

Cheminer vers le mieux-être : contrer l'épuisement professionnel par la résilience

# Le faible sentiment d'accomplissement personnel

Une professionnelle de la santé travaille dans son bureau. Plusieurs documents traînent sur sa table de travail et un téléphone sonne.

**Caroline** : J'ai trop de choses à faire, je ne sais même pas par où commencer! Ouf, je suis bonne à rien, qu'est-ce que je fais ici?

**Mylène** : Euh, excuse-moi Caroline. J'm'en venais te poser une question, mais je vois que t'as l'air débordée, je pense que je vais laisser faire, je vais m'organiser.

**Caroline** : C'est bien, je pourrais pas t'aider de toute façon.