

THÉORIE DE L'ATTACHEMENT

La théorie de l'attachement est un champ de la psychologie qui traite des relations entre êtres humains. Son principe de base est qu'un jeune enfant a besoin, pour connaître un développement social et émotionnel normal, de développer une relation d'attachement avec au moins une personne qui prend soin de lui de façon cohérente et continue (« caregiver »). Cette théorie a été formalisée par le psychiatre et psychanalyste John Bowlby après les travaux de Winnicott, Lorenz et Harlow.

Au sens de la théorie de l'attachement, le comportement infantile associé à l'attachement est essentiellement la recherche de proximité avec une figure d'attachement lors de la survenue de situations de stress. Les enfants en bas âge s'attachent aux adultes qui se montrent sensibles et attentionnés aux interactions sociales avec eux et qui gardent leur statut de caregiver d'une façon stable au moins plusieurs mois durant la période qui va de l'âge de six mois environ jusqu'à deux ans. Vers la fin de cette période, les enfants commencent à utiliser les figures d'attachement (c'est-à-dire l'entourage familial) comme base de sécurité à partir de laquelle ils vont explorer le monde et vers qui ils savent qu'ils peuvent retourner. Les réponses de l'entourage au comportement de l'enfant guident le développement de schèmes d'attachement (des modèles opérationnels de l'environnement et de l'organisme construits et élaborés par l'enfant) ; ceux-ci seront à leur tour la base de la mise en place des modèles internes opérants qui régiront les sentiments, pensées et attentes des individus par rapport à leurs relations et ce dès l'enfance. L'angoisse de séparation ou la douleur qui suivent la perte d'une figure d'attachement est considérée, de la part d'un jeune enfant, comme une réponse normale et adaptative. D'un point de vue évolutionniste, cet ensemble de comportements est peut-être apparu du fait qu'il accroît la probabilité de survie d'un enfant.

Les recherches de la psychologue du développement Mary Ainsworth au cours des années 1960 et 1970 ont donné un socle aux concepts de base, en introduisant la notion de base de sécurité et en développant la théorie de l'existence de schèmes d'attachement dans la petite enfance : attachement sécurisé, attachement anxieux et attachement évitant ; un quatrième schème, l'attachement désorganisé, a été identifié plus tard. Au cours des années 1980, la théorie est étendue aux relations d'attachement entre adultes. D'autres types d'interactions peuvent être interprétées comme des situations particulières du comportement d'attachement : ceci inclut les relations entre pairs quel que soit l'âge, l'attraction sentimentale et sexuelle et les relations de soins envers les jeunes enfants ou les personnes malades ou âgées.

Afin de formuler une théorie complète de la nature des premiers attachements, Bowlby a exploré un large ensemble de domaines incluant la théorie de l'évolution, les théories de la relation d'objet (un des principaux concepts de la psychanalyse), l'analyse systémique, l'éthologie et la psychologie cognitive. À la suite des articles préliminaires de 1958, Bowlby a exposé la théorie de l'attachement dans l'ouvrage en trois volumes *Attachement et perte* (1969-82 pour l'édition originale, 1978-84 pour l'édition française). Dans les premières années de diffusion de la théorie, Bowlby a été critiqué par les psychologues universitaires et la communauté psychanalytique l'a marginalisé pour s'être écarté des principes de la psychanalyse¹⁰; la théorie de l'attachement est

cependant devenue depuis « l'approche dominante pour la compréhension du développement social précoce, et a été à l'origine d'une importante vague de recherches expérimentales dans la mise en place des relations des enfants avec leurs proches ». Les critiques ultérieures de la théorie de l'attachement se rapportent à la complexité des relations sociales et aux limites d'une classification discrète des schèmes comportementaux. La théorie de l'attachement a été significativement modifiée à la suite de ces recherches expérimentales, mais les concepts sont désormais largement acceptés au début du XXIe siècle.

©<https://tonpsy.fr/lattachement-cest-quoi/>