

# LA RELATION MÈRE-ENFANT

## Le lien d'attachement

*Sœur Madeleine Ntabala*



Il m'a été demandé de prendre part à la rédaction du *Bulletin* de ce mois-ci, même si je ne suis pas une écrivaine. Je suis une simple religieuse, des Sœurs Servantes des Pauvres, psychologue et psychothérapeute, qui s'est consacrée, dans sa pratique, aux relations interpersonnelles. Je ne pouvais pas refuser cette demande, car le contact avec l'équipe du Centre Rosalie-Cadron-Jeté a suscité en moi, non seulement une curiosité, mais aussi une admiration de voir comment tous les membres de la Famille Internationale de Miséricorde vivent pleinement le charisme des Sœurs de Miséricorde. Une simple curiosité, oui, qui a suscité un désir d'être utile, moi aussi, avec ce que je suis. Cela crée, déjà, un lien d'attachement.

Tous, nous créons des liens, nous vivons des liens d'attachement. L'attachement peut être défini comme l'ensemble des comportements qui contribuent à la formation d'un lien spécifique entre deux personnes : soit par sympathie, soit en étant membre d'une même famille ou soit par un idéal quelconque. Comme c'est le cas des membres de la Famille Internationale de Miséricorde et le cas des mamans qui fréquentent les œuvres des Sœurs de Miséricorde.

Les racines du lien d'attachement peuvent être retracées dans les relations primaires établies entre l'enfant et l'adulte. J'aborderai donc le lien d'attachement entre l'enfant et sa mère.

Pour aborder ce thème, je me base sur la théorie de deux psychologues : Mary Ainsworth, psychologue américaine, et John Bowlby, psychologue britannique. Nous parlerons, par la suite, du lien d'attachement avec le thème de ce mois-ci, la résurrection.

Le principe de la théorie d'attachement est qu'un jeune enfant a besoin de développer une relation d'attachement avec au moins une personne qui prend soin de lui de façon cohérente et continue pour connaître un développement social et émotionnel normal. Pour mieux comprendre d'une façon claire et simple comment cela se produit, je vais vous parler du lien d'attachement par l'image d'un tissu qui doit être fabriqué.

### Qui s'engage dans ce dur labeur?

C'est bien sûr, l'enfant et sa mère. Les deux fabriquent, ensemble, cette relation ou chacun apporte le matériel qu'il a en sa possession.

Le tissage est un procédé de production de tissu dans laquelle deux ensembles distincts de fils sont entrelacés. Pour ce faire, nous avons besoin de fils de chaîne, de fils de trame et d'un

peigne. De la même façon, pour créer le lien d'attachement, l'enfant et sa mère ont besoin de matériel.

Le processus de tissage pour ce lien commence dès la conception de la vie, lorsque la mère se rend compte qu'elle est enceinte et qu'elle commence à communiquer avec son enfant, surtout sur le plan émotionnel. Ensuite, dès la naissance de l'enfant, le vrai travail débute.

### **Où iront-ils puiser le matériel nécessaire?**

Les matériaux, ils les ont déjà! Ils doivent seulement les mettre en action, les mobiliser. L'enfant va mettre en jeu son tempérament, présent dès sa naissance, car déterminé génétiquement, même si plus tard il pourra être influencé par son milieu de vie familial et social.

Sa mère porte ce qu'elle est : son caractère et sa personnalité qui s'articulent dans ce qu'elle fait : sa sensibilité à répondre promptement aux désirs de l'enfant, sa capacité de réussir à synchroniser ses émotions à celles de son enfant; sa façon de le prendre, de le tenir dans ses bras, de le laver; la délicatesse et la tendresse qu'elle utilise pour changer ses couches, la tendresse de ses mains, quand elle lui donne son bain; son regard fixé sur lui quand elle l'allait et qui traduit une certaine complicité comme celle entre deux amoureux; sa capacité de savoir interpréter sans erreurs, ses pleurs, ses malaises, de répondre à son sourire, etc.

Être mère ça s'apprend! Et ce, pour chacun de ses enfants, car chacun est né avec son tempérament.

Apprendre à comprendre ce que l'enfant demande, interpréter son langage mimique et ses gestes, et être apte à capter ses messages non verbaux constitueront le tissu de la relation que l'enfant va tisser avec sa mère.

Comme pour un tissu, la relation que l'enfant va tisser avec sa mère, son lien d'attachement, peut être de différentes qualités. De bonne qualité lorsque les matériaux utilisés sont de bonne qualité, et de moins bonne et mauvaise qualités lorsque les matériaux utilisés sont de moins bonne et mauvaise qualités.

De plus, comme les matériaux, le tissu peut être de chanvre, de soie, de lin, de laine, de coton ou bien de cachemire. Les matériaux à la disposition du tissage du lien d'attachement entre une mère et son enfant peuvent produire une relation ou un lien d'attachement du type : sécure, insécure/évitant, anxieux/ambivalent, désorienté/désorganisé. (Mary Ainsworth) La couleur du tissu peut être comparée à ce qui sera plus tard visible, observable et qui, selon la qualité de la relation, pourra nécessiter l'aide d'un spécialiste du comportement.

Bien que le travail du tissage du lien d'attachement soit un travail à deux, la mère et son enfant, la mère reste toujours celle qui guide le jeu, qui oriente cette construction, d'où sa capacité d'adaptation au tempérament de son enfant, pour qu'elle puisse toujours être en mesure de bien l'orienter et de synchroniser ses émotions sans le frustrer; de pouvoir accompagner la construction de sa personnalité qui se développe au fil du temps, influencée par le tempérament, le milieu familial, l'entourage et les expériences de vie de l'enfant ainsi que par la société et ses stéréotypes.

Notre capacité de savoir « être » mère est ce qui pourra déterminer la qualité de notre relation avec notre enfant.

À part la qualité du tissu, il y a aussi la couleur. Selon les études faites par les auteurs cités et par tant d'autres, les rapports quotidiens de l'enfant avec sa mère peuvent produire un lien d'attachement du type **sécure**. Là où comme le dit le mot, l'enfant se sent en sécurité, il sait que sa mère est là pour lui, il sait qu'il peut compter sur elle en tout moment, il sait qu'il peut lui faire confiance, il se sent protégé, il n'a peur de rien. L'enfant est convaincu d'être aimable, et il n'a pas peur d'être abandonné, il a confiance en soi et dans les autres, et il développe une perception positive de lui-même. L'émotion prédominante est la joie. Ses relations interpersonnelles futures seront, en général, imprégnées du respect de soi et de l'autre, elles seront durables et équilibrées. Il tendra à surmonter les conflits avec des stratégies adéquates à la situation.

Un autre type de lien peut être **insécure/évitant** : là où l'enfant a la perception que sa mère (ou la personne qui prend soin de lui) n'est pas une personne à qui il peut demander de l'aide en cas de besoin, car cette personne ne se montre pas digne de confiance (n'inspire pas confiance). Souvent, elle est absente et plusieurs fois repoussante. L'enfant est insécure, et il n'a pas confiance au monde extérieur et il aura tendance à l'évitement par peur d'être rejeté et convaincu de n'être pas aimable; ainsi la perception de l'autre sera négative. L'émotion de base sera la tristesse. Dans ses relations interpersonnelles futures, il aura tendance à ne pas manifester d'affection.

Un autre style est le style **anxieux/ambivalent** où l'enfant voit sa mère comme une personne disponible d'une façon discontinue... des fois elle est présente, mais souvent non. La relation avec sa mère sera une relation d'insécurité et d'anxiété, et dans ses relations amoureuses, la personne sera souvent objet d'impulsion, de passion et quelques fois, elle pourra montrer de la jalousie, de l'obsession et de la possessivité. Souvent, il pourra tendre à idéaliser les autres, les valorisant avec des sentiments dévalorisants envers lui-même.

Un dernier style serait le style dit **désorienté/désorganisé**. La mère qui vit ce style semble être une mère effrayée et effrayante. L'enfant le vit d'une façon négative la perception de soi et de l'autre. Il y a le refus de l'intimité, souvent en conflit avec la recherche de l'autre. D'autres fois, la personne démontre une certaine dépendance et dans la vie du couple, il assumera le rôle passif.

Quelle est la qualité des matériaux que nous pensons mettre ou avoir mis pour le tissage du lien d'attachement avec notre enfant?

Cette question nous plonge dans le thème de ce mois, **la résurrection**.

On se rend vite compte de la qualité du matériel, de la couleur de notre relation. C'est le moment alors de notre résurrection! De renaître à une nouvelle vie, de reprendre des forces et d'agir. Cette relation que nous vivons avec notre enfant, et avec les autres, n'a pas été achetée comme une étoffe que nous pouvons aller échanger dans un magasin, mais elle est sortie de nous. Alors, c'est nous-mêmes qui pouvons décider de changer la couleur de notre étoffe, de nos liens.

Jésus est ressuscité pour nous libérer. Avec sa résurrection, il nous invite aussi à la résurrection, à l'abandon de tout ce qui est souffrance, tristesse, angoisse, mauvaise humeur, tout ce qui donne une moins belle couleur à nos relations et qui nous affecte en affectant les

autres. Il est important de renaître, de vivre autrement, surtout si nous avons des enfants à notre charge, et que nous devons guider leur croissance jusqu'à la structuration de leur personnalité. Observons, dans le moment présent, ce qui peut être changé et reprenons-nous, car il est toujours possible de changer notre type de relation, de lien d'attachement, qui n'aide pas l'enfant dans sa croissance, et c'est toujours mieux quand on récupère le plus tôt. Il en est de même pour nos liens, notre relation avec les autres.

**Ressusciter** c'est être vivant d'une manière nouvelle, manifester une vie nouvelle et dans notre contexte nous pouvons dire que c'est se relever de nos faiblesses, de nos limites qui n'épargnent personne et reprendre vie. Même si nous découvrons que nous ne sommes pas des mères idéales, cela ne doit pas nous abattre, levons-nous, reprenons nos forces, sans doute voyons ce qui peut être utile pour notre cheminement maintenant, ce que nous devons améliorer dans la relation avec notre enfant, car mère, on ne naît pas, mais on le devient! Devenir mère s'apprend et apprendre veut aussi dire, acquérir par l'étude, par la pratique, par l'expérience une connaissance, un savoir-faire. Et c'est avec nos enfants que nous apprenons comment devenir mère.

*Mère on ne naît pas, mais on le devient!*