


Dr Christine Genet ■ Dr Estelle Wallon

Psychothérapie de l'attachement

Préface de Nicole Guédeney

DUNOD

<p>Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.</p> <p>Le Code de la propriété intellectuelle du 1^{er} juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique</p>	<p>d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée.</p> <p>Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).</p>
	

© Dunod, 2019
 11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff
 www.dunod.com

ISBN 978-2-10-078804-0

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

« Sans relation, point d'existence : être, c'est être relié... »

Krishnamurti, *Le livre de la méditation et de la vie*, Éd. Stock (1995)

« Anatole traîne toujours derrière lui sa petite casserole. Elle lui est tombée dessus un jour... On ne sait pas très bien pourquoi. [...] À cause de cette petite casserole, Anatole n'est plus tout à fait comme les autres. [...] Heureusement, les choses ne sont pas aussi simples. Il existe des personnes extraordinaires. Il suffit d'en voir une... pour avoir envie de sortir la tête de la petite casserole. [...] La petite casserole est toujours là, mais elle est plus discrète et surtout, elle ne se coince plus partout. »

Isabelle Carrier, *La petite casserole d'Anatole*, Éd. Bilboquet (2009)

Remerciements

Merci aux familles que nous avons accueillies à la CCAPE et qui nous ont permis d'enrichir notre pratique.

Merci à Susana Tereno, psychologue-chercheuse, professeure des Universités associée et superviseure de la CCAPE pour son engagement et la richesse de son apport scientifique.

Merci à toutes nos collègues actuelles ou passées de la CCAPE pour leur dynamisme et leur créativité.

Merci au D^r Taieb Ferradji, notre chef de service, pour son soutien actif.

Merci à nos collègues médecins, dont le D^r Cécile Omnes, à nos collègues paramédicaux et administratifs du Centre Hospitalier de Plaisir (78), qui nous ont permis de créer et de pérenniser ce dispositif.

Merci au D^r Nicole Guédeney pour avoir soutenu notre projet avec bienveillance et à l'équipe du « séminaire attachement » qu'elle anime avec le P^r Antoine Guédeney, pour leur aide et leurs encouragements.

Merci à Sophie Gandillot et Michel Puech pour leur relecture attentive et leurs conseils avisés.

Merci au P^r Michel Delage et au D^r Hassan Rahioui pour leur soutien.

Merci à nos familles pour leur regard et leur patience par rapport à ce livre qui nous tient à cœur.

Table des matières

<i>PRÉFACE</i>	IX
Nicole Guédeney	
<i>AVANT-PROPOS</i>	XVII
1. Une présentation de la théorie de l'attachement	1
Approche historique	1
Les grands points de la théorie	3
<i>L'attachement : un système biologique et comportemental, 3 •</i>	
<i>Attachement et régulation sociale, 5</i>	
L'attachement au fil de l'âge	5
<i>L'attachement durant la petite enfance, 5 • L'attachement de la</i>	
<i>maternelle au primaire, 12 • L'attachement à l'adolescence, 13 • Point</i>	
<i>sur l'attachement désorganisé, 14 • L'attachement à l'âge adulte, 16</i>	
Focus sur quelques éléments attachement-pertinents	18
<i>Attachement et personnalité chez l'adulte, 18 • Attachement et</i>	
<i>résilience, 23 • Attachement, événements de vie et</i>	
<i>psychopathologie, 23</i>	

2. La théorie de l'attachement déclinée en techniques thérapeutiques	27
Attachement et psychothérapie	27
<i>La relation thérapeutique, 27 • La distance relationnelle et émotionnelle, 29 • Les quatre phases d'une thérapie au regard de l'attachement, 29 • L'attachement des thérapeutes et le processus psychothérapeutique, 33</i>	
Mentalisation et attachement	34
Attachement et pratique clinique	35
Quelques approches spécifiques attachement-pertinentes chez l'adulte	38
<i>Les Thérapies Basées sur la Mentalisation (TBM), 38 • La Thérapie Inter-Personnelle (TIP), 39</i>	
Quelques approches spécifiques attachement-pertinentes parents/enfants ou adolescents	40
<i>Pour les parents et les enfants, 41 • Pour les parents et les adolescents, 42</i>	
Quelques approches spécifiques attachement-pertinentes pour les familles et leurs aidants	42
3. Qu'est-ce que la Co-Consultation Attachement Parents-Enfant ?	45
Février 2010 : élaboration du projet	45
Février 2011 : les premières consultations	47
Et maintenant... L'aventure continue	48
4. Spécificités des techniques thérapeutiques de la CCAPE	51
Les techniques thérapeutiques	51
<i>Une consultation informée, 51 • « Ici et maintenant », une observation éthologique adaptée à l'attachement, 56 • Se concentrer sur le positif, 57 • Axe de travail : le lien parents-enfant, 58 • La chaîne de sécurité, 59</i>	
Les outils : la CCAPE, une pratique intégrative	59
<i>Le cercle de sécurité (Cooper et al., 2000), 60 • Les hiérarchies familiales adaptées à l'attachement, 60 • L'aide à la mentalisation et la gestion des émotions adaptées à la CCAPE, 64 • L'approche cognitivo-comportementale et émotionnelle adaptée à l'attachement, 71 • Le génogramme adapté à l'attachement, 72 •</i>	

<i>L'apport de la Thérapie Inter-Personnelle dans cette consultation, 73</i>	
<i>La vidéo fournie par la famille, 77</i>	
La supervision et la formation	78
Intérêt des échelles dans le dispositif de la CCAPE	80
5. Épisodes et péripéties de la CCAPE	83
Le cadre attachementiste de la CCAPE	83
<i>L'équipe, 83</i> • <i>Le bureau accueillant, 84</i> • <i>Le collaboratif, la créativité et le plaisir partagé, 85</i> • <i>Le paperboard et des feutres de couleurs, la boîte de mouchoirs et des biscuits, 86</i>	
La CCAPE : une cothérapie basée sur l'attachement	87
L'équipe face aux aléas de la thérapie	90
La CCAPE en chiffres et ses projets	92
<i>Les chiffres, 92</i> • <i>Les projets, 98</i>	
6. Chroniques de la CCAPE	101
Yanis a du mal à grandir	101
<i>La phase d'engagement : deux séances, 103</i> • <i>La phase de transition : une séance, 107</i> • <i>La phase de travail : deux séances, 108</i> • <i>La phase de fin de prise en charge : deux séances, 114</i> • <i>Phase de maintien : une séance à six mois, 119</i>	
Les colères de Mathéo	119
<i>Les échelles avant CCAPE, 120</i> • <i>La phase d'engagement : une séance, 120</i> • <i>La phase de transition : une séance, 123</i> • <i>La phase de travail : deux séances, 127</i> • <i>La phase de fin de prise en charge : une séance, 133</i> • <i>Les échelles après CCAPE, 135</i> • <i>La phase de maintien : une séance à six mois, 135</i>	
L'envol d'Elena	136
<i>Les échelles avant CCAPE, 137</i> • <i>La phase d'engagement : une séance, 137</i> • <i>La phase de transition : une séance, 139</i> • <i>La phase de travail : deux séances, 142</i> • <i>La phase de fin de prise en charge : une séance, 145</i>	
Chloé la rebelle	146
<i>Les échelles avant CCAPE, 147</i> • <i>La phase d'engagement : une séance, 147</i> • <i>La phase de transition : une séance, 151</i> • <i>La phase de</i>	

travail : cinq séances, 154 • La phase de fin de prise en charge : une séance, 163 • Les échelles après CCAPE, 165 • Phase de maintien : deux séances à six mois, 166

<i>CONCLUSION</i>	171
<i>BIBLIOGRAPHIE</i>	175
<i>ANNEXE</i>	191

Avant-propos

LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT est une théorie récente qui concerne le monde des enfants comme des adultes. Venant des pays anglo-saxons (John Bowlby dans les années 1950), elle commence à être véritablement diffusée en France depuis les années 1990. Elle s'appuie sur un modèle scientifique qui permet d'éclairer de façon différente le lien parent-enfant et les façons de réguler les émotions et la relation avec les autres. Basée sur l'observation éthologique, notamment des comportements dans des situations de menace, elle nous éclaire sur les stratégies relationnelles et représentationnelles que nous développons tous. Il s'agit d'une théorie appliquée, validée par une recherche scientifique en plein essor, permettant la diffusion d'outils pratiques pour changer des modalités relationnelles du quotidien qui sont perçues comme insatisfaisantes. Elle facilite l'engagement dans de nouvelles relations et l'adaptation dans le milieu environnemental. Elle comporte d'emblée une dimension intégrative : éthologique, biologique, évolutionniste, cognitiviste, comportementaliste, systémicienne, cybernétique... qui facilite son utilisation dans le domaine du soin au-delà du champ médical.

Psychiatre et pédopsychiatre dans un service de psychiatrie infanto-juvénile dans les Yvelines, en France, nous avons créé en 2011, avec d'autres collègues, la Co-Consultation Attachement Parents-Enfant (CCAPE), dispositif original de consultations conjointes pédopsychiatrie-psychiatrie adulte, avec comme outil théorique l'attachement. Par ailleurs, le Dr Genet est enseignante au