

Introduction

Joanna Smith

Le concept des 1 000 premiers jours, s’il est peu connu en France, a été bien étudié de par le monde et fait partie de nombreux projets de prévention et d’interventions éducatives, sociales ou politiques orientés vers le développement des tout-petits. En France, ce concept a notamment été popularisé auprès du grand public à l’occasion de la commission gouvernementale des 1 000 jours, créée en 2019 et ayant rendu son rapport à la rentrée 2020.

Le concept des 1 000 premiers jours concerne la période partant de la conception jusqu’à 2 ans et inclut donc le développement intra-utérin, là où l’on a souvent considéré que les traces psychiques commençaient à la naissance, voire aux premiers souvenirs.

Avec les progrès des neurosciences, notamment affectives, et de la neurobiologie interpersonnelle, le rêve de Freud est en train d’advenir : neurosciences, psychologie et psychothérapies se réunissent enfin pour éclairer la manière dont le petit humain développe son cerveau grâce à la relation, et comment les aléas

2 INTRODUCTION

de ses relations précoces sont susceptibles de déboucher sur des réponses psychopathologiques dans l'enfance, à l'adolescence et jusqu'à l'âge adulte. Ces avancées scientifiques nous permettent de mesurer à quel point cette période des 1 000 premiers jours correspond à une croissance très importante au niveau cérébral ; que les 1 000 premiers jours constituent un moment au cours duquel le développement du petit humain est particulièrement sensible et réactif à la qualité des soins qu'il reçoit, en particulier en ce qui concerne des fonctions essentielles, comme la régulation des émotions et la réaction au stress.

Le présent ouvrage a pour ambition de soutenir la diffusion en français de ces données passionnantes, issues des neurosciences, de l'épigénétique, de l'éthologie, des recherches sur l'attachement et de la psychothérapie ciblant cette période de vie précoce.

L'ouvrage commence donc par un exposé des données actuelles portant sur le développement au cours des 1 000 premiers jours de vie : la compréhension des enjeux du développement cérébral (Joanna Smith) ouvre à la notion de psychopathologie développementale (Susana Tereno), à la pertinence de détecter les stratégies d'attachement et le retrait relationnel précoce (Alexandra Déprez), en lien avec le stress maternel, dont l'impact a notamment été étudié grâce au désormais célèbre paradigme du visage impassible (Provenzi, Rinaldi & Tronick).

Dans la deuxième partie, les développements exposant les besoins interactionnels du nouveau-né puis du bébé permettent de déployer la réflexion portant sur les aléas développementaux liés à la rencontre de l'adversité ou du trauma précoce (Joanna Smith), dès la naissance, puisqu'elle peut être traumatique (docteur Pierre Rousseau), mais aussi du fait de traumatismes transgénérationnels (Elisabetta Dozio). Allan Schore nous offre une synthèse très riche des travaux mettant évidence la plus

Introduction **3**

grande vulnérabilité développementale des garçons par rapport aux filles au cours des 1000 premiers jours, éclairant pourquoi certains troubles apparaissent avec une plus grande prévalence chez les hommes que chez les femmes (troubles du spectre autistique, schizophrénie précoce ou encore TDAH notamment).

Au sein de la troisième partie, les résultats d'études scientifiques débouchent naturellement sur des propositions d'intervention et de prévention, comme la consultation d'information, de conseil et d'orientation (CICO), destinée à soutenir, conseiller et orienter les personnes souffrant de troubles psychiques et ayant un désir d'enfant ou attendant un enfant (docteurs Romain Dugravier et Marie-Noëlle Vacheron) ou encore l'intervention CAPEDP, programme d'intervention précoce au domicile auprès d'une population multirisques française (Susana Tereno, professeur Antoine Guedeney & The CAPEDP Study Group). Le travail exposé par Elisabetta Dozio et portant sur le traitement du traumatisme du bébé en situation humanitaire permet d'élargir les applications cliniques à d'autres horizons culturels et géographiques.

La dernière partie de l'ouvrage est l'occasion de développer les perspectives psychothérapeutiques permettant de traiter cette période du développement, période si particulière du fait de l'encodage en mémoire préverbale / exclusivement implicite. Trois propositions thérapeutiques sont développées ici : Theraplay, une modalité thérapeutique éprouvée de longue date et permettant, par des activités ludiques, de restaurer le plaisir et la sécurité de l'attachement entre un enfant et son/ses parent(s) (Virginie Vandembroucke) ; le Lifespan Integration (ICV), une psychothérapie du trauma permettant d'intégrer comme passées les expériences traumatiques ou insécurisantes, y compris préverbales (Joanna Smith, Laure Mann et Sarah Seguin) et l'EMDR centré sur les empreintes précoces, qui permet le retraitement

4 INTRODUCTION

des empreintes laissées au cours des 1 000 premiers jours et des traces transgénérationnelles (Hélène Dellucci).

Enfin, le Pr Antoine Guedeney nous partage ses réflexions et recommandations quant aux mesures à mettre en œuvre pour améliorer l’accompagnement des 1 000 premiers jours, qu’il s’agisse de mesures politiques, sociales, administratives ou intervenant directement auprès des professionnels, des parents et des tout-petits.

Les contributeurs à cet ouvrage sont chercheurs, cliniciens, universitaires, en exercice libéral ou hospitalier, impliqués dans la prévention ou l’intervention thérapeutique, et parfois tout cela à la fois.

Cette diversité permet un regard plus complet, plus complexe aussi, et vise à stimuler le travail d’intégration qui nous est nécessaire pour comprendre la complexité des enjeux du développement psychique et cérébral précoce.

Je vous souhaite que cette lecture soit stimulante, source d’inspiration et de réflexion, et une contribution à votre propre cheminement, ainsi qu’à celui des personnes que vous suivez ou auprès desquelles vous travaillez.