

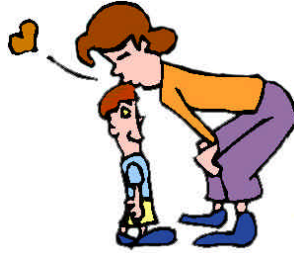
Traitement des troubles et des pathologies de l'attachement selon la théorie de l'attachement

Par Dr Pierre Foucault, Ph.D.

Compte-rendu de formation,

par Paul Loubier, M.A., psychologue en pratique privée
ploubier@videotron.ca

Une soixantaine de personnes se sont présentées, vendredi le 14 novembre, pour assister à la journée offerte par la Fédération des psychologues du Québec sur la théorie de l'attachement. Le conférencier invité, le Dr Pierre Foucault, est un psychologue spécialisé dans le domaine de l'enfance et de l'adolescence. Il fournit d'ailleurs des services-conseils en gestion clinique à divers organismes et institutions du réseau des affaires sociales depuis de nombreuses années. Je vais résumer ci-après les grandes lignes de sa présentation.



L'attachement est défini par Bowlby en tant que fonction biologique qui vise la survie de l'espèce. Il peut être décrit comme un lien affectif permanent, émotivement significatif, exclusif et provoquant la recherche de proximité. Ce lien est réciproque, entre la mère et l'enfant, et sera source de sécurité extérieure, mais d'abord intérieure. Quatre variables permettent généralement de mesurer le type et le degré d'attachement chez l'enfant et l'adulte. Ce sont le besoin de proximité physique, comme base de sécurité ; la capacité d'exploration et d'autonomie ; l'existence d'un port d'attache en cas de stress ; et enfin la présence d'une réaction de protestation en cas de rupture.

On retrouve dans la littérature trois types de lien d'attachement : l'attachement sécurisé (chez 67% de la population). Celui-ci décrit la personne qui peut, veut et entre, de fait, en relation habituellement avec autrui parce que la relation est, pour elle, source de bien-être, de plaisir et de satisfaction (Basic trust). L'attachement insécurisé caractérise la personne qui peut et veut entrer en relation avec son environnement, mais qui le fera spontanément tout croche, faute de la certitude d'y trouver bien-être, plaisir et satisfaction. Ce type de lien se subdivise en deux sous-groupes, soit l'insécurisé évitant (chez 22% de la pop.) et l'insécurisé ambivalent ou opposant (chez 8% de la pop.). L'insécurisé évitant éprouvera rapidement la peur du ridicule, du mépris, de l'humiliation, de la dévalorisation et du reproche. L'insécurisé ambivalent sera, quant à lui, habité de la peur du rejet, du refus, de la non-reconnaissance, de la dévalorisation et de la stigmatisation. Enfin, l'attachement désorganisé (chez 3% de la pop.) représente ce que l'on retrouve chez la personne qui veut entrer en relation, mais sera mal pourvue en termes d'habiletés pour le faire.

Cette personne aura tendance à ne pas entrer en relation pour, paradoxalement, assurer sa sécurité car

elle est trop certaine d'y trouver de la souffrance, du fait de ne pas voir ses attentes comblées.

Le style d'attachement constitue le fondement, selon Bowlby, du mode habituel de fonctionnement de l'individu. Il constitue une motivation fondamentale de la vie toute entière et est à la base de tout comportement humain, thérapeutique ou autre. C'est ce qui permet d'affirmer combien il est important, en psychothérapie, d'établir une relation de confiance avec le client. Et, en corollaire, de disposer soi-même, comme thérapeute, d'une base stable de sécurité dans notre propre vie.

M. Foucault nous explique en quoi ce modèle théorique est pertinent même en psychothérapie de l'adulte, car il nous permet de comprendre comment se présente la personne qui est devant nous et comment nous pourrions la rejoindre et l'amener à ce que son style d'attachement puisse changer progressivement et devenir plus sécurisé, si ce n'était pas le cas au point de départ. Il nous expose ce que sont les troubles de l'attachement et les pathologies de l'attachement dans l'excellent cahier qui a été fourni aux participants. Des vignettes cliniques sont incluses, selon les divers âges de la vie et diverses problématiques pouvant être observées chez nos clientèles.

Pierre Foucault nous encourage à faire la promotion de la préservation de la stabilité du lien mère/enfant dans la période de vie cruciale de six (6) à trente (30) mois, cela autant auprès de nos clientèles que dans nos contacts avec les divers intervenants impliqués auprès des familles.

Lecture suggérée :

Cassidy, Jude et Shaver, P.R. : (1999) : Handbook of attachment. Theory, research and clinical applications. N-Y, London: The Guilford Press.