

# **Syndrome d'épuisement professionnel et désimplification**

D'après le DSMIV

## **ÉTAT LÉGER**

- Perte d'énergie et fatigabilité
- Ennui et manque d'enthousiasme
- Baisse d'investissement et manque de concentration
- Sentiment de vulnérabilité et angoisse transitoire
- Sentiment d'être dépassé

## **ÉTAT MODÉRÉ**

- Présence d'épuisement physique et moral
- Malaises physiques et difficultés de sommeil
- Difficultés à s'investir dans les tâches et concentration défaillante
- Attitude dysfonctionnelle occasionnellement
- Sentiment de frustration, d'irritabilité et d'impuissance
- Tendance à l'isolement et angoisse persistante

## **ÉTAT SÉVÈRE**

- Épuisement physique et moral persistant
- Affections physiques, troubles de santé et du sommeil
- Désinvestissement plus marqué dans les tâches
- Dysfonctionnements cognitifs (concentration, mémoire, confusion)
- Rigidité mentale- excès d'intolérance, stérilité et agitation
- Comportement dysfonctionnel (négligence, retard, oublis, absentéisme)
- Sentiment d'isolement et angoisse sévère

## **ÉTAT GRAVE**

- Épuisement chronique physique et mental paralysant
- Multiplicité des troubles de santé et insomnie
- Incapacité à s'investir dans les tâches
- Dysfonctionnements cognitifs généralisés
- Baisse ou augmentation de la réactivité émotionnelle
- Attitude de torpeur ou d'agitation stérile
- Dysfonctionnel au travail et dans les tâches
- Sentiment de désespoir et angoisse généralisée
- Retrait social, besoin de fuir la réalité