

Formation donnée à des enseignants aux USA sur les troubles de l'attachement.

L'attachement met en place les fondations de la personne. Tout se passe pendant les trois premières années de la vie. L'enfant devient capable de faire la différence entre la personne qui s'occupe de lui et lui-même. Il s'est attaché de façon importante. Le lien est la connexion biologique, génétique et émotionnelle entre une mère et son bébé pendant la grossesse et à la naissance. L'attachement est un comportement appris après la naissance par l'intermédiaire d'interactions entre la personne qui s'occupe de l'enfant et l'enfant pendant les trois premières années de la vie.

La danse de l'attachement

Elle commence en fait avant la conception. Quels sont les stress que subit la maman? Comment sont ses relations dans sa vie? Quel est le tempérament de la famille? Est-ce que la grossesse est souhaitée? Quelle est la qualité de l'attachement entre la mère et sa propre mère? Y a-t-il abus de drogues et/ou d'alcool?

Réceptivité – Au second trimestre de la grossesse, le fœtus devient réceptif à sa mère. Un fœtus de 5 mois reconnaît la voix de sa mère. Vers 6-7 mois il répond par des mouvements musculaires précis au son et au rythme de la voix de sa mère.

Synchronisme – Au troisième trimestre, le fœtus et sa mère répondent chacun à l'activité de l'autre. Tout ce que sa mère ressent, le fœtus le ressent par l'intermédiaire d'un grand nombre de substances chimiques libérées qui entraînent divers états d'humeur.

A la naissance – Le comportement et les émotions de la mère règlent le fonctionnement corporel et cérébral du bébé. Le nourrisson influence aussi le comportement et l'humeur de sa mère. Vers 3 mois, 50% du comportement de la mère et 40% du comportement de l'enfant sont influencés l'un par l'autre.

L'accordage affectif c'est la réponse de la mère à l'humeur de son enfant et sa reconnaissance adéquate de ses besoins. Il fournit la base pour l'enfant de sa capacité d'identification de ses propres humeurs et de sa capacité d'empathie et fournit le fondement de la confiance. Pendant la première année de la vie avec un cycle d'attachement normal, l'enfant apprend à faire confiance à sa mère pour combler ses besoins à travers les réponses qu'elle donne à ses pleurs.

Bénéfices d'un attachement sain (Levy)

Réciprocité – relation positive avec les personnes qui s'occupent de l'enfant et capacité de développer et de maintenir des relations

Autorégulation – capacité de contrôler ses pulsions et ses émotions (l'enfant peut "dépasser" sa perturbation)

Empathie – compassion et coopération

Modèle opérationnel interne positif – indépendance et autonomie, croyances profondes positives (des croyances à son propre sujet) et sens de lui-même positif et solide.

Conscience morale – préoccupation de l'impact de son comportement sur les autres.

Résilience – capacité de l'enfant de gérer positivement le stress et l'adversité

Modèle opérationnel interne – je suis bon, je suis désiré, j'ai de la valeur, je suis compétent. Ma mère comble mes besoins, est sensible, attentive et digne de confiance. L'enfant croit que le monde est sûr et que la vie vaut la peine d'être vécue. Il est heureux d'être en vie. L'enfant peut échouer parce qu'il est aimé malgré tout. Il sait qu'il est normal de rater, il est résilient et peut repartir.

Les troubles de l'attachement peuvent être décrits comme un "gel de l'attachement". Le développement s'arrête là où l'attachement s'arrête ou est interrompu. Il y a habituellement un large fossé entre l'âge chronologique de l'enfant et son âge de développement. Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement peuvent tout à fait saboter intentionnellement un test d'évaluation psychologique.

Des facteurs génétiques peuvent influencer la capacité de l'enfant à s'attacher.

Les enfants qui sont victimes et/ou témoins de violence développent souvent un état de stress post-traumatique.

Le cerveau

Le *système limbique* ou mésencéphale est la partie du cerveau qui interagit avec l'environnement, qui a la capacité d'expérimenter et d'exprimer des émotions, elle gouverne les réponses de lutte ou de fuite et est le siège de tous les liens relationnels.

Le *cortex cérébral* est le lieu du langage symbolique, où les décisions sont prises, où l'information est traitée et il régule les émotions supérieures telles que l'empathie, la compassion et l'amour. Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement n'ont pas un cortex cérébral très développé.

Le *cortex préfrontal* c'est le lieu des projets, de la pensée créative, et il règle les réponses émotionnelles internes.

Le *système réticulaire* est le système de passage entre l'ancien et le nouveau cerveau. Chez les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement, cela ne fonctionne pas bien.

Les *amygdales* sont la partie du système limbique qui est responsable en premier de la rage et la peur. Chez les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement, cette partie est sur-stimulée. Un enfant qui souffre de troubles de l'attachement est constamment en train de réagir.

Effets sur le développement neurologique

Les souvenirs traumatiques sont stockés uniquement dans l'hémisphère droit du cerveau.

Le corps calleux et le mésencéphale sont sous-développés. C'est pourquoi les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement ne peuvent pas exprimer ces souvenirs en mots. Il est par conséquent difficile de savoir ce qui les met hors d'eux parce qu'ils ne peuvent pas le dire.

Les émotions sont traitées dans les amygdales. Chez un enfant qui souffre de troubles de l'attachement, les seules émotions qu'il peut traiter sont la colère et la peur. Ce qui motive un enfant qui souffre de troubles de l'attachement c'est l'anticipation que quelque chose de mauvais arrive. Il est toujours dans l'attente que quelque chose de mauvais survienne.

L'aire cérébrale responsable de la réflexion de cause à effet est sous-développée.

Le sous-développement neurologique du mésencéphale entraîne : des difficultés d'apprentissage ; l'incapacité de se protéger soi-même d'une sur-stimulation ; le développement excessif de zones du cerveau responsables des réponses au stress (lutter ou fuir). Ceux qui choisissent de fuir peuvent utiliser la dissociation comme outil de fuite ; il faut moins de stimulation pour activer les parties du cerveau qui sont surdéveloppées et plus de stimulation pour activer les parties du cerveau qui sont sous-développées.

Le cerveau de l'enfant attend et anticipe un autre traumatisme de la part de tout adulte. L'enfant ne peut pas faire la différence entre un vrai danger et un comportement approprié venant d'un adulte. La réaction de l'enfant est basée sur la façon dont il interprète le comportement des adultes.

Le cerveau est en état de surexcitation constante. Il anticipe l'abus de ses parents d'accueil ou d'adoption; il fait de fausses déclarations; il a du mal de s'endormir; son système de réponse au stress est surchargé; les zones du cerveau responsables de la conscience morale n'arrivent pas à se développer normalement; l'enfant ne fait pas attention à sa propre sécurité, ne se soigne pas et évite les autres. Il est si attentif à la sécurisation de son environnement qu'il ne peut pas faire attention à lui-même.

L'enfant a des stratégies de défense limitées et aura des problèmes de dissociation, de formation réactionnelle, de pulsion de répétition et peut s'identifier avec son agresseur.

Effets sur les compétences interpersonnelles de base

Note: tous les enfants ne feront pas tout ce qui est écrit ci-dessous, bien qu'ils montrent la plupart des comportements.

"Si je ne contrôle pas tout, je vais mourir." Ceci peut être basé sur une expérience réelle, mais n'a plus de raison d'être. Ils doivent aussi être en contrôle de toutes les situations, spécialement des sentiments et des comportements des personnes qui s'occupent d'eux. Ils disent "Je n'ai pas confiance en vous." Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement montrent souvent un comportement de ce type: "Si je peux vous rendre fou, alors je vous contrôle." Ils sont comme un missile à tête chercheuse, ils cherchent et trouvent les endroits où faire mal chez l'adulte.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement commencent des luttes de pouvoir et doivent les gagner.

La perception de lui-même et du monde qu'ont les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement est très distordue. Ils fonctionnent à partir d'endroits différents de leur cerveau. Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement agissent à partir de leur vue distordue du monde.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement se sentent puissants en disant "non" par des mots ou des comportements (prendre 4 heures pour faire un devoir de 15 minutes).

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement blessent physiquement et émotionnellement les autres.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement doivent maintenir une conception négative d'eux-mêmes : "Je ne mérite pas d'être aimé."

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement ont une capacité limitée de contrôler leurs propres sentiments (ils n'ont pas de sens de l'humour).

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement évitent le plaisir de la réciprocité, l'engagement et le rire.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement évitent d'avoir besoin de quelqu'un ou de demander de l'aide, y compris quand ils sont malades.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement évitent d'être félicités et qu'on reconnaisse qu'ils ont de la valeur.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement évitent d'être aimés et de se sentir spécial pour quelqu'un.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement sont enveloppés par la honte à l'origine de leur être. Ils croient : "Je suis mauvais".

Modèle opérationnel interne négatif

Je suis mauvais, je ne suis pas désiré, je ne vauds rien, je suis impuissant et je ne suis pas aimable.

Les personnes qui s'occupent de moi ne répondent pas à mes besoins, sont insensibles, blessantes et ne sont pas dignes de confiance. Je m'attends toujours à ce qu'ils me blessent.

Le monde n'est pas sûr, la vie ne vaut pas la peine d'être vécue.

Techniques pour gérer un enfant qui souffre de troubles de l'attachement en classe

* Créez une alliance avec les parents. Vous créez une boîte en acier doublée de velours. Les techniques utilisées à la maison et qui marchent devraient être transposées dans tous les autres domaines. Parlez directement avec les parents. Communiquez par téléphone, par e-mail. Ne communiquez pas via l'enfant. Faites confiance à ce que les parents vous disent. Vérifiez toujours les histoires que l'enfant vous raconte.

* Utilisez un assistant thérapeutique. L'assistant est une extension de la maman. Demandez "Qu'est-ce que ta mère penserait de ton comportement?" Demandez à l'assistant de faire faire des choix à l'enfant (bons et mauvais). Faites réfléchir l'enfant à l'impact de son comportement. Amenez des conséquences logiques chaque fois que c'est possible. Utilisez des phrases telles que "Je ne parle qu'avec les enfants qui me disent la vérité." Pour arrêter un comportement non désiré, faites porter à l'enfant les conséquences de son comportement. En utilisant un assistant thérapeutique, l'enseignant devrait rester empathique ou en position neutre.

* Les conséquences devraient être naturelles et logiques. C'est bien de reporter la conséquence plus tard dans la journée, mais ne la reportez pas à un autre jour. Utilisez des phrases telles que "Je ne veux pas m'en occuper maintenant. Ne t'inquiète pas, je m'occuperai de toi plus tard." "Ne t'inquiète pas" est la phrase-clé. Vous voulez que l'enfant se concentre sur son comportement et qu'il réfléchisse à ses conséquences.

* L'école ne peut pas se centrer sur le travail scolaire et sur le travail du comportement en même temps. Si le comportement de l'enfant n'est pas sous contrôle, l'enfant ne peut pas apprendre.

* Ne dites pas "Si tu ne fais pas ..." ce sont des mots de lutte pour un enfant qui souffre de troubles de l'attachement. Centrez-vous plutôt sur ce que vous voulez que l'enfant fasse. "Les enfants qui ont fini leur devoir vont manger." L'enfant a le choix : faire son travail et aller manger ou ne pas faire son travail et rester jusqu'à ce qu'il soit fini. Soyez empathique. "Je suis désolé que tu n'aies pas fini ton travail. Peut-être que cela ira mieux demain."

* Concertez-vous avec le thérapeute de l'attachement.

* Etablissez votre position d'autorité. "Je suis le chef." Faites le reconnaître verbalement par l'enfant (Oui, Madame X, vous êtes le chef.) Insistez pour que l'enfant utilise un titre de respect (Madame X et pas quelque chose comme "Eh! Vous"). Insistez sur le contact oculaire quand vous parlez à l'enfant (tout le temps). Insistez sur les bonnes manières. Insistez sur un langage cohérent (pas de murmure entre les dents ou de langage à peine audible). Ne soyez pas désolé pour l'enfant. L'enseignant doit apparaître plus fort que l'enfant qui souffre de troubles de l'attachement, sinon l'enfant ne peut pas faire confiance dans l'enseignant et il cherchera des moyens de l'énerver.

* Evitez les luttes de pouvoir avec l'enfant. "Partagez" le contrôle en lui donnant des choix dans des limites acceptables. "Veux-tu utiliser le crayon rouge ou le crayon jaune?" "Veux-tu faire d'abord les problèmes 1 à 10 ou les problèmes 11 à 20?" Cela donne à l'enfant l'illusion du contrôle. Donnez des choix que vous pouvez accepter. Ne laissez pas à l'enfant plus de 10 secondes pour se décider. S'il n'a pas pris sa décision ou s'il a répondu par autre chose qu'un

des choix proposés, alors c'est à l'enseignant de faire le choix. Evitez la colère et la frustration lors des interactions.

* Utilisez les conséquences naturelles et logiques. Reconnaissez les bonnes décisions et les bons comportements. Soyez très spécifique dans vos félicitations. Utilisez les encouragements.

* Quand vous donnez des conséquences pour un comportement négatif, évitez les punitions. L'enfant manque de réflexion de cause à effet et perçoit l'enseignant comme quelqu'un qui est là "pour l'avoir". L'isolement, s'asseoir dans une pièce sans rien faire, ne marche pas. Le travail physique marche. Demandez à l'enfant de nettoyer les tableaux; de nettoyer les pupitres, etc. Ne faites pas de sermon. N'utilisez pas de système de points, un enfant qui souffre de troubles de l'attachement les utilisera pour argumenter et manipuler. Les systèmes standard de modification du comportement ne marchent pas. Ils ne motivent pas l'enfant. 1-2-3 magique est juste une occasion de continuer à provoquer.

Les temps de mise à l'écart à l'intérieur de la classe ont lieu quand l'enfant doit être à côté de l'enseignant et faire son travail. Les moments hors de la classe devraient être brefs et ne concerner que des comportements perturbateurs ou agressifs ou quand l'enfant doit rattraper le travail qu'il n'a pas fait.

Les enfants qui souffrent de troubles de l'attachement ont besoin de faire une restitution quand ils ont eu des comportements offensants. Si l'enfant blesse quelqu'un d'autre, l'enfant doit faire quelque chose pour celui qu'il a blessé.

Utilisez l'activité physique pour rediriger les comportements négatifs. Cela ne devrait pas être une punition. Envoyez l'enfant courir autour de la cour "pour qu'il y ait plus de sang qui arrive à son cerveau et qu'il puisse faire de meilleurs choix".

Ne vous mettez pas dans la situation du mauvais. Utilisez l'empathie. Il est difficile de s'énerver contre quelqu'un qui est gentil.

Trois buts à poursuivre pour un enfant qui souffre de troubles du comportement:

Être responsable

Être respectueux

Être agréable à vivre (de bonnes relations qui sont mutuellement agréables).

01 mai 2002

Traduit de l'américain par Françoise Hallet
À partir d'une page web qui a disparue.