



« *Épuisement professionnel* »

L'épuisement professionnel est un état de santé mentale qui peut survenir lorsque la personne fait face à un stress continu sur son lieu de travail.

Le stress organisationnel est souvent en cause. Les conflits persistants avec les collègues et de longues heures supplémentaires sont particulièrement des signaux d'alerte importants.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

« **Épuisement professionnel** »



Cela peut se produire lorsque la personne semble présenter un ou plusieurs des éléments suivants :

- **épuisement extrême**
- **cynisme**
- **détachement par rapport au travail**
- **sentiment d'inefficacité**
- **absence de gratifications liées au travail**

#L'importance des mots

Améliorer la littératie en santé mentale



Glossaire des termes

Contexte

Le glossaire des termes a été créé pour promouvoir une compréhension commune de nombreux termes courants utilisés pour décrire les problèmes de santé mentale découlant de l'exposition à des événements et des facteurs de stress potentiellement traumatisants sur le plan psychologique.

Le but initial du glossaire était de :

- 1) faciliter le discours et les conversations ouvertes entre les nombreux partenaires et parties prenantes à la Conférence nationale sur le TSPT qui s'est tenue en 2019; et
- 2) contribuer à l'élaboration du cadre fédéral sur le TSPT. À ce jour, la Loi C-211 est la seule loi du gouvernement fédéral qui reconnaît l'importance des facteurs de risques liés au travail dans le développement du TSPT chez certaines professions.

#l'importance des mots

Collaborateurs

CIPSRT

Canadian Institute for Public Safety
Research and Treatment



ICRTSP

Institut canadien de recherche et
de traitement en sécurité publique

Canadian Institute for
Pandemic Health
Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien
d'éducation et d'intervention
en santé en cas de pandémie

Financé par



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada