

**Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants
en temps de COVID-19**
**Influence of the attachment style on the mental health of students
in times of COVID-19**

Boumazouza Nassima^{1*}

¹ Université d'Alger 2 Abou Elkacem Saâd Ellah (Algérie), boumazouza.nassima@gmail.com

Date de réception : 12/01/2023

Date d'acceptation: 04/02/2023

Date de publication: **30/03/2023**

**Influence of the attachment style on the mental health of students
in times of COVID-19**

Résumé : La présente étude a examiné la relation entre les styles d'attachement et la santé mentale durant la crise sanitaire mondiale due à la pandémie de COVID-19 chez 208 étudiants de l'université d'Alger 2, afin de réaliser l'étude nous avons utilisé le « Relationship Styles Questionnaire », le « Mental Health Continuum-Short Form », et un questionnaire socio-démographique, les résultats ont révélé l'existence d'une influence des styles d'attachement sur le niveau de la santé mentale à la faveur du style d'attachement craintif qui a eu un rôle protecteur contre la menace. Les facteurs « atteinte personnelle par la COVID-19 » et « perte d'un proche » n'ont pas eu d'impact sur le niveau de la santé mentale, contrairement au facteur baisse du niveau économique qui a impacté négativement le niveau de la santé mentale chez les étudiants.

Mots-clés : styles d'attachement, santé mentale, COVID-19, étudiants.

Abstract: The present study examined the relationship between attachment styles and mental health during the global health crisis due to the COVID-19 pandemic in 208 students from the University of Algiers 2, in order to carry out the study we used the "Relationship Styles Questionnaire", the "Mental Health Continuum-Short Form", and a socio-demographic questionnaire, the results revealed the existence of an influence of the attachment styles on the level of mental health in favor of the fearful attachment style which had a protective role against the threat. The factors "personal damage by COVID-19" and "loss of a loved one" had no impact on the level of mental health, unlike the factor "decline in the economic level" which did have a negative impact on the mental health level of students.

Keywords: Attachment styles; mental health; COVID-19; students.

* Auteur correspondant. Boumazouza.Nassima@boumazouza.nassima@gmail.com

I- Introduction :

La théorie de l'attachement est née dans le contexte historique de la guerre, qui entraîne séparations, pertes et deuils, Bowlby a réalisé que le système d'attachement a pour but de favoriser la proximité de l'enfant avec une ou des figures adultes afin d'obtenir un réconfort lui permettant de retrouver un sentiment de sécurité interne face aux éventuels dangers de l'environnement. Ainsi, toutes les conditions indiquant un danger ou générant du stress pour l'enfant activent ce système que ce soient des facteurs internes, comme la fatigue ou la douleur, ou des facteurs externes, liés à l'environnement (tout stimulus effrayant, par exemple la présence d'étrangers, la solitude, l'absence de la figure d'attachement) (Faure-Fillastre, Barbey-Mintz, & Dugravier, 2017).

Dans les années 1970, Bowlby décrit le concept de modèle interne opérant, c'est un modèle interactif né des attentes, des anticipations des qualités interactives chez la personne qui donne les soins à l'enfant au quotidien. Le but du système d'attachement est de maintenir l'accessibilité et la réactivité du donneur de soins. Le modèle interne opérant provient de l'attente confiante ou non en la disponibilité de la figure d'attachement à partir d'une représentation d'expérience suffisamment fiable sur un temps assez long. Ces représentations d'expérience sont codées, mémorisées, puis retrouvées dans la mémoire mais pas forcément conscientes. (Pillet, 2007).

Les adultes comme les enfants construisent activement leur réalité ; leurs comportements ainsi que l'expression de leurs émotions se règlent à partir des représentations mentales liées à soi-même et aux autres. Selon Bowlby, le système d'attachement reste opérant pendant l'adolescence et l'âge adulte car l'exigence d'une figure d'attachement comme base sécuritaire n'est pas une prérogative de l'enfant (Grazia, 2013).

Parmi les fonctions du système d'attachement à l'âge adulte, nous pouvons citer la contribution à une meilleure qualité de vie, les sujets qui vivent des ruptures de leurs liens d'attachement ont statistiquement plus de troubles psychiques, de pathologies somatiques, d'accidents, de conduites addictives que la population générale (Guedeney & Guedeney, 2002). Bowlby s'est d'ailleurs intéressé à partir du deuxième volume de sa trilogie « attachement et perte » à la relation entre l'attachement anxieux et l'agoraphobie chez l'adulte (Ainsworth & Bowlby, 1991).

La théorie de l'attachement fournit en effet, un bon cadre pour comprendre les caractéristiques individuelles qui peuvent avoir un impact sur l'équilibre somatique et psychique, Selon la théorie et la recherche sur l'attachement, les styles des relations interpersonnelles propres aux différents attachements peuvent être des déterminants importants du comportement face à la maladie, la recherche de soins et la réponse au traitement chez les patients. La recherche a montré qu'un attachement insécuritaire peut entraîner une moins bonne observance du traitement, des coûts de traitement plus élevés (Adams & Wrath, 2018).

La recherche s'est également beaucoup intéressée à l'implication des styles d'attachement dans l'équilibre psychique et les troubles mentaux, la littérature regorge d'études consacrées à déterminer la relation entre attachement et différentes pathologies mentales. Le livre de (Guedeney & Guedeney, 2010) compile les résultats de nombreuses études qui confirment les liens étroits entre styles d'attachement et santé mentale. On y trouve à titre d'exemple que les troubles du comportement, les conduites addictives, les troubles hypocondriaques et les troubles anxiodépressifs découlent tous d'un attachement insécuritaire, qu'il soit craintif, préoccupé ou séparé. Le style d'attachement sécuritaire joue quant à lui un rôle protecteur en garantissant une régulation émotionnelle optimale et un état de bien-être mental en conséquence.

Le bien-être mental fait partie intégrante de la santé et il est défini par l'organisation Mondiale de la Santé comme « un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. » Le bien-être mental constitue la base des émotions, pensées, perceptions, cognitions, communication et attitudes positives. Il est par conséquent non seulement souhaitable en soi mais il est également source de création, de protection et d'accumulation de capital humain, physique, naturel et social (OMS, 2022).

Il importe de mentionner que la santé mentale ne se limite pas à l'absence de troubles mentaux. En effet, l'Organisation Mondiale de la Santé souligne la dimension positive de la santé mentale dans sa présentation de la santé en mentionnant que « la santé est un état complet de bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie » WHO (2001), cité par (Pelletier, 2005).

Keyes (2002) introduit et applique une opérationnalisation de la santé mentale comme un syndrome de sentiments positifs et de fonctionnement positif dans la vie. Il résume les échelles et les dimensions du bien-être subjectif, qui sont des signes de santé mentale. Un état de santé, comme la maladie, est indiqué lorsqu'un ensemble de symptômes sont présents à un niveau spécifique, pour une durée donnée. Cette constellation de symptômes coïncide avec des spécificités cognitives et du fonctionnement sociale (Keyes, 2002).

Dans son article de 2007, Keys résume la conception du continuum de la santé mentale, cet article démontre les avantages de l'épanouissement pour les individus et pour la société, les adultes en bonne santé mentale depuis 12 mois, ont moins de jours manqués au travail, un fonctionnement psychosocial sain, ce qui se traduit par une faible impuissance, des objectifs clairement établis, une résilience élevés, ainsi qu'une intimité élevé, un faible risque de maladies cardiovasculaires, ainsi que de maladies physiques chroniques avec l'âge, avec une plus faible utilisation des soins de santé (Keys, 2007).

Les chercheurs se sont intéressés à la relation entre santé mentale et styles d'attachement dans différentes situations de la vie, l'avènement de la crise sanitaire mondiale due à la pandémie de Covid-19 a été un terrain fertile aux études qui ont tenté d'explorer les facettes de la santé mentale sous la lumière des mécanismes sous-jacents aux styles d'attachement.

Dans une revue de la littérature publiée dans la prestigieux « International Journal of Disaster Risk Reduction », les chercheurs se sont attelés à réaliser une recherche complète dans quatre bases de données (Pub Med, Scopus, Sci ELO et Google Scholars) pour passer en revue les effets de la pandémie du Covid-19 sur la santé mentale en temps de pandémie, à cet effet, soixante-dix-sept articles ont été sélectionnés : les réactions différent selon le stade de développement, des taux élevés d'anxiété, de dépression et de symptômes post-traumatiques ont été identifiés (DeMirande, Athanasio, Olieveira, & Silva, 2020).

D'autres recherches ont étudié la relation entre les styles d'attachements avec la santé mentales durant la pandémie, les résultats révèlent une relation étroite entre styles d'attachement insécures et l'apparition de troubles mentaux (Rajkumar, 2020), ainsi qu'une altération de la santé mentale (Gadermann, 2021).

Nous nous intéressons dans la présente étude à l'influence des styles d'attachement sur la santé mentale des étudiants durant la pandémie de Covid-19, en sachant que les étudiants ont vécu (à l'instar de la population mondiale) un bouleversement profond dans leur mode de vie et d'apprentissage, après l'instauration de l'enseignement en ligne, ce qui a conduit à la réduction des interactions avec les camarades et le corps des enseignants, les restrictions ne se sont pas limitées aux relations avec les pairs, elles ont également touchées la sphère familiale et les fréquentations habituelles, de sorte à restreindre les échanges relationnels dont jouissaient les étudiants avant l'avènement de la pandémie. L'étude s'est d'ailleurs déroulée après une période de pic de contamination et de décès qu'a connu l'Algérie durant l'année 2021.

Nous tenterons à travers cette étude d'examiner les hypothèses suivantes :

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

- Il existe une influence du style d'attachement sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants en temps de Covid-19.
- Il existe une influence des facteurs liés à l'atteinte par la Covid-19, à la perte d'un proche et à la baisse du niveau économique sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants en temps de Covid-19.

Le présent travail a un double objectif :

- Explorer la relation et l'influence des styles d'attachement sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants durant la pandémie de Covid-19.
- Explorer la relation et l'influence des facteurs (atteinte par la Covid, perte d'un proche et baisse du niveau économique) sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants durant la pandémie de Covid-19.

I.1. Définition des concepts:

Le style d'attachement:

Elaborée à partir de 1958, la théorie de l'attachement s'est étoffée progressivement avec des publications qui se sont échelonnées sur vingt ans. Elle vise à rendre compte du phénomène par lequel le bébé et sa mère ou (la mère de remplacement) établissent entre eux des liens sélectifs et privilégiés. Selon Bowlby, l'attachement est un système primaire spécifique, c'est-à-dire qu'il est présent dès la naissance avec des caractéristiques propres à l'espèce. Aussi naturel que la respiration, il n'est pas dérivé d'un autre besoin primaire, tel que la satisfaction des besoins élémentaires (Montagner, 1988).

L'attachement serait un besoin humain inné. Le bébé est un être de relation, il naît très immature et donc dans un rapport de grande dépendance vis-à-vis de l'autre. L'attachement se construit dans les interactions autour des soins réels auxquels Bowlby accorde une grande importance (Pillet, 2007).

L'attachement aurait selon Bowlby deux fonctions principales : la fonction de protection en donnant la possibilité d'apprendre de la mère, d'abord par imitation ensuite par initiative, et la fonction de socialisation où l'attachement va se déplacer de la mère aux proches, vers un groupe de plus en plus large et devient un facteur important dans la structuration de la personnalité (Bowlby, 1978, p. 465).

Bowlby insiste sur le fait que le comportement d'attachement ne disparaît pas à l'enfance mais qu'il persiste au contraire toute la vie. Des figures anciennes ou nouvelles sont choisies et l'on maintient avec elles la proximité et/ou la communication (Bowlby, 1978, p. 465).

Dans la filiation de Bowlby et des recherches princeps de ses héritiers (Mary Ainsworth, Mary Main...) de nombreux travaux ont vu le jour. En s'appuyant sur les fameux protocoles de la Strange Situation, de l'Adult Attachment Interview et de l'Attachment Story Complement, ils démontrent combien la recherche clinique en psychopathologie peut bénéficier de cette filière (Blaise, 2012).

Bowlby consacrera d'ailleurs la deuxième partie du troisième volume de sa trilogie « La perte, tristesse et dépression », au deuil chez l'adulte, où il traitera du deuil pathologique, en examinant le lien entre la perte et la dépression. Ce travail contribuera à accroître l'intérêt des chercheurs et cliniciens en ce qui concerne le développement de l'attachement chez les populations à risque (Ainsworth & Bowlby, 1991).

L'évaluation de l'attachement chez l'adolescent ou l'adulte a débuté historiquement en 1978 avec le dispositif expérimental de la Situation étrange de M. Ainsworth, ce qui conduit Georges, Kaplan et Main à créer l'Adult Attachment Interview (AAI) en 1985, cet outil a permis d'étudier, au niveau des représentations, l'attachement chez l'adulte, en interrogeant le sujet sur ses propres relations avec ses parents au cours de l'enfance.

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

Un deuxième courant, plus tardif, va s'intéresser à la description des systèmes d'équivalence fonctionnelle du système d'attachement à l'âge adulte, comme l'invitait à le faire Bowlby, nous pouvons citer le modèle d'Hazan et Shaver qui conceptualisent le système d'attachement de l'adulte à travers les relations de couple, ainsi que le modèle de Bartholomew, qui aborde le système d'attachement selon les relations actuelles et le modèle de soi et des autres (Guedeney & Guedeney, 2002).

Un modèle emprunté par Bowlby au psychologue britannique Kenneth Craik, qui décrit le concept de « modèle interne opérant » (MIO). Il s'agit de modèles mentaux formés par l'enfant, et qui vont le guider dans sa manière de percevoir et de se conduire dans ses relations interpersonnelles, pouvant le conduire à traiter l'information de façon biaisée. L'enfant forme ainsi simultanément un modèle de soi et un modèle d'autrui. Le modèle de soi correspondrait à une image de soi comme étant plus ou moins digne d'être aimé, alors que le modèle d'autrui renverrait à sa perception des autres comme étant plus ou moins attentifs et sensibles à ses besoins (Faure-Fillastre, Barbey-Mintz, & Dugravier, 2017).

Les styles d'attachement renvoient à un ensemble de prédispositions, comme les modèles d'attentes, de besoins, d'émotions et le comportement social, qui résultent d'une histoire particulière d'expériences d'attachement durant l'enfance. Le style d'attachement reflète le modèle interne opérant (Mikulincer & Shaver, 2007).

Afin de décrire les différents styles d'attachement nous allons nous baser sur le modèle proposé par Bartholomew et adopté dans notre présente étude. Bartholomew énumère quatre styles d'attachement, l'attachement **sécore** indique le sentiment de lovabilité (être facile à aimer), et une attente positive d'être accepté par les autres. Le style **préoccupé** combine une unlovability avec un sentiment positif des autres, ce qui va pousser la personne à lutter pour l'acceptation de soi en obtenant l'acceptation des autres. Le style **craintif** combine le sentiment de ne pas être facilement accepté et aimé (unlovability) avec une attente que les autres seront négativement disposés à l'accepter, il se protégera contre le refus et le rejet anticipé par les autres. Le style d'attachement **séparé** correspond à un sentiment de lovabilité combiné avec une disposition négative envers les autres, ces personnes se protègent contre la déception en évitant les relations étroites et en maintenant un sentiment d'indépendance et d'invulnérabilité (Bartholomew & Horowitz, 1991).

La santé mentale:

Traditionnellement, les psychologues se sont davantage intéressés aux problèmes psychologiques qu'à la bonne santé mentale. Cependant, depuis quelque temps, de nombreux écrits paraissent sur le thème du bien-être psychologique, du bonheur ou de la psychologie positive. En effet, de plus en plus de chercheurs et de cliniciens reconnaissent qu'un bon fonctionnement psychologique se caractérise non seulement par l'absence de troubles mentaux, mais aussi par la présence d'indices de bien-être psychologique (Pelletier, 2005).

On définissait donc habituellement la santé mentale exclusivement par l'absence de maladie mentale ou de troubles mentaux. Cette définition suppose qu'un individu exempt de troubles mentaux est en bonne santé mentale et qu'à l'opposé, une personne atteinte de troubles mentaux ne peut jouir d'une bonne santé mentale.

Cette définition est représentée par le modelé du continuum unique dans lequel la santé mentale et les troubles mentaux constituent les extrêmes d'un même continuum. Au cours des dernières décennies, une nouvelle conceptualisation de la santé mentale dans sa dimension positive a été proposée ; elle suggère que la santé mentale serait plus justement définie par le bien-être et, en ce sens, irait au-delà de l'absence de troubles mentaux. Cette définition holistique de la santé

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

mentale renvoie au modèle des deux continuums pour décrire l'état de santé mentale. Selon ce modèle, la santé mentale et la maladie mentale renvoient à des continuums distincts, mais corrélés (Doré & Caron, 2017).

Le premier continuum indique la présence ou l'absence de santé mentale, le deuxième indique quant à lui la présence ou l'absence de symptômes liés aux maladies mentales. Cette conception de la santé mentale permet une compréhension globale, en considérant la santé mentale comme un état générale. L'idée étant que plus le niveau de la santé mentale est élevé moins important est le risque de futurs troubles mentaux (Keyes, 2010).

La santé mentale serait donc la compatibilité et la complémentarité entre les différentes fonctions psychiques, avec la capacité à affronter les difficultés mentales qui surviennent habituellement, en gardant un sentiment positif de bonheur et de satisfaction.

La COVID-19 :

La maladie de la Covid-19 a engendré une crise sanitaire mondiale de niveau pandémique, elle a fait 14,9 millions de décès à travers le monde en 2020 et 2021 (OMS, 2022). Le rapport de l'OMS n° 650 du 10 janvier 2022, indique que l'Algérie a enregistré 222 157 cas de Covid-19 jusqu'au 9 janvier 2022, avec pas moins de 6339 décès (Rapport Covid-19 Algérie, 2022). C'est une maladie qui est causée par le coronavirus (CoV) qui fait partie d'une grande famille de virus qui provoquent des maladies qui vont du simple rhume à des maladies plus graves. Les coronavirus sont de type zoonotique, c'est-à-dire qu'ils sont transmis de l'animal à l'homme. Plusieurs coronavirus connus circulent chez des animaux qui n'ont pas encore infecté l'homme.

Les signes courants de l'infection sont les symptômes respiratoires, la fièvre, la toux, l'essoufflement et les difficultés respiratoires. Dans les cas les plus graves, l'infection peut provoquer une pneumonie, un syndrome respiratoire aigu sévère, une insuffisance rénale et même la mort. Une personne atteinte de la COVID-19, est une personne présentant une infection par le virus de la COVID-19 confirmée en laboratoire, quels que soient les signes et symptômes cliniques (OMS, Organisation Mondiale de la Santé, 2022).

II- Méthode et Matériels :

Participants :

L'étude a été réalisée sur un échantillon composé de 208 étudiants, âgés entre 19 et 54 ans, avec un âge moyen de 22,70 et un écart type de 5,39, les caractéristiques des participants sont présentées sur le tableau suivant :

Tableau (1) : Caractéristiques des participants à l'étude.

Caractéristiques		Nombre	Pourcentage	Total
Genre	Masculin	40	19,23%	100%
	Féminin	168	80,76%	
Niveau universitaire	Licence	132	63,46%	100%
	Master	76	36,53%	
Atteinte Covid-19	Infection antérieure	75	36,05%	100%
	Absence infection	133	63,94%	
Perte d'un proche due au Covid-19	Perte	51	24,51%	100%
	Absence perte	157	75,48%	
	Baisse niveau			

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

Baisse niveau économique	économique	94	45,19%	100%
	Absence baisse niveau économique	114	54,80%	

Le tableau (1) nous renseigne sur les caractéristiques des participants à l'étude, il s'agit d'un échantillon composé de 40 étudiants à hauteur de 19,23%, et de 168 étudiantes représentant 80,76% de l'effectif. Les participants se composent de 132 étudiants en licence avec un pourcentage de 63,46%, et de 76 étudiants en master avec un taux de 36,53%. Nous retrouvons également les taux liés à l'atteinte antérieure par la Covid-19, l'éventuelle perte d'un proche à cause de la pandémie, et la baisse du niveau économique de la famille durant la période de la pandémie.

Procédures :

Les participants ont été recrutés parmi une population d'étudiants de différentes spécialités et différents niveaux, fréquentant l'université d'Alger 2, ils ont été sélectionnés selon la méthode de l'échantillonnage volontaire. Les questionnaires ont été distribués aux étudiants désirant participer à l'étude, puis récupérés le même jour, cette partie de l'étude s'est déroulée en présentiel peu de temps après la deuxième vague de la pandémie en Algérie, c'est-à-dire à l'hiver 2021. Les questionnaires dûment renseignés ont fait l'objet d'un dépouillement minutieux et d'un traitement statistique adapté aux hypothèses de travail.

Outils :

Questionnaire socio-démographique :

Un questionnaire visant à recueillir les informations socio-démographiques a été administré aux participants. Il concerne notamment les informations sur le genre, l'âge, le niveau universitaire, l'éventuelle infection par la COVID-19, la perte d'un proche et la baisse du niveau économique en raison de la crise sanitaire.

Relationship Styles Questionnaire (RSQ) :

Griffin et Bartholomew ont développé le RSQ en 1994, c'est un auto-questionnaire composé de 30 items, il contient des items issus du questionnaire d'Hazan et Shaver et de celui de Bartholomew (RQ). Bartholomew s'est reposée sur les idées de Bowlby en termes de modèles internes opérants pour développer cet outil.

Conçu pour déterminer le style d'attachement chez l'adulte, il peut être utilisé pour créer un score pour une personne sur chacun des quatre types d'attachements (sécure, préoccupé, craintif et séparé), il peut également être utilisé pour placer une personne dans l'espace bi-dimensionnel dans lequel résident les modèles proposés par Bartholomew (modèles de soi et modèles des autres) (Mikulincer & Shaver, 2007, p. 90).

L'étude de la consistance interne est de 0,7 pour la version originale (Guédeney, Fermanian, & Bifulco, 2010), la présente étude a révélé un coefficient α égal à 0,64 pour la version arabe du questionnaire traduite par nos soins.

Le Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF):

Développé par Keyes C. L, Le MHC-SF est une échelle qui évalue le bien-être, elle a été traduite dans plusieurs langues à travers le monde. Il s'agit d'une échelle relativement courte, parce qu'elle ne se compose que de 14 items issus de la version originale qui compte 40 items, chaque item est scoré entre 0 et 5 (0 = jamais, 5 = tout le temps), ce qui signifie que le résultat total peut aller de 0 à 70 points. Plus le résultat global est élevé plus le niveau de santé mentale est meilleur (Keyes, 1998).

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

L'échelle propose aussi une évaluation de la santé mentale qui intègre les trois formes de bien-être : émotionnel, psychologique et social, ainsi qu'une classification en trois catégories distinctes et permet de distinguer trois niveaux de santé mentale : florissante, modérée, languissante (faible).

Le MHC-SF a été traduit en plusieurs langues et des études de validation transculturelles ont été effectuées auprès d'adultes en Europe, en Afrique en Asie et Amérique, l'échelle a une consistance interne α qui varie entre 0,78 et 0,90 (Doré & Caron, 2017, p. 135). La version arabe que nous avons traduite pour les besoins de la présente étude a obtenu un coefficient α d'une valeur de 0,76.

Traitement statistique :

Nous avons utilisé dans la présente étude les calculs suivants : les pourcentages, les moyennes, la déviation standard, le calcul du coefficient alpha, le T-test, et la variance ANOVA (Unidirectionnel). Tous les calculs ont été réalisés à l'aide du logiciel IBM SPSS Statistics version 25.

III-Résultats et Discussion :

Résultat de la première hypothèse :

La première hypothèse stipule qu'il existe une influence du style d'attachement sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants en temps de Covid-19, afin de la tester nous avons opté pour l'utilisation de l'analyse de variance ANOVA One Way, les résultats sont exposés dans le tableau suivant :

Tableau (2) : Analyse de la variance ANOVA selon le style d'attachement.

Le niveau de la santé mentale selon le style d'attachement	La moyenne	L'écart type	La valeur F	La valeur de probabilité P	Sig
Séure	52,96	11,77	2,859	0,038	Significatif
Craintif	58,70	9,49			
Préoccupé	56,78	11,07			
Séparé	56,06	8,74			

Le tableau (2) indique les résultats de l'analyse de la déviance, qui révèlent l'existence de différences statistiquement significatives concernant le niveau de la santé mentale selon la moyenne des styles d'attachement, portée par la valeur $F = (2,859)$, avec une valeur $P = (0,038)$ inférieure à $(0,05)$.

Le tableau indique également que la moyenne la plus élevée est celle qui correspond au style d'attachement craintif par rapport au niveau de la santé mentale, le style d'attachement préoccupé et séparé ont obtenu des moyennes rapprochées, le style d'attachement séure a quant à lui la plus petite moyenne.

Afin de déterminer si la différence entre les groupes est significative nous avons examiné la différence des moyennes grâce au test post hoc de Tukey.

Tableau (3) : Les résultats du test post hoc de Tukey.

Le niveau de la santé mentale selon le style d'attachement	La différence des moyennes	La valeur de probabilité P	Sig
Préoccupé - Séparé	0,72	0,992	Non Sig
Craintif - Préoccupé	1,92	0,775	Non Sig
Craintif - Séparé	2,64	0,768	Non Sig
Séparé - Sécure	3,10	0,634	Non Sig
Préoccupé - Sécure	3,82	0,160	Non Sig
Craintif - Sécure	5,74*	0,029	Sig

*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05

Le tableau (3) indique que la différence statistiquement significative dans le niveau de santé mentale selon le style d'attachement est due à la différence entre les styles d'attachement craintif et sécure, avec une différence moyenne de (5,74) et une valeur de probabilité de (0,029) significative au niveau (0,05).

Le reste des comparaisons ne révèle aucune différence statistiquement significative.

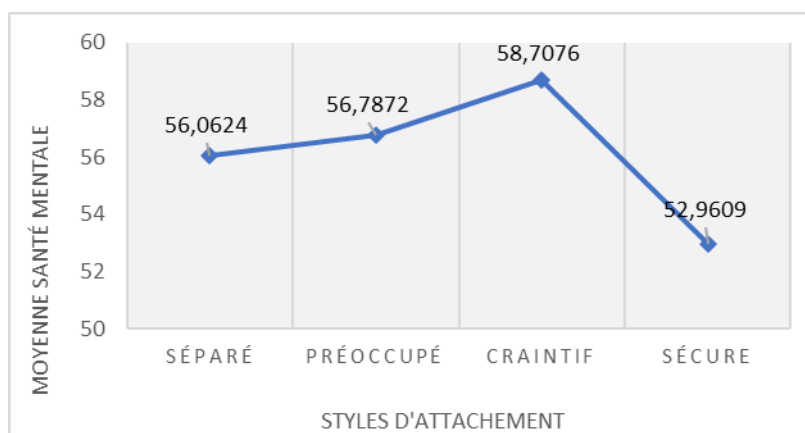


Figure (1) : Tracés des moyennes.

Résultat de la deuxième hypothèse :

Il existe une influence des facteurs liés à l'atteinte antérieure par la Covid-19, à la perte d'un proche et à la baisse du niveau économique sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants en temps de Covid-19.

Dans la perspective d'examiner la deuxième hypothèse et après s'être assuré de la distribution des groupes, nous avons utilisé le T test pour échantillons indépendants, les résultats sont indiqués dans le tableau suivant :

Tableau (4) : Les résultats du T test.

	Nombre	Moyenne	Ecart Type	La valeur T	La valeur de probabilité P	Sig
Atteinte antérieure Covid-19	75	55,193	10,910	-0,747	0,456	Non sig
Pas d'atteinte Covid-19	133	56,369	10,890			
Perte d'un proche	51	56,39	9,24	0,347	0,729	Non sig
Pas de perte d'un proche	157	55,78	11,33			
Baisse du niveau économique	94	54,137	11,943	-2,195	0,029*	Sig
Pas de baisse du niveau économique	114	57,436	9,732			

*. Significatif au niveau 0.05

Le tableau (3) indique que la moyenne du niveau de la santé mentale pour le groupe ayant déjà contracté la COVID-19 est égale à (55,193) avec un écart type de (10,910), ce qui est moins élevé que la moyenne du groupe qui n'a pas été infecté et qui s'élève à (56,369) avec un écart type de (10,89), la valeur T est de (-0,747) avec une valeur de probabilité de (0,456) qui est une valeur statistiquement non significative. Le tableau révèle par ailleurs que la moyenne du niveau de la santé mentale pour le groupe qui a perdu un proche à cause de la pandémie est de (56,39) avec un écart type équivalent à (9,24), la moyenne du groupe qui n'a pas expérimenté ce genre de perte est légèrement moins élevée, elle est égale à (55,78) avec un écart type de (11,33) et une valeur T de (0,347), la P valeur de (0,729) est plus grande que la valeur de probabilité (0,05) elle est considérée comme statistiquement non significative. La moyenne du niveau de la santé mentale pour le groupe qui a subi une baisse du niveau économique familial à cause de la pandémie est de (54,137) avec un écart type de (11,943), la moyenne du groupe qui n'a pas connu de baisse du niveau économique est de (57,436) avec un écart type de (9,732), la valeur du T test est égale à (-2,195) avec une valeur de probabilité de (0,029) ce qui est moins grand que le niveau de significativité (0,05), ça signifie qu'il existe une différence statistiquement significative entre la moyenne du niveau de la santé mentale

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

entre le groupe qui a subi une baisse du niveau économique et celui qui n'a pas connu cette baisse à la faveur du deuxième groupe dont la moyenne est la plus élevée.

Discussion :

- **Les résultats de la première hypothèse** ont permis de confirmer l'influence des styles d'attachement sur le niveau de la santé mentale chez les étudiants durant la crise sanitaire due à la COVID-19, l'étude a révélé que le style d'attachement craintif a positivement influencé le niveau de la santé mentale, ce qui veut dire que les étudiants ayant un style d'attachement craintif, sont ceux qui ont le mieux traversé la période trouble de la pandémie en termes de bien-être. L'attachement craintif a été suivi par l'attachement préoccupé et séparé, mais le style d'attachement qui s'est le moins distingué reste le style sécure qui a enregistré la moyenne la plus humble de santé mentale en comparaison aux autres styles d'attachement.

Ce résultat peut sembler en contradiction avec les résultats des nombreuses études qui ont été menées autour de la relation entre les styles d'attachement et la santé mentale, en effet, l'attachement sécure s'est de nombreuses fois révélé l'allié de la santé mentale et de l'équilibre psychique, contrairement aux styles insécures qui sont porteurs de vulnérabilité par rapport aux troubles mentaux.

(Carr, Colthurst, Coyle, & Elliott, 2013) suggèrent que les scores élevés des dimensions insécures ont un rôle déterminant dans le faible niveau de bien-être et de santé mentale. Dans l'étude menée par (Gadermann, 2021) on insiste également sur le lien entre l'insécurité de l'attachement et le faible niveau de la santé mentale. L'étude de (Bifulco, Moran, & Ball, 2002) a pu déterminer par exemple que les styles d'attachement craintif et préoccupé étaient associés à des facteurs de vulnérabilité dépressive impliquant des relations intriquées et une faible estime de soi. Dans l'étude de (Rholes & Simpson, 2004) on y constate que les aspects des attitudes relationnelles dysfonctionnelles et de la privation relationnelle sont également incriminés dans l'exacerbation du déséquilibre psychique dans le cas de l'attachement craintif et préoccupé.

La littérature scientifique nous permet cependant de découvrir que des études sont arrivées à des résultats différents, nous citons en l'occurrence l'étude de (Bonab & Ali Akbar, 2011), dont les données suggèrent que les étudiants qui présentaient un attachement dépendant avaient des symptômes psychologiques moins importants que les autres étudiants. Il s'impose ici d'expliquer que l'attachement dépendant fait référence à l'attachement craintif et séparé.

(Griffin & Bartholomew, 1994) Expliquent que les personnes à l'attachement craintif, ont une grande dépendance vis-à-vis des autres afin de valider leur propre estime de soi, leur modèle négatif des autres va toutefois les pousser à éviter le rapprochement et à se protéger contre la peine potentielle engendrée par la perte et le rejet. Ce qui sous-entend que dans certaines situations le style d'attachement insécure craintif peut avoir un rôle protecteur contre l'adversité. Dans notre étude, les étudiants ayant un style d'attachement craintif ont enregistré le meilleur niveau de santé mentale, parce qu'ils ont pu, dans une période de peur et de stress liés à la pandémie, activer des modèles internes qui vont dans le sens de la protection et l'autoconservation, ce qui les a probablement poussés à respecter scrupuleusement les règles sanitaires et de distanciation sociale, cette discipline a sans doute joué en faveur du maintien d'un haut niveau de santé mentale.

(Grazia, 2013) Évoque dans ce sens Hinde (1987) qui se démarque de tous les chercheurs qui considèrent l'attachement sécure comme le seul attachement capable de protéger l'individu des troubles mentaux et de la conduite, L'intérêt de Hinde se concentre sur l'influence des variations culturelles sur le comportement d'attachement afin d'expliquer les différences entre un pays et un autre ou les différences au sein d'une même société. Une relation mère/enfant qui dans une société donnée « produit » des adultes socialement adaptés n'aurait pas les mêmes effets dans une autre

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

société. Dans l'Allemagne du Nord, on a pu observer, par exemple, un haut pourcentage d'enfants de type évitant ce phénomène peut être dû au fait que des pressions culturelles portent les mères allemandes à favoriser une autonomie précoce chez leurs enfants. Elles demandent l'obéissance au lieu du consensus, elles découragent le contact physique ; de cette manière, ces mères préparent leurs enfants à une vie adulte adaptée aux attentes de leur culture.

En empruntant l'idée de Hinde nous pouvons avancer l'explication selon laquelle le style d'attachement craintif a permis une meilleure santé mentale parce qu'il a été le plus adapté à la situation de crise sanitaire, en permettant la soumission aux impératifs comme le confinement et les gestes barrières.

La deuxième hypothèse a révélé des résultats concernant l'influence des facteurs comme l'atteinte de l'étudiant par la COVID-19, la perte d'un proche suite à une atteinte par la COVID-19, et la baisse du niveau économique familial pour des raisons liées à la COVID-19, sur le niveau de la santé mentale.

Le T test nous a permis de constater que les étudiants qui ont contracté la COVID-19 antérieurement à l'étude ne présentaient pas de différences avec le groupe des étudiants qui ne l'ont jamais contracté par rapport au niveau de la santé mentale, les deux groupes jouissent d'un niveau de bien-être équivalent. Ce résultat pourrait s'expliquer par l'aspect inoffensif de l'infection sur les sujets jeunes, leur vigueur et l'absence (généralement) de maladies chroniques chez cette catégorie de la population les protègent des formes graves de la COVID-19 et des complications éventuelles, ce qui a contribué au maintien d'un niveau stable de bien-être même chez le groupe infecté.

Le facteur « perte d'un proche à cause de la COVID-19 » n'a pas non plus eu d'impact statistiquement significatif sur le niveau de la santé mentale des étudiants interrogés, (Guedeney & Guedeney, 2010) montrent que la majorité des personnes endeuillées ressentent des émotions négatives, des désordres physiologiques et des problèmes de santé à des degrés modérés, mais réagissent en acceptant cette épreuve et en pouvant y faire face.

Le dernier facteur, à savoir « la baisse du niveau économique familial durant la période de la pandémie », a induit une différence entre le groupe des étudiants qui ont vécu cette baisse et celui des étudiants qui ne l'ont pas vécue, par rapport au niveau de la santé mentale. On remarque que les étudiants même s'ils ne sont pas financièrement responsables, car dépendants pour la plupart de leurs familles d'origine, ont été affectés par la crise financière qui a touché leurs familles, rendant ainsi le cocon familial censé procurer sécurité et apaisement source d'inquiétude et de mal-être, ce point pourrait expliquer bien des problèmes psychologiques et sociaux apparus pendant les longs mois de confinement, où les familles ont dû faire face à la promiscuité et au manque de moyens financiers.

IV- Conclusion:

Nous avons abordé la question de la santé mentale chez les étudiants en temps de COVID-19 sous l'angle de la théorie de l'attachement, cette dernière nous a fourni un étayage théorique et des outils opérationnels qui nous ont permis d'aboutir à des résultats inédits ; le fait que le bien-être chez les étudiants soit davantage lié au style d'attachement craintif que sécure, nous a permis de faire une lecture basée non seulement sur des décennies de travaux d'une grande richesse, mais aussi de la nuancer selon les différences culturelles entre les sociétés.

Les aspects financiers qui ne sont généralement pas beaucoup traités dans les études sur la santé mentale et en psychologie devraient être plus explorés et pris en considération dans l'abord de la santé et du bien-être.

Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19

Promouvoir la santé mentale implique une nouvelle manière de concevoir et d'opérationnaliser la santé mentale dans son sens positif. La santé mentale doit être comprise comme une ressource essentielle qu'il faut protéger, alimenter et soutenir.

Références:

- Adams, C., & Wrath, A. J. (2018). The relationship between adult attachment and mental health care utilization : a systematic review. *The canadian journal of psychiatry*, 63(10), 651-660. doi:10.1177/0706743718779933
- Ainsworth, M. D., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333-341.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults : a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226-244.
- Bifulco, A., Moran, P., & Ball, C. (2002). Adult attachment style. II : its relationship to psychosocial depressive vulnerability. *Social psychiatry epidemiology*, 37, 60-67.
- Blaise, P. (2012). *L'attachement, de la théorie à la clinique*. érès.
- Bonab, B. G., & Ali Akbar, H. (2011). Relation between quality of attachment and psychological symptoms in college students. *Procedia- Social and behavioral sciences*, 30, 197-201.
- Bowlby, J. (1978). *Attachement et perte 1 : l'attachement*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Carr, S., Colthurst, K., Coyle, M., & Elliott, D. (2013). Attachment dimensions as predictors of mental health and psychosocial well-being in the transition to university. *European Journal of psychology of education*, 28(2), 157-172.
- DeMirande, M., Athanasio, B., Oliveveira, S., & Silva, S. (2020). How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescent? *Internationa journal of disaster risk reduction*, 51.
- Doré, I., & Caron, J. (2017). Santé mentale : concepts, mesures et déterminants. *Santé mentale au Québec*, 42(1), 125-145.
- Faure-Fillastre, O., Barbey-Mintz, A.-S., & Dugravier, R. (2017). *L'attachement, de la dépendance à l'autonomie*. Toulouse: érès.
- Gadermann, A. (2021). Examining the impacts of the COVID-19 pandemic on family mental health in Canada : findings from a national cross-sectional study. *BMJ open*, 11.
- Grazia, A. (2013). *Attachement et théorie de l'esprit*. Paris: Fabert.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other : Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430-445.
- Guedeney, N., & Guedeney, A. (2002). *L'attachement, concepts et applications*. Masson.
- Guedeney, N., & Guedeney, A. (2010). *L'attachement : approche clinique, du bébé à la personne âgée*. Elsevier Masson.
- Guédeney, N., Fermanian, J., & Bifulco, A. (2010). La version française du Relationship Scales Questionnaire de Bartholomew (RSQ, questionnaire des échelles de relation), étude de validation du construit. *L'encéphale*, 36, 69-76.
- Keyes. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental health illness. *American journal of public health*, 100(12).
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social psychology quarterly*, 61(2), 121-140.
- Keyes, C. L. (2002, June). The mental health continuum : from languishing to flourishing in life. *Journal of health and social behavior*, 43(2), 207-222.

— Influence du style d'attachement sur la santé mentale des étudiants en temps de COVID-19 —

- Keyes, C. L. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing : a complementary strategy for improving national mental health. *American psychologist*, 62(2), 95-108.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood, structure, dynamics, and change*. New York London: The Guilford Press.
- Montagner, H. (1988). *L'attachement, les débuts de la tendresse*. Paris: Odile Jacob.
- OMS. (2022). *Organisation Mondiale de la Santé*. Récupéré sur <https://www.emro.who.int/fr/health-topics/mental-health/>
- OMS. (2022). *Rapport de situation sur l'épidémie du Covid-19 en Algérie, N° 650*.
- Pelletier, A. (2005, Décembre). *Relation entre les comportements interpersonnels des parents et des enseignants et des indices de santé mentale chez des adolescents*. Université du Québec.
- Pillet, V. (2007). La théorie de l'attachement : pour le meilleur et pour le pire. *Dialogue*, 1(175), 7 - 14.
- Rajkumar, R. P. (2020). Attachment theory and psychological responses to the COVID-19 pandemic : a narrative review. *Psychiatria Danubina*, 32, 256-261.
- Rholes, S., & Simpson, J. (2004). Ambivalent attachment and depressive symptoms : the role of romantic and parent-child relationship. *Journal of cognitive psychotherapy*, 18(1), 67-78.