



Qu'est-ce que c'est ? Comment s'en sortir ?

Le syndrome du burnout se caractérise par un état d'épuisement général, à la fois psychique, émotionnel et mental ; les «batteries sont vides» et vous n'êtes plus capable de récupérer sur de courtes durées.

Ce syndrome d'épuisement s'accompagne d'une série de symptômes.



Retrouver un emploi après un burnout soldé par un départ de l'entreprise nécessite un véritable travail sur les valeurs auxquelles on tient et les aspects essentiels de la mission professionnelle sur lesquels le salarié ne veut plus déroger. Le salarié doit faire adhérer à son idéal dans ses entretiens et non pas effrayer en évoquant l'enfer qu'il a vécu. Cette dimension du discours sera travaillée en amont avec un accompagnant issu de la filière du repositionnement professionnel.

Préparons ensemble votre Bilan de Compétences...