

Les handicaps invisibles

Qu'est ce que c'est ?

Le handicap invisible n'est pas détectable par l'entourage. Il correspond aux limitations et à l'altération de certaines capacités qui impactent le quotidien. Le handicap invisible provoque beaucoup de souffrance car il est extrêmement mal reconnu par l'entourage et souvent non considéré.

Déjà entendu : "Il n'est pas plus handicapé que moi, il marche"

Le saviez-vous ?

80 % des handicaps déclarés sont invisibles.

Définition

Au quotidien

La plus grande difficulté rencontrée par une personne porteuse d'un handicap invisible est la reconnaissance de ses contraintes quotidiennes. L'absence de signes visibles ne permet pas à l'entourage de se rendre compte des obstacles rencontrés. Cette non-reconnaissance a des conséquences sur la santé mentale. En effet, devoir rappeler constamment que l'on est en difficulté est extrêmement coûteux psychologiquement !

Difficultés

Ce que l'on ne voit pas

- Des angoisses
- Des idées noires
- Une crispation
- Des difficultés à suivre une conversation
- Une grande fatigue
- Des douleurs
- Un essoufflement
- Des moments d'inattention ou d'absence

Ces symptômes peuvent être variables en intensité et en fréquence d'apparition. Cela rend la reconnaissance des troubles plus complexe.

Déjà entendu : "ça va, t'es pas en fauteuil non plus"

Symptômes

A ne pas oublier !

Ce n'est pas parce que quelque chose ne se voit pas qu'il n'existe pas !

La situation de santé d'une personne est personnelle, ainsi il lui revient de droit d'en parler ou non. Ne pas considérer la situation de santé d'une personne peut obliger cette dernière à devoir se justifier, et cela malgré elle.

Personne n'est en mesure de juger si les difficultés sont lourdes à porter ou non, seule la personne concernée est en mesure de l'exprimer.

Mémo

Ce que l'on peut mettre en place

Il n'existe pas d'aménagement type pour le handicap invisible. Cela doit s'étudier au cas par cas.

Attention : les aménagements pour le handicap invisible sont complexes à mettre en place.

En effet, cela peut provoquer des questions de l'entourage du type : "pourquoi a-t-il le droit d'avoir cela en plus, alors qu'il va bien".

Aménagement

Déjà entendu : "Tu peux faire un effort"