

VALIDISMOPHOBIE Phobie de la discrimination envers le handicap

Phobie non officielle, non reconnue

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

Le **validisme** (ou *capacitisme* en français) désigne une forme de discrimination ou de préjugé envers les personnes en situation de handicap.

C'est l'idée, souvent implicite, que les personnes valides (sans handicap) seraient « normales », supérieures ou préférables, et que les personnes handicapées seraient inférieures, moins capables ou moins légitimes.

Concrètement, le validisme peut prendre plusieurs formes :

- **Attitudes** : infantiliser une personne handicapée, parler à sa place, supposer qu'elle ne comprend pas
- **Langage** : utiliser des expressions péjoratives ou réduire une personne à son handicap
- **Organisation sociale** : bâtiments non accessibles, transports inadaptés, manque d'aménagements
- **Discrimination** : difficultés à trouver un emploi, exclusion sociale

Exemple simple :

Dire « malgré son handicap, il est courageux » peut sembler positif, mais ça suppose que vivre avec un handicap est forcément une faiblesse ou une anomalie.

Le validisme n'est pas toujours volontaire. Il est souvent intégré dans la société, les habitudes et les normes. Le reconnaître permet de rendre les environnements plus inclusifs et respectueux.