

Tolérance, décompensation anxieuse liée au manque affectif et CSAPA fermés le week-end : que dire?

Par [ytreza](#) Postée le 11/04/2026 02:27

Bonjour, Je me tourne vers vous car je suis totalement désemparé face à la situation de ma petite copine, actuellement hospitalisée pour son épilepsie (dans un institut neurologique et psychiatrique). Notre relation était saine au début. En août dernier, par exemple, elle avait supporté un mois entier de séparation géographique sans que l'on se voie. Cependant, au fil des mois, elle a voulu que l'on se voie et s'appelle de plus en plus souvent au point de tourner au harcèlement. Le mécanisme est exactement le même qu'une addiction où la personne doit augmenter les doses au fil du temps pour obtenir le même effet de soulagement. Aujourd'hui, sa dépendance affective est telle que lorsqu'elle se retrouve seule plus de 2 jours, elle fait de véritables décompensations anxieuses. L'angoisse de l'abandon est si forte que, pour calmer le manque, elle se tourne immédiatement vers des "produits de substitution" (en l'occurrence, elle entame des relations avec d'autres patients de l'institut pour combler le vide). L'équipe médicale a posé le diagnostic il y a 2 semaines et mis en place une interdiction de contact de 1 mois entre nous (il est évident que le psychiatre a instauré cela afin qu'elle me quitte via un sevrage brutal et cette fois-ci définitif plutôt que de restaurer une relation de couple plus normale qui me laisse davantage de temps pour chercher un travail). Pour éviter qu'elle ne me quitte sous l'effet de la panique, je ne respecte pas cette interdiction de contact. Je précise toutefois que je ne fais l'objet d'aucune mesure d'éloignement judiciaire. Le problème immédiat est qu'elle veut impérativement que je la voie demain, dans un endroit désert situé à l'intérieur même de son institut en profitant que moins de monde y travaille le week-end. Face à mes craintes, sa seule réaction est le déni total des conséquences : "Mais non, tu ne vas pas te faire prendre". Pourtant, le risque légal pour moi est immense : si je me fais prendre dans l'enceinte de son institut alors que je n'ai plus le droit d'y entrer dans le cadre de la séparation, il est évident pour moi que je risque la détention provisoire, car les autorités considéreront très probablement que le risque de récidive de ma part est élevé. Les CSAPA étant fermés le week-end, je n'ai aucun professionnel à contacter dans l'urgence pour m'aiguiller. Je suis totalement désemparé sur ce que je dois lui dire vu que je refuse d'aller me morfondre si elle me quitte. Comment gérer sa demande pour demain, sachant qu'un refus de ma part provoquera inévitablement une décompensation anxieuse et une rechute immédiate vers un produit de substitution qui vu le contexte différend ne quittera que lorsqu'elle quittera l'hôpital dans quelques mois (et donc serait définitif) ? Merci de votre aide.

Bonjour,

Cet outil des Questions/Réponses ne nous permet pas de répondre aux demandes urgentes. Nous espérons que vous avez pu contacter notre équipe par téléphone, ou en parler avec quelqu'un de proche.

Nous comprenons votre difficulté. Cependant, nous vous conseillons de respecter le cadre exigé par le psychiatre. Ce cadre, bien que strict et pénible, est établi à des fins thérapeutiques en vue de rétablir votre compagne de sa dépendance affective. Il a sans doute été mûrement réfléchi par l'équipe qui accompagne votre compagne. En contournant les limites de ce cadre, vous vous exposez à des demandes toujours plus fortes de dépassement des limites par votre amie, et vous risquez de compromettre son rétablissement.

Votre amie est dans un état de détresse émotionnelle tel qu'elle n'est pas en mesure de percevoir les risques auxquels vous vous exposez en vous introduisant dans un établissement psychiatrique le week-end. Cela témoigne de son état de vulnérabilité, dont vous êtes pleinement conscient. Si elle n'est pas en mesure de respecter un cadre, vous en tant que personne majeure, vous devez poser et respecter ce cadre. Nous vous encourageons à éviter les situations à risques pour vous, comme pour votre compagne, et à vous conformer aux recommandations de l'équipe soignante.

Nous sommes conscients qu'il s'agit d'une démarche éprouvante, pour vous comme pour elle. Mais il s'agit sans doute d'un élément essentiel à sa démarche de soins.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Bien cordialement.
