

Abandonnisme, la peur de l'abandon

Dans le livre « j'ai mal à ma mère », Michel Lemay met en avant la notion d'abandonnisme pour ces enfants qui vivent une répétition de délaissements et développent ainsi des stratégies relationnelles oscillant entre la recherche affective intense et le rejet. Il le rattache à la question du lien en avançant que la sécurité d'un enfant provient de la régularité des apports affectifs et de la certitude qu'ils lui seront renouvelés. Sinon : sentiment de sécurité affective endommagé.

La séparation ne peut avoir lieu de façon suffisamment sereine que si la personne a pu construire des liens affectifs suffisamment sécurisants et fiables, notamment au cours de la petite enfance.

Selon les spécialistes, il s'agit là d'un état psychoaffectif d'insécurité permanente lié à la crainte (souvent irrationnelle) d'être délaissé, d'être quitté, en un mot d'être abandonné. Les personnes qui souffrent de cette névrose ont souvent connu dans l'enfance un traumatisme d'abandon volontaire ou involontaire (comme par exemple, l'abandon, la mort, le départ ou le rejet d'un parent mais cela peut être aussi la mort d'un premier petit ami ou un chagrin d'amour vécu très jeune). Ce traumatisme originel les a rendus extrêmement sensibles, souvent instables et toujours très fragiles émotionnellement. De manière générale, ceux qui souffrent d'abandonnisme réagissent très mal par rapport à toute frustration. En permanence sur le qui-vive, les abandonniques sont alors confrontés à l'un de ces paradoxes suivants : ils craignent tellement d'être abandonnés par ceux qui s'intéressent à eux (amis, partenaires amoureux) qu'ils agissent justement de manière à provoquer inconsciemment cet abandon. Et plus ils sont aimés et sont appréciés, plus ils vont souffrir de la crainte de perdre la relation. Cette souffrance de tous les moments va donc les amener à détester aussi la relation et à tout faire pour y mettre fin.

L'angoisse de perte d'objet ou angoisse d'abandon a été repérée par Sigmund Freud. Selon lui, le nourrisson n'est pas en mesure de faire la différence entre absence temporaire ou perte durable de l'objet.

René Spitz a été l'un des premiers à théoriser ce type d'angoisse, à partir de l'observation d'enfants ayant été séparés précocement de leur mère.

Germaine Guex a repris cette question dans ses travaux sur ce qu'elle appelait d'abord l'abandonnisme, qui est ensuite devenu le « syndrome d'abandon ». Aujourd'hui, certains des enfants classifiés à tort d'hyperactifs, sont en fait des enfants qui vivent dans cette insécurité constante. La personne dite « abandonnique » serait dans une demande continue d'affection pour combler un manque originel (une séparation traumatisante du passé), mais en même temps elle serait également dans l'impossibilité de l'accepter, recréant alors les situations de rejet, tout en ne supportant pas la frustration qui en découle.