ENCYCLOPÉDIE
sur le développement
des jeunes enfants

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 sensibilité parentale, définie comme la capacité des parents à percevoir, à interpréter et à réagir promptement et de manière appropriée aux signaux et aux besoins de leur enfant influence la qualité de la relation d'attachement. Selon 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 non seulement une évolution développementale positive, mais influence également la qualité des relations ultérieures avec les pairs et les partenaires amoureux.

Une relation parent-enfant sécurisante aide l'enfant à réguler ses émotions lors des situations stressantes et à explorer son environnement avec confiance. Un attachement sécurisé favorise également le développement cognitif, émotionnel et langagier de l'enfant. 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

l’inadaptation socio-émotionnelle.

Que savons-nous?

On pense que l’attachement se développe en quatre phases :

1. 1L’enfant 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, sourires, babillage) 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. L’enfant entre dans une phase de « partenariat à but corrigé » dans laquelle il négocie avec ses dispensateurs de soin.

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. 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). La sensibilité des parents au cours des premières années joue un rôle clé dans l’émergence d’un attachement sécurisé. 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 conjugale, la négligence et des soins insensibles ou qui alimentent la peur chez l’enfant, ou la maltraitance sont d’importants prédicteurs d’un attachement insécurisé et/ou désorganisé. Tout changement dans l’acceptation parentale ou toute perturbation au sein de la famille peut altérer l’évolution de la relation d’attachement dans un sens ou dans l’autre, de façon temporaire ou permanente.

Des études suggèrent que la fréquentation d’une garderie peut avoir des effets indirects sur la relation d’attachement en fonction de nombreux facteurs tels que le 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). Son impact est également lié à la qualité, au type, à l’horaire et à 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.

Le fait que le développement adaptatif d’un enfant dépende énormément de l’environnement de soutien que lui offre le parent prend une importance particulière si l’on considère les millions de famille du monde entier qui ont été forcées de quitter leur foyer. En raison de ces conditions et des niveaux de stress inhabituels qu’elles engendrent, les parents manquent de ressources psychologiques ou physiques nécessaires pour fournir à leurs enfants en développement l’environnement dont ils ont besoin.

Que peut-on faire?

Comme la qualité de la relation parent-enfant en bas âge entraîne 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).

Les interventions les plus efficaces pour améliorer la sécurité de l’attachement semblent être celles qui accentuent la sensibilité parentale. Ces interventions ont généralement pour objectif d’établir une relation chaleureuse et de montrer au parent comment réagir correctement aux signaux d’attachement de l’enfant en fonction de l’âge de ce dernier.

Plusieurs programmes utilisent la rétroaction par vidéo pour aider les parents à prendre conscience de leur style interactionnel et des besoins de leurs enfants. Pour obtenir les meilleurs résultats, les interventions doivent être de courte durée et être menées lorsque l’enfant a au moins six mois. Cependant, les familles présentant divers problèmes peuvent avoir besoin d’un soutien à plus long terme, mais aussi d’ordre plus général afin de les aider à faire face aux difficultés du quotidien et de leur permettre de se concentrer sur la sensibilité. De même, 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. Elles devraient chercher en priorité à réduire ou à éliminer totalement les comportements atypiques des dispensateurs de soins (par exemple, les comportements menaçants).

Pour les professionnels, il est également essentiel de recevoir une formation portant sur la théorie de l’attachement et l’observation afin de pouvoir effectuer avec succès davantage d’évaluations et d’interventions auprès de parents qui maltraitent leur enfant. Par exemple, l’organisme montréalais CARE (Communauté de pratiques sur l’attachement et l’intervention relationnelle) offre tous les mois aux professionnels des séances de groupe supervisées afin de favoriser la formation continue.

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.