

ÉQUANIMITOPHOBIE Phobie des gens impatientes

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

D'Équanimité → Calme et sérénité face aux événements.

Équanimité signifie **calme, égalité d'humeur et maîtrise de soi, même face aux difficultés ou aux émotions fortes.**

- « Il a gardé son **équanimité** malgré les critiques. » → Il est resté calme et serein.
- « Elle affronte les épreuves avec **équanimité**. » → Elle ne se laisse pas facilement bouleverser.

Synonymes : sérénité, calme, sang-froid, impassibilité, détachement.