



Pierrette Desrosiers
PSYCOACHING

Cultivez
le meilleur
des gens

Récoltez
le succès en
entreprise



Pierrette Desrosiers, M.Ps.
Psychologue du travail
Conférencière . Coach

pierrettedesrosiers.com

T 819 849.9016

F 819 849.9421

pierrette@pierrettedesrosiers.com

849, rang 10
St-Herménégilde, QC
J0B 2W0

SYMPTÔMES DU STRESS CHRONIQUE QUI PEUVENT ÊTRE OBSERVÉS DANS LE MILIEU DE TRAVAIL

Symptômes émotionnels / physiologiques :

Anxiété, colère, frustration, impatience, irritabilité accrue et inhabituelle, cynisme, sentiment d'impuissance, épuisement, faible satisfaction.

Problèmes de santé, apparence et/ou soins corporels négligés, plaintes de fatigue, pleurs, isolement.

Symptômes cognitifs :

Problème de concentration, inefficience intellectuelle, difficulté à la prise de décision.

Symptômes comportementaux :

Perturbation du contrôle de l'impulsivité, toxicomanie, problèmes interpersonnels (conflits).

Symptômes organisationnels :

Perte de productivité, absences et retards fréquents, diminution de motivation, augmentation des erreurs, augmentation des accidents du travail.

L'individu peut présenter plusieurs symptômes dans différentes catégories. Cette liste n'est pas exhaustive, mais représente les symptômes les plus fréquents.