

TABLE

I

Philippa : vivre avec et se rétablir

INTRODUCTION	7
1. Les problèmes de santé mentale au travail :	
éclairages	21
<i>Tous concernés</i>	21
<i>Un tabou persistant</i>	32
<i>Lorsque les fausses croyances nourrissent</i>	
<i>les discriminations</i>	36
<i>Se taire pour se protéger</i>	41
<i>Le risque d'autostigmatisation :</i>	
<i>intégrer le préjugé collectif</i>	43
2. Un éventail de troubles	47
<i>Les principaux troubles psychiques</i>	47
<i>Comment se soigner ?</i>	59
3. Vivre avec des troubles psychiques	
et être en bonne santé mentale	63
<i>Ne pas être réduit à sa maladie</i>	63
<i>L'ambitieux chemin du rétablissement</i>	67
<i>Du rétablissement à la transparence au travail,</i>	
<i>le dilemme</i>	72

II

Fabienne : travailler avec...

4. Faire le choix du travail	85
<i>Les résilients</i>	85
<i>Troubles ou talents ?</i>	92
<i>Faut-il faire reconnaître son handicap ?</i>	97
5. Les mille incidences des troubles au bureau	103
<i>Des absences parfois nécessaires</i>	103
<i>L'appréhension de la reprise</i>	108
<i>Les comportements inadaptés</i>	115
<i>Les conflits, les tensions, les incompréhensions</i>	122
<i>Et les crises dans tout ça ?</i>	126
6. Le spectre du burn-out	131
<i>Le point de bascule</i>	131
<i>Quand le travail me fait souffrir</i>	137
<i>Les évolutions actuelles du monde du travail</i>	144
<i>Après le burn-out : gérer le niveau d'engagement</i>	148

III

Yohanes : le travail réinventé

7. Quand le travail remet debout	161
<i>Rappel historique : du travail thérapeutique</i>	
<i>au travail pathogène</i>	161
<i>Lorsque le travail rétablit</i>	169
<i>Le travail désiré</i>	173
8. Avant la reprise	179
<i>Trouver un emploi et le conserver</i>	179
<i>Être accompagné</i>	186
<i>Le mythe du job idéal</i>	193

9. Inventer une nouvelle vie au travail	201
<i>Le moment critique de la candidature et de l'entretien</i>	
<i>d'embauche</i>	201
<i>Aménager la vie au travail</i>	206
<i>Prendre soin de sa vulnérabilité</i>	213

IV

Brice : embaucher la folie ordinaire

10. De l'autre côté du bureau, le manager	225
<i>Quand un salarié craque</i>	225
<i>Être un manager inclusif</i>	231
<i>Faire face à un collaborateur dans le déni</i>	
<i>et autres situations complexes</i>	237
<i>Trouver la bonne distance</i>	243
11. Quand l'entreprise s'en mêle	251
<i>Quelles obligations pour l'employeur ?</i>	251
<i>Qu'est-ce qu'un environnement favorable</i>	
<i>à la bonne santé mentale ?</i>	259
<i>Former ses équipes, mais à quoi ?</i>	266
12. Et à l'étranger, il se passe quoi ?	273
<i>S'engager à la hauteur de l'enjeu de société</i>	273
<i>Libérer la parole</i>	278
<i>Une abondance de ressources</i>	282

CONCLUSION	289
REMERCIEMENTS	293