

# LE PROCESSUS DE SÉPARATION

**Margaret MAHLER est une psychanalyste américaine qui s'est intéressée au développement du jeune enfant, et particulièrement aux relations mère-enfant. Sur base de ses nombreuses observations, elle a décrit les différentes étapes du processus intra psychique de séparation-individuation.**

Margaret Mahler distingue la naissance biologique de la naissance psychique. **Le processus qu'elle nomme séparation-individuation s'étend bien après la naissance, et s'étend de 4-5 mois à 36 mois et plus.** Mahler postule l'existence d'une « *pulsion pour et vers l'individuation* ». Ce mouvement d'individuation serait étroitement lié au mouvement de séparation avec la mère. Ainsi, la naissance psychologique de l'être humain coïncide avec l'acquisition du sentiment d'être séparé et en relation.

Mahler distingue **4 phases marquant l'évolution de l'enfant, de la fusion à l'individuation.** Voyons donc en quoi consistent ces étapes du développement du jeune enfant, qui lui permettent de construire progressivement son identité et son autonomie.

## **La phase de différenciation : de 4 à 9 mois**

Cette phase correspond à la prise de conscience du corps propre de l'enfant. Grâce à la coordination motrice, l'enfant apprend son schéma corporel (avec ses mains, sa bouche, il explore l'ensemble de son corps). Vers 6 mois, il explore les objets à sa portée et le visage de sa mère (ses cheveux, son nez, ses yeux, ...).

A 7-8 mois, le bébé distingue ce qui est la mère et les autres personnes. Il connaît à cet âge des réactions d'angoisse lorsque la maman le quitte et réagit différemment en fonction des personnes présentes.

## **La phase des essais : de 9 à 16 mois**

Les progrès de l'activité motrice de l'enfant jouent un rôle important dans l'évolution des relations de l'enfant à sa mère : il rampe, se déplace de plus en plus. Le nourrisson a ainsi la possibilité de s'éloigner ou de se rapprocher de sa mère. Il crée une "distance optimale" avec sa mère et parvient en jouant ainsi à maîtriser sa peur de la séparation. L'enfant se familiarise progressivement avec son environnement qu'il va explorer.

Il va aussi se choisir un "doudou" auquel il s'attachera en l'absence de papa et maman. Ce doudou lui rendra leur absence plus supportable. Plus tard, la marche va lui permettre d'affirmer plus encore son individualité. Mahler note aussi que lors de cette phase les enfants s'intéressent à leurs parties génitales, à la différence anatomique entre filles et garçons.

## **La phase de rapprochement : de 18 à 24 mois**

On observe deux comportements typiques de cet âge : le fait de porter une grande attention aux faits et gestes de la maman et une succession de mouvements de rapprochement et d'éloignement de l'enfant par rapport à sa maman. Vers 21 mois, l'enfant est capable de trouver une distance idéale avec la mère. Les progrès du langage, les jeux symboliques et l'intériorisation des interdits contribuent à cette nouvelle étape. L'enfant est à présent capable de supporter les attentes et les frustrations et se sent intérieurement en sécurité.

## **Les débuts de la permanence de l'objet émotionnel : de 2 à 3 ans**

Ceci signifie que l'enfant a maintenant une représentation stable, permanente et distincte de lui et de sa mère. Non seulement l'enfant se sent clairement séparé de sa mère mais il perçoit aussi ses caractéristiques sexuelles, c'est-à-dire qu'il se perçoit très clairement comme fille ou garçon, avec des organes sexuels propres à son identité sexuelle. C'est au cours de cette phase que l'individualité de l'enfant s'affirme. Il se mêle à d'autres enfants, utilise les pronoms personnels et son sens de la temporalité se développe.

Au terme de ces 3 ans, l'enfant s'est créé son identité, il perçoit qui il est. Non seulement il sait qu'il est bien différent de sa mère, il connaît son prénom, il ne craint plus lorsque maman s'absente, il a sa propre vie, à la crèche puis à l'école, ... Cependant, ce processus de séparation et d'individualisation n'est pas terminé et des frustrations ou angoisses trop intenses peuvent le faire régresser. Nous verrons dans un prochain article comment les parents de leur côté peuvent favoriser cette autonomisation progressive de leur bébé, comment ils peuvent créer des conditions favorables à son épanouissement et sa croissance.

*Anne RAEYMAEKERS,*

*Licenciée en sciences familiales et sexologiques.*