UN SENTIMENT DE MENACE → **UNE SITUATION DE STRESS** → **SIGNES DE STRESS**

(physique, emotionnel, comportemental, cognitif)

Se manifeste comme:

"Il y a quelque chose qui cloche chez moi/ avec ma santé"

EN FONCTION DE L'IMPACT FONCTIONNEL

'STRESSÉ'

Une sensation de tension, moins bonne qualité de sommeil, moins d'appétit...

→

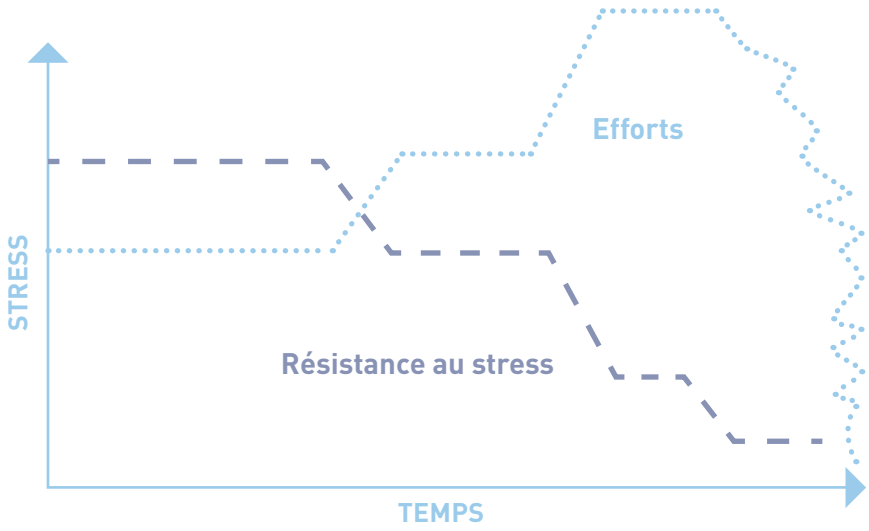
'SURMENAGE'

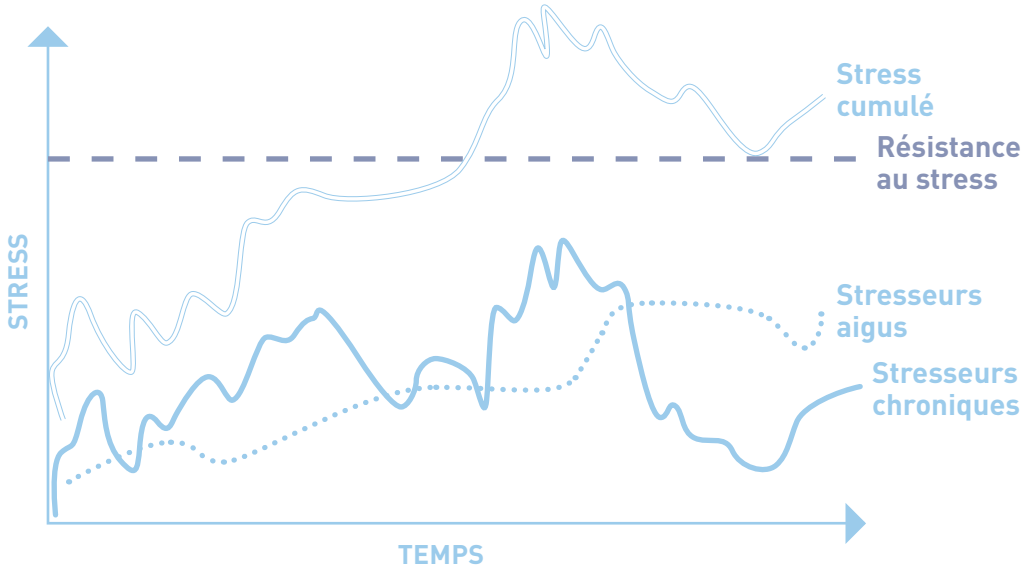
Sensation de perte de contrôle – anxiété, irritabilité, somatisations, troubles de concentration...

→

'BURN-OUT'

Sidération psychique, s'isoler, se sentir incompétent, problèmes de mémoire...





service public fédéral
SANTE PUBLIQUE,
SECURITE DE LA CHAINE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT
.be