

L'INSECURITE COMME PREMIER MODELE SECURISANT

« ...Mais si ces attachements étaient insécures, tout devient beaucoup plus difficile, et en particulier s'il y a eu pertes et séparations dans le petite enfance, ... Dans de telles situations l'adolescent « ne peut conserver une relative sécurité qu'en modifiant ses perceptions de la réalité afin que le système représentationnel qu'il a construit ne soit pas trop remis en cause »

Anne-Pascale Marquebreuck

« Exil et Adoption – attachements et appartenances multiples à l'adolescence »
Confluences, n° 21 de décembre 2008 pp.38,39
en ligne sur <http://www.iwsm.be/confluences/C21%20%283%29.pdf>

Et oui. C'est bien dans le déséquilibre que beaucoup de nos enfants installent, et retrouvent, une forme d'équilibre. Le mode relationnel (ou l'absence de relations) qu'ils ont connu tout petit s'est figé en modèle relationnel immuable qui les sécurise même si ce modèle est tout à fait inadéquat, conflictuel et maltraitant. C'est ce qu'ils ont découvert en venant au monde, c'est ça pour eux « être au monde ». C'est donc dans ce modèle relationnel qu'ils se réfugieront pour s'y apaiser, même si pour cela ils doivent nous transformer en parents maltraitants contre notre volonté, parfois même à notre insu. Combien s'y essaient !

Leur vraie mère, c'est l'insécurité, la rupture, le conflit. C'est leur premier Modèle Interne Opérant (M.I.O), celui qu'ils vont essayer de reproduire dans toute situation de stress pour y retrouver leur énergie originelle. Tout comme les enfants qui vont bien se réfugient dans les bras de leur mère pour y reprendre leur force.

Une fois que l'enfant a été maltraité, si c'est cela son mode de relations avec l'adulte, il va avoir tendance à le répéter même si c'est des choses qui le font souffrir.

Bernard Golse , pédopsychiatre et psychanalyste

« Les mémoires d'un bébé – histoire des soins aux bébés »
RTBF 1 (TV) 21.12.09

C'est difficile à comprendre quand on s'est construit soi-même sur des relations suffisamment sécurisantes, quand on a eu « les bons bras » suffisamment fiables et le temps qu'il faut pour être soi-même solide et chercher l'équilibre dans des relations harmonieuses. Cela va tellement de soi... Oui. Pour nous. Mais absolument pas pour eux.

Pour mieux comprendre, peut-être chacun d'entre nous devrait retourner dans son passé d'enfant. Les enfances toutes lisses et sans conflits ne sont peut-être pas les plus nombreuses, même si toutes n'amènent pas un attachement insécure. Mais pour beaucoup d'entre nous, un rappel sensoriel à notre petite enfance, une odeur, un son, un climat ou un accent peut nous renvoyer à une sensation rassurante d'enfance, même si nous y étions mal dans cette enfance et que nous voudrions peut-être l'oublier . Mais c'était la nôtre, c'est là que nous reconnaissons notre être profond, notre origine, notre base. Et cela nous rassure.

Un enfant né dans la guerre, s'il n'a pu en être protégé, ne se sentira pas en sécurité dans la paix. Il lui faudra un long apprentissage très soutenu, sans rupture, dans une vie et des relations harmonieuses pour transformer sa première vision du monde et trouver de nouveaux repères dans l'harmonie et la sécurité cette-fois. Parce que jusque là, pour lui, sa sécurité, c'est l'insécurité. Hors d'elle il est perdu.

Nous sommes donc attaqués, l'organisation familiale et les relations familiales mises à mal. C'est alors que l'enfant insécure « va mieux » qu'il « se retrouve » au sens premier du terme, qu'il retrouve ses premières sensations. Et comme tout petit, l'enfant **est la sensation** avant d'être un individu (*), en reproduisant ses premières sensations de ruptures et de conflits l'enfant retrouve qui il est.

Un enfant, ce qui l'angoisse surtout, c'est ce qu'il ne connaît pas

Bernard Golse (idem)

Oui, mais... cette vie chaotique qu'ils imposent n'est pas possible. Elle est même destructrice. Les parents, même très solides perdent le contrôle et avec lui leur rôle de base sécurisante ; les autres enfants s'y perdent, eux qui n'ont pas cette forme de prototype relationnel.

Nous en venons donc, parents, à « serrer la vis » de plus en plus, « mettre des limites » et contenir au maximum. Ce qui amène inévitablement l'enfant souffrant d'un attachement insécure à déployer une énergie démesurée pour tout briser, tout déséquilibrer pour enfin **s'y retrouver**, dans son prototype relationnel à lui construit sur la perte, l'abandon, la rupture et y trouver, s'y reconnaissant enfin, une forme d'apaisement.

Nous en venons donc, parents, à « serrer la vis » de plus en plus, « mettre des limites » et contenir au maximum. Ce qui amène inévitablement l'enfant souffrant d'un attachement insécure à déployer une énergie démesurée pour tout briser, tout déséquilibrer pour enfin **s'y retrouver**, dans son prototype relationnel à lui construit sur la perte, l'abandon, la rupture et y trouver, s'y reconnaissant enfin, une forme d'apaisement.

Nous en venons donc, parents, à « serrer la vis » de plus en plus, « mettre des limites » et contenir au maximum. Ce qui amène inévitablement l'enfant souffrant d'un attachement insécure à déployer une énergie démesurée pour tout briser, tout déséquilibrer pour enfin **s'y retrouver**, dans son prototype relationnel à lui construit sur la perte, l'abandon, la rupture et y trouver, s'y reconnaissant enfin, une forme d'apaisement.

« L'angoisse de l'inconnu est plus forte que la douleur du connu »

Bernard Golse (idem)

La situation est sans solution : plus nous ferons face, plus il sera perdu et renforcera ses défenses « vitales » en déstructurant ses comportements et sa relation à nous, en déstructurant toute la vie familiale. Nous connaissons tous cette situation.

Que faire alors ? Comment être le parent contenant, la base de sécurité sans ôter à l'enfant son modèle relationnel originel vital qui le sécurise tout en le détruisant ?

C'est une des questions fondamentale, si pas la toute première question, qui se pose aux parents d'un enfant insécure. Et là, oui, vraiment l'aide d'un tiers, thérapeute capable de soutenir cette question avec nous pour nous aider à moduler cette contradiction est vraiment nécessaire.

Car, comment permettre à l'enfant de garder, le temps qui lui sera nécessaire, son équilibre de base construit sur la rupture et le chaos, parfois même l'agression, tout en construisant notre place de parents, figures d'attachement et base de sécurité qui dans un avenir plus ou moins proche devrait prendre toute la place de ce « prototype de rupture » qui sert de lieu d'équilibre et de leurre de sécurité à notre enfant ?

Comment remplacer ce premier Modèle Interne Opérant sans complètement briser psychiquement notre enfant ?

Comment pour nous, être à la fois une chose et son contraire ? Et en gardant bien en vue qu'il y a une chose qui doit devenir l'avenir, notre modèle de figure d'attachement sécurisante, et que son contraire, le Modèle Interne Opérant de rupture et de conflit doit devenir un passé qui n'a petit à petit plus d'emploi.

Il nous faut de l'aide, c'est sûr ! Et même avec une aide très compétente ce sera difficile. Il faut donc bien choisir cette aide et poser clairement le problème. Savoir qu'on n'est pas dans le tout ou rien, mais dans le tout et rien. Savoir que pendant longtemps, pour que notre enfant s'y retrouve et s'y sente un minimum contenu, pour que petit à petit du prototype relationnel de rupture il passe à notre contenance pour y trouver son équilibre et sa sécurité, cela demande que nous soyons capables, nous parents, de vivre dans une sorte de déséquilibre nécessaire à ce passage sans nous y perdre. En amorçant ce déséquilibre comme un tournant dangereux mais inévitable et négociable avec une aide thérapeutique solide.

C'est donc nous qui devons être aidés pour être capables de remplacer chez notre enfant le M.I.O destructeur qu'ils ont mis en place au début de leur vie.

Parents d'un enfant présentant des troubles de l'attachement, ce ne sera jamais confortable. Alors, autant choisir l'inconfort qui nous fera progresser nous et cet enfant.

Pour y arriver, il y a des consolidations nécessaires. Consolidation du couple des parents avec la connaissance pour chacun de son propre mode d'attachement, de son propre prototype relationnel, celui que nous reproduisons spontanément pour notre bonheur ou pas, selon chacun. Cette connaissance peut apporter bien des apaisements, éviter bien des conflits, constituer le couple parental en base solide contre laquelle l'enfant en difficulté pourra se mesurer.

Cette connaissance nous permettra aussi de bien faire la différence, dans une émotion ou un conflit, entre ce qui appartient à notre enfant et ce qui nous appartient. Cette connaissance, cette clarification, en nous permettant de garder le contrôle sur nos propres émotions, permettra aussi à notre enfant de s'y retrouver, de reconnaître ses contours à lui et donc de s'individuer, de construire sa propre personnalité et de la reconnaître.

Dans les ruptures, les déséquilibres, les conflits et souvent les colères et violences qu'il recherche - et provoque - l'enfant souffrant de troubles de l'attachement retrouve son prototype relationnel de base, sécurisant donc pour lui. Ce prototype relationnel doit clairement lui appartenir. Il doit pouvoir le dissocier de nos propres émotions.

Nous ne pouvons donc pas craquer, nous ne pouvons pas embarquer dans sa colère et ses comportements problématiques. Alors, sa colère lui appartiendra, bien à lui, à lui seul et pas à nous. C'est la condition pour qu'il puisse un jour s'en débarrasser. Et avec notre aide, il pourra alors, petit à petit, peut-être, sentir qui il est vraiment et rassuré par notre contenance, perdre le besoin de ce prototype originel destructeur.

Bernadette Nicolas

(*) voir **Journal d'un bébé** de DANIEL N.STERN - éd. Odile Jacob

voir aussi : sur le site de la Ligue Bruxelloise Francophone pour la Santé Mentale <http://www.lbfsm.be>

Centre de documentation Psychendoc

+bulletin bibliographique N° 14 – mars 2010 – **Bibliographie sur l'attachement** :

Généralités sur l'attachement / la théorie de l'attachement / la pulsion d'attachement / les troubles de l'attachement.

L'attachement chez le bébé, chez l'enfant, chez l'adolescent, dans la famille, dans le couple.