

CONSULTATION DE PSYCHOTHÉRAPIE

Burn-out

et psychotraumatisme professionnel



Le burn-out, qu'est-ce que c'est ?

Comment peut-on définir le burn-out ?

Le burn-out, ou syndrome d'épuisement professionnel, désigne un état d'« épuisement physique, émotionnel et mental qui résulte d'un investissement prolongé dans des situations de travail exigeantes sur le plan émotionnel ». Il se caractérise par un processus de dégradation du rapport subjectif au travail. Concrètement, face à des situations de stress professionnel chronique, la personne en burn-out ne parvient plus à faire face.

Comment peut-on définir le psychotraumatisme professionnel ?

Le psychotraumatisme professionnel correspond à la survenue de symptômes (éviter, flash back, sentiment d'angoisse) à la suite de l'exposition directe et personnelle à un traumatisme (comme un événement exposant à la mort ou à des blessures graves) d'origine professionnelle.

La consultation de psychothérapie

Les consultations d'évaluation et de prise en charge de psychothérapie ont lieu au sein du centre de thérapie des Rossays à Savigny-sur-Orge. La première consultation est dédiée à l'accueil et l'évaluation des patients présentant une souffrance psychique liée au travail.

Cette offre de soins comprend des psychothérapies individuelles (thérapie cognitive, désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires) ou de groupe (méditation mindfulness). La consultation est gratuite et non médicale.

Comment obtenir une consultation ?

Toute demande de consultation se fait par écrit et doit comprendre :

- une lettre de motivation à la psychothérapie
- un courrier de professionnel de santé (médecin du travail, médecin généraliste, psychiatre, psychologue...)

Ces deux courriers sont à adresser à :

EPS Barthélemy Durand

Consultation spécialisée du Dr Colombel

Pavillon de l'horloge, 1er étage

2, route de Longpont

91700 Sainte-Geneviève-des-Bois

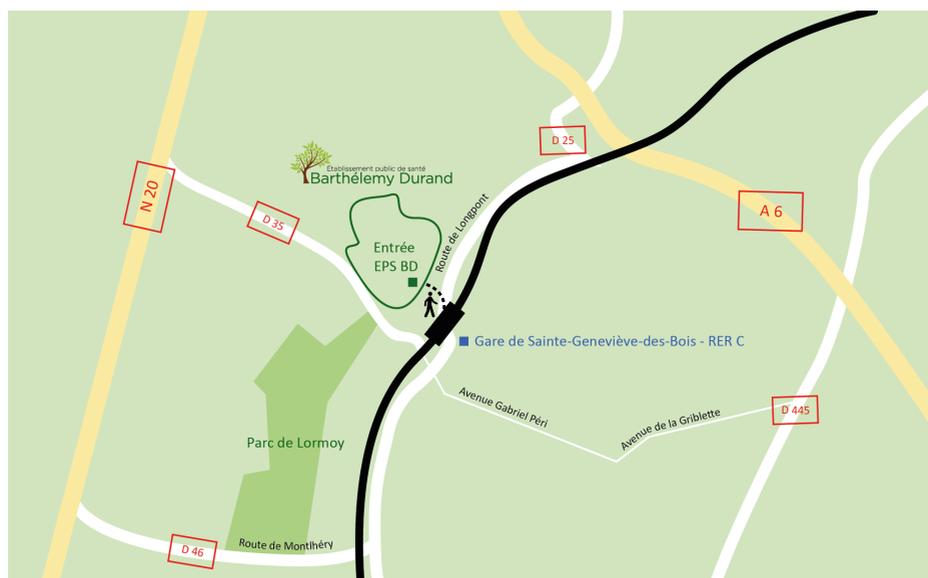
Une proposition de rendez-vous est faite par courrier et mail dès réception d'une demande complète.

Où nous trouver ?

Site de Sainte-Geneviève-des-Bois

Barthélemy-Durand-sur-Orge
Pavillon de l'horloge, 1^{er} étage
2, route de Logpont
91700 Sainte-Geneviève-des-Bois
Tél. : 01 69 05 56 57

Accès : RER C, gare de Sainte-Geneviève-des-Bois, puis 1 minut à pied
(Cf. plan ci-dessous).



pour en savoir plus

www.eps-etampes.fr