

# PARALIPOPHOBIE Peur d'oublier une tâche ou une responsabilité

*Phobie non officielle, non reconnue, non spécifique,  
non classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11*

**Paralipophobie** (n. f.) : crainte pathologique ou excessive de négliger, d'omettre ou de manquer à un devoir, une obligation ou une responsabilité.

## Étymologie

Composé néoclassique formé sur le grec *paraleipein* (παράλειπω, « laisser de côté, omettre, passer sous silence ») et *phobos* (φόβος, « effroi »). La même racine donne la *paralipse* (ou préterition) en rhétorique, figure consistant à feindre de taire ce que l'on énonce pourtant. Elle donne aussi les *Paralipomènes*, titre grec des livres des Chroniques, littéralement « les choses omises ».

## Statut nosographique

Le terme ne relève d'aucune catégorie diagnostique reconnue : il est absent du DSM-5-TR comme de la CIM-11. Il appartient aux lexiques de « phobies » bâtis par composition savante, dont la valeur est plus lexicographique que clinique. Ce qu'il désigne se laisse en revanche rabattre sur des construits mieux établis :

- **Scrupulosité** et dimension de *responsabilité excessive* dans le trouble obsessionnel-compulsif, où l'hypertrophie du sentiment de responsabilité (*inflated responsibility*, au sens de Salkovskis) et la peur de l'omission fautive nourrissent vérifications et ruminations.
- **Perfectionnisme évaluatif** et peur de l'erreur par omission, notamment dans le trouble anxieux généralisé.
- **Culpabilité anticipatoire** liée au manquement, éventuellement articulée à une surmoïsation de l'exigence de devoir dans une lecture d'inspiration psychanalytique.

## Précision sémantique

Il faut distinguer la paralipophobie de la *peur de l'oubli* au sens mnésique (qui relèverait d'une anxiété de performance mnésique) : l'enjeu est ici normatif et déontique, c'est-à-dire la défaillance à l'égard d'une obligation, non le défaut de rappel.

*Note : l'orthographe est stable, mais le terme reste rare et d'attestation lexicographique faible ; je l'ai pris dans l'acception ci-dessus, la seule documentée par Claude IA*

## Trois directions possibles avec Claude IA

1. L'articulation entre la paralipophobie et le concept de responsabilité gonflée dans les modèles cognitifs du TOC (Salkovskis, Rachman), avec la question de la distinction entre omission et commission.

2. La généalogie rhétorique de la racine *paraleipein*, et ce que la paralipse (dire en taisant) révèle d'une économie de l'omission : peut-on penser une phobie de l'omission comme symétrique inversée de la figure ?
3. La critique épistémologique des nomenclatures néoclassiques de phobies, entre fonction taxinomique, effet de réel nosographique et pseudo-diagnostic.