

# LETTRE D'INFORMATION REFERENTE HANDICAP

ifCASS

## LES HANDICAPS INVISIBLES

Numéro : 12

Mai 2023

### Définition

Le handicap invisible est un handicap difficilement détectable, qui ne peut généralement pas être remarqué si la personne concernée n'en parle pas.

Il peut avoir des origines diverses et concerne des troubles très divers :

- Une déficience sensorielle (surdité, déficience visuelle).
- Un trouble psychique (dépression, bipolarité, TOC).
- Un trouble cognitif (troubles dys, autisme).
- Un handicap mental.
- Une lésion cérébrale acquise .
- Un trouble du développement intellectuel.
- Des troubles musculosquelettiques (lombalgies, tendinites).
- Une maladie invalidante (diabète, endométriose, Alzheimer, cancer, asthme).

### Handicap invisible mais bien réel

Trop souvent, les handicaps invisibles sont incompris, minimisés, niés : ainsi, nombreuses sont les personnes concernées qui doivent faire face à des situations injustes ou à des remarques déplacées. Parmi ces remarques, "*C'est dans ta tête*", "*Tu pourrais faire un effort*" ou encore "*Tu te cherches des excuses*" reviennent de façon régulière. Pourtant, les handicaps invisibles sont bien réels et peuvent avoir de lourdes conséquences sur le quotidien.

- **La fatigue**, quand elle devient chronique sans cause évidente est l'une des premières causes de handicap invisible.
- **La douleur** peut devenir chronique, permanente, invalidante, cyclique, évoluant par crises répétées.
- **Les troubles de la mémoire** sont présents dans bon nombre de handicaps invisibles.
- **Les insomnies et les troubles du sommeil** sont des plaintes fréquentes parmi les individus en situation de handicap invisible.
- **Les difficultés d'audition et les surdités** remettent en question l'ensemble des relations avec les autres.
- **Les phobies** comme par exemple la claustrophobie peuvent entraîner des modifications du comportement, de réactions pouvant handicaper la vie quotidienne de ceux qui en souffrent.



Jeu de cartes.  
Enigmes qui invitent à identifier le trouble ou la maladie invalidante d'une personne à partir d'un témoignage

### Sources :

AGEFIPH  
FIPH  
APF France  
H. Rubinstein, Les handicaps invisibles, comment les identifier, les combattre et les surmonter, Seuil, Paris, 2008.

- **Le manque de confiance en soi.**
- **Les séquelles des traumatismes crâniens.** Les séquelles, d'ordre neuropsychologiques affectent la mémoire, l'attention, la capacité à communiquer, tout est plus difficile, plus pénible, plus lent.
- **Les troubles de l'apprentissage scolaire** se caractérisent par un dysfonctionnement dans le processus d'acquisition des connaissances. Ils sont spécifiques à la fonction cognitive touchée : dysphasie, dyslexie, dysorthographe, dyscalculie.

### Les chiffres clés

En France, on estime à plus de 9 millions le nombre de personnes vivant avec un handicap invisible sur un total de 12 millions reconnues en situation de handicap. Aujourd'hui, environ 80 % des handicaps reconnus sont dits invisibles .



### A vous d'identifier un handicap invisible à partir d'un témoignage.

#### ENIGME 1

Julie est une jeune femme plutôt solitaire. Au travail, elle exécute parfaitement les activités qui demandent de la concentration et de la réflexion. Par contre, elle ne va pas vers les autres et demande rarement de l'aide.

Dans les réunions, elle ne donne pas son avis. Quand on lui demande, elle ne sait manifestement pas quoi répondre. Aussi on évite de le faire et cela met tout le monde mal à l'aise.

Quel est le handicap invisible de Julie ?

REPONSE  
Julie est malentendante.  
Du fait de ma surdité, j'ai beaucoup de difficultés à comprendre ce que disent les autres surtout, quand il y a d'autres bruits autour de moi. Je suis obligée de faire répéter mais je n'ose pas le faire plusieurs fois d'affilée car j'ai peur d'agacer. Ce qui me rend triste, ce sont les personnes qui pensent que je suis débile ou démotivée. Le plus souvent je reste à l'écart, discrète.

Julie

#### ENIGME 2

Kylian prend beaucoup plus de temps que nécessaire pour écrire son courrier ou les compte-rendu de réunions. D'ailleurs, il fait de nombreuses fautes d'orthographe. Au bureau, il se débrouille pour envoyer peu de messages. Lorsqu'il doit faire un mail important, il le fait relire à sa femme le soir et l'envoie le lendemain. Sans doute, ne fait-il pas assez d'efforts pour apprendre le français.

Quel est le handicap invisible de Kylian?

REPONSE  
Kylian est dyslexique.  
Du fait de ma dyslexie, mon cerveau bute sur les lettres, les mots. Les troubles du langage écrit (dyslexie, dysorthographe et dysgraphie) se manifestent par des confusions et inversions de sons et de lettres, des fautes d'orthographe, voire une écriture lente et illisible. Je n'ai pas parlé de mon handicap à mes collègues car j'ai peur de leur regard et d'être rejeté.

Kylian

## Pour en savoir plus

Les handicaps invisibles. Docteur Henri Rubinstein. 2008. Editeur : Seuil.

L'enfant qui n'entend pas, la surdité, un handicap invisible. D. Seban et C. Toffin. 2008. Editeur : Belin.

Handicaps invisibles et situations handicapantes. Anne Joyeau et Sylvie Moisdan. 2022. Edition : Presse de l'EHESP.

Les Hinvisibles : Outil de sensibilisation aux handicaps invisibles. KESKI.

<https://www.apf-francehandicap.org/handicap-invisible-35492>—Vidéo témoignages de personnes souffrant de handicap invisible

3 min pour balayer les préjugés sur le handicap invisible en entreprise. C'est le pari du film d'animation "Erreur 404" : <https://www.comitys.com/laisse-faire-la-pro-video-sensibilisation-handicap-invisible/>.