

Le système motivationnel d'attachement

L'attachement est un « système comportemental par lequel un individu immature diminue ou s'efforce de diminuer les distances qui le séparent d'un autre, afin de maintenir la proximité avec cette personne ». L'enfant est un être immature, incapable au début de sa vie de maîtriser ses émotions. Plus l'espèce est immature à sa naissance, plus le comportement d'attachement est visible et prolongé. Les récentes découvertes des neurophysiologistes montrent que l'attachement est sédatif et tranquillisant, la figure maternelle offrant à l'enfant un contenant psychique qui compense son immaturité. Les dangers, la peur, et la douleur provoquent des comportements d'attachement. L'angoisse de séparation, preuve de l'attachement spécifique, représente une contrainte émotionnelle innée. Ces situations de danger ou de séparation produisent une émotion négative, qui oblige un comportement que l'individu n'aurait pas sans elle. L'enfant ou l'individu est contraint de se rapprocher de l'objet d'attachement, qui va, espère-t-il, le protéger. Lorsque le nombre d'expériences sécurisantes et la maturation de l'enfant et de l'adulte augmentent, l'angoisse diminue. Il commence à avoir confiance en lui et dans son environnement.

Les différents types d'attachement

Dans la théorie de l'attachement plusieurs modèles ou types d'attachement sont décrits. L'enfant au cours des premières années de sa vie va connaître à des degrés divers et variés soit un modèle d'attachement sécure, soit un modèle évitant, soit un modèle ambivalent.

Il a été constaté une très bonne corrélation entre les modèles d'attachement sécures ou insécures de personnes testées à un an et au début de l'âge adulte : 70 % des personnes présentaient à l'âge adulte le même type d'attachement qu'à l'âge d'un an.

- Le modèle sécure résulte d'une disponibilité de la figure maternelle et surtout d'une sensibilité aux signaux de son enfant. L'enfant a confiance, il sait que son parent est disponible et va lui répondre quand il sera en danger ou dans la sécurité.
- Le modèle anxieux-évitant ou anxieux-détaché serait lié à des interactions inclusives ou rejetantes de la part de la mère, surtout lorsque l'enfant présente une vulnérabilité émotionnelle. L'enfant n'a aucune confiance dans les réponses que sa mère lui fera ; il s'attend à être repoussé lorsqu'il cherche auprès d'elle réconfort et protection. L'enfant tente alors de vivre sa vie sans soutien de la part des autres.
- Le modèle anxieux-ambivalent ou anxieux-résistant semble associé à une incohérence des réponses maternelles alternantes entre la disponibilité et le rejet. L'enfant n'est pas certain que son parent sera disponible et lui répondra s'il fait appel à lui. L'enfant est sujet à l'angoisse de séparation, il s'accroche à sa mère, se montre angoissé pour explorer le monde.
- Le modèle désorganisé-désorienté. Ce modèle a été introduit plus tard, après les premiers travaux de John Bowlby

Récapitulatif des types d'attachement

◆ - Catégorie B - Modèle sécure – Pattern sécure

Type d'attachement chez l'enfant :

- réflexe de se réfugier chez sa mère ;
- perçoit le danger ;
- distingue l'étranger, s'en méfie ;
- a confiance ;
- sait son parent disponible.

Comportement parental :

- réponses satisfaisantes aux besoins de l'enfant ;
- attitude de la mère adaptée ;
- accordage affectif au niveau des attentes et des sentiments ;
- acceptation totale des émotions de l'enfant ;
- mère très affectueuse ;
- constance et qualité des réponses.

◆ - Catégorie A - modèle anxieux-évitant ou insecure-évitant – Pattern évitant

Type d'attachement chez l'enfant :

- même en détresse, se focalise sur son environnement ;
- évitement, indifférence ;
- pas de recherche de contacts ;
- vulnérabilité émotionnelle ;
- craintif, détaché, raide ;
- aucune confiance dans les réponses données ;
- s'attend à être repoussé ;
- tente de vivre sans soutien ;

Comportement parental :

- tient peu compte de l'état émotionnel de l'enfant ;
- peu de plaisir et d'harmonie dans la relation ;
- tendance à être rejetant (regard, ton, geste) ;
- aversion pour le contact physique ;
- moins affectueuse, souvent ordres et gestes brusques ;
- se détourne souvent de l'enfant ;
- absence d'expression émotionnelle de la figure d'attachement ;
- volonté de maîtrise de la colère empêchant une attitude d'écoute et d'empathie ;
- parfois attitudes intrusives ;
- valorisations du cognitif, dévalorisation de l'affectif.

◆ - Catégorie A - modèle anxieux-ambivalent ou anxieux-résistant - Pattern ambivalent

Type d'attachement chez l'enfant :

- état de confusion, attitudes ambivalentes ;
- pas de certitude de la réponse parentale ;
- angoisse de séparation, contact et résistance ;
- efforts pour attirer l'attention jusqu'à être apeuré ;
- hyperactive son système d'attachement ;
- incapacité à s'intéresser à l'environnement.

Comportement parental :

- problèmes personnels irrésolus, incohérence des réponses maternelles ;
- fait combler le manque affectif par l'enfant ;
- vol émotionnel ;
- culpabilisation de l'enfant ;
- inconsistance, exagérément affectueuse, non disponible ;
- maintien d'une relation de dépendance ;
- chantage émotionnel ;
- promesses non tenues.

◆ - Catégorie D - modèle désorganisé-désorienté - Pattern désorganisé-désorienté

Type d'attachement chez l'enfant :

- attitudes contradictoires ou incompréhensibles ;
- tentatives d'approches avortées, inhibition ;
- attitudes contrôlantes pour tenter de structurer le parent : résignation, colère, hostilité ;
- associe recherche et évitement du contact ;
- s'agrippe en détournant le regard, pleure sans se rapprocher, reste figé les mains en l'air ;
- aucune stratégie d'attachement cohérente.

Comportement parental :

- mère avec des signes de désorganisation ;
- deuils ou traumatismes non résolus ; dépression ;
- comportement effrayant (elle maltraite) ou effrayé (a été maltraitée) ;
- constant état d'appréhension du danger ; souvenirs personnels traumatisants.