



“

*« Au travail, je me sens en danger, sur le qui-vive, je ne trouve plus le temps de manger et rentre tard du travail, je me fixe des objectifs inatteignables, je fais des cauchemars, je n'ai plus d'énergie, plus de vie sociale...*

*Je me sens seul, pas soutenu... Qu'est-ce qui ne fonctionne plus, qu'est-ce qui s'est dégradé ? »*



**Pôle santé pluridisciplinaire**  
**Paris Est**

*Le monde du travail nous impose de sortir de nous-mêmes en permanence, nous sommes sans cesse confrontés aux autres et dans le devoir d'interagir. Mais quelles sont nos ressources ? Et où les puiser ?*

*Au-delà de la médecine du travail et des médecins traitants, la psychothérapie de groupe propose des solutions : libérer la parole afin de ne pas rester seul face à sa souffrance, retrouver un réel engagement possible au travail dans le respect de ses valeurs, retrouver du sens dans l'entreprise.*

*A la psychothérapie sont associées les thérapies énergétiques et corporelles.*

