des enfants et les mécanismes de défense.

⁴ Harry Harlow (1905-1981), Psychologue connu pour ses recherches sur l'attachement chez les primates.

⁵ John Bowlby (1907-1990) Psychologue britannique connu pour ses théories sur l'attachement chez les enfants.

⁶ Michael Rotter (1916-2014), Psychologue américain connu pour sa théorie de l'apprentissage social et le concept de locus de contrôle.

Mary Ainsworth⁷, élève de **Bowlby**, a introduit la « strange situation », ou situation étrange, une méthode standardisée utilisée dans les laboratoires pour évaluer l'attachement. Le bébé est d'abord en présence de sa mère, avec laquelle il interagit, puis une figure étrangère, une femme qu'il ne connaît pas, arrive. Lorsque la mère quitte la pièce, le bébé, n'ayant pas de base de sécurité avec l'étrangère, devient paniqué, pleure, et cherche la porte. À son retour, on observe le « rebond d'attachement » : la réaction du bébé est variée, certains se précipitent vers leur mère et se sécurisent contre elle, tandis que d'autres montrent des signes de récupération affective. Cette situation est répétée plusieurs fois pour évaluer ce qui est mémorisé.

Cette méthode permet de définir que 75 % des bébés, quelle que soit leur culture, développent un attachement sécurisé lorsqu'ils sont entourés d'un environnement sensoriel stable et de figures d'attachement constantes.

Il est important de distinguer l'attachement sécurisé et l'attachement sécurisé. Dans l'attachement sécurisé, le bébé a besoin de la présence constante de sa figure d'attachement pour se sentir sécurisé. En revanche, dans l'attachement sécurisé, la figure d'attachement, qu'il s'agisse de la mère, du père, de la grand-mère, etc., s'est imprégnée dans la mémoire du bébé. Même si cette figure s'absente, le bébé reste sécurisant dans son style affectif acquis. L'attachement sécurisé permet au bébé de maintenir un sentiment de sécurité, même en l'absence de la figure d'attachement, contrairement à l'attachement sécurisé où l'absence de cette figure provoque de l'angoisse.

La « strange situation » permet donc d'évaluer les effets cliniques des comportements parentaux. Une question pratique souvent posée : prendre un bébé qui pleure dans les bras le rendra-t-il capricieux ? C'est un stéréotype courant en Europe. Les théories de l'attachement offrent une méthode expérimentale pour évaluer la validité de cette croyance.

⁷ Mary Ainsworth (1913-1999), Psychologue américaine reconnue pour ses travaux sur la théorie de l'attachement, notamment à travers l'étude de la situation étrange.