

ATTACHEMENT

Synthèse

Est-ce important?

L'attachement réfère au lien émotionnel entre l'enfant et son parent ou son principal dispensateur de soins. On le décrit comme un ensemble d'interactions émotionnelles et comportementales qui se développe au fil du temps, particulièrement dans les situations où l'enfant exprime un besoin d'attention, de réconfort, de soutien ou de sécurité. La capacité des parents à percevoir, interpréter et réagir promptement aux besoins de leur enfant influence en retour la qualité de leur relation d'attachement. Selon la théorie de l'attachement de Bowlby, la relation développée avec les parents ou les principaux dispensateurs de soins est la plus influente dans la vie des enfants. Une relation qui permet à l'enfant de se sentir en sécurité favorise une évolution développementale positive et influence la qualité des relations ultérieures avec les pairs et les partenaires amoureux.

Une relation parent-enfant sécurisante aide l'enfant à a) réguler ses émotions lors des situations stressantes, b) explorer son environnement avec confiance et c) optimiser son développement cognitif, émotionnel et langagier. De plus, les enfants qui ont un attachement sécurisé avec leur parent sont prédisposés à adopter des comportements sociaux positifs (par ex., des comportements empathiques et coopératifs) qui les aident à développer des relations ultérieures positives. En revanche, l'attachement insécurisé ou désorganisé accroît le risque de problèmes de comportement et de psychopathologies chez l'enfant, par exemple l'agressivité lors des années préscolaires et scolaires, la dépression et la piètre régulation émotionnelle.

Que savons-nous?

L'attachement se développe en quatre phases :

1. Le nourrisson répond de façon indiscriminée à tous ceux qui entrent en contact avec lui et lui offrent de l'affection;
2. Les comportements de l'enfant (regards, pleurs, sons) sont destinés à des personnes spécifiques;
3. L'enfant pose des gestes actifs qui démontrent son attachement envers ses principaux dispensateurs de soins et il devient anxieux lorsqu'il est séparé d'eux;
4. Les comportements de l'enfant et ceux du parent s'influencent mutuellement.

La relation d'attachement entre le parent et l'enfant est typiquement évaluée par une procédure nommée situation étrangère, qui permet d'examiner les réactions de l'enfant lorsqu'il retrouve son parent après une brève séparation. On peut caractériser divers types de relations d'attachement à partir de ces interactions. Les enfants qui recherchent activement la proximité de leur parent lors de la réunion et communiquent leur détresse ont un attachement sécurisé. En revanche, les enfants qui évitent leur parent ou restent inconsolables lors de la réunion ont généralement un attachement insécurisé. De plus, certains enfants présentent un style d'attachement désorganisé caractérisé par des comportements contradictoires envers le parent (par ex., un fort évitement suivi d'une recherche intense de contact, d'une grande détresse ou de colère).

On a montré que ces trois types d'attachement sont susceptibles de changer au fil du développement et qu'ils sont influencés par des facteurs liés au parentage. Par exemple, le soutien parental, l'acceptation de l'enfant et les comportements sensibles lors des jeux partagés favorisent un attachement sécurisé. En revanche, la violence domestique, la négligence et des soins insensibles ou qui alimentent la peur chez l'enfant sont d'importants prédictors d'un attachement insécurisé et/ou désorganisé. En ce qui concerne l'impact de la fréquentation d'une garderie sur la sécurité de l'attachement entre le parent et l'enfant, des résultats récents appuient un effet indirect. Plus spécifiquement, l'impact de la fréquentation d'une garderie sur la sécurité de l'attachement dépend du contexte social (familial, culturel, sociétal). En effet, on a montré que cet impact varie d'un pays à l'autre (par ex., Australie, Israël, États-Unis) et en fonction de la qualité, du type, de l'horaire et de la quantité de soins offerts à la garderie. Bien que des services de garde de haute qualité puissent atténuer l'effet négatif de l'insensibilité parentale dans certains cas, la sécurité de l'attachement entre le parent et l'enfant est principalement tributaire de la sensibilité des soins maternels.

Que peut-on faire?

Comme la qualité de la relation parent-enfant en bas âge a des conséquences tout au long de la vie, les programmes de prévention et d'intervention conçus pour favoriser un attachement sécurisé sont d'une importance cruciale. Cela dit, d'importants facteurs doivent être pris en

considération lors de l'implantation de ces programmes, dont leur contenu, leur durée, l'accent qu'ils mettent sur les comportements et les populations qu'ils ciblent (populations à risque ou non).

Il existe un consensus selon lequel les interventions les plus efficaces pour améliorer la sécurité de l'attachement sont celles qui accentuent la sensibilité parentale par rétroaction vidéo. Grâce à cette procédure, les parents deviennent de plus en plus conscients de leur style interactionnel et des besoins de leurs enfants. Pour obtenir les meilleurs résultats, ces interventions doivent être de courte durée (p. ex., moins de cinq sessions) et être menées lorsque l'enfant a au moins six mois. Toutefois, les interventions ne doivent pas seulement cibler l'amélioration de la sensibilité parentale, mais aussi la réduction ou l'élimination des comportements parentaux indésirables. En effet, axer exclusivement sur la sensibilité parentale peut être insuffisant ou inefficace pour prévenir l'attachement désorganisé. Des interventions à domicile soutenues et intensives sont recommandées pour réduire ce type d'attachement. Un suivi hebdomadaire régulier favorisant le maintien des habiletés apprises par les parents doit aussi être envisagé.

Finalement, il est important de s'assurer que les familles à risque, notamment celles des mères monoparentales, reçoivent les ressources sociales et financières nécessaires pour offrir un environnement favorable à leurs jeunes enfants. Les services offerts au début de la vie aideraient à prévenir les trajectoires développementales à long terme associées à la psychopathologie de l'enfant.