

CONSULTATION SOUFFRANCE AU TRAVAIL



Harcèlement

Problème relationnel

Burn Out

Epuisement professionnel

Surcharge mentale

Problème avec la hiérarchie

Ennui au travail

Retour au travail après un arrêt

Accompagnement du handicap

Intervention RPS

Consultations remboursées par certaines mutuelles

Prise de RDV sur DOCTOLIB  
0614087252

**Frédérique SARRAU**

31, rue de la Bièvre - 78530- Buc  
1, rue George Stephenson - 78180 - Montigny Le Bretonneux

[www.saracoaching.com](http://www.saracoaching.com)

[frederique.sarrau@orange.fr](mailto:frederique.sarrau@orange.fr)

# Consultation souffrance au travail





Frédérique Sarrau

Psychologue du travail et coach

Intervenant en Prévention des Risques

Professionnels

ADELI 789323607 IPRP IDF/2020/02

Membre de LUNAFAM et de LADAPT



Après avoir débuté ma carrière dans l'informatique puis occupé des postes de management de projets et d'équipes, de formation et de recrutement au sein de grands groupes et de SSII, je me suis spécialisée dans le coaching professionnel.

J'accompagne depuis 16 ans des personnes dans le cadre de leur travail sur différentes problématiques et ma connaissance du monde de l'entreprise est un atout pour mes patients.

J'ai un parcours parallèle de partenaire social (élue DP, CE, secrétaire de CE) qui me permet de travailler avec les syndicats.

J'ai suivi diverses formations en thérapies comportementales afin de mettre à disposition de mes patients les outils adaptés à leur situation :

Institut Gregory Bateson : Thérapies stratégiques

Dr François BALTA (psychiatre) : Thérapies Brèves Orientées Solution, systémique

Institut Repères : Maître Praticien en PNL (Programmation Neuro Linguistique)

## SERVICES PROPOSES

### Des consultations de soutien psychologique

Prise en charge et orientation des patients afin de restaurer leur santé et leur capacité à travailler.

L'objectif est de redonner confiance à la personne en souffrance souvent désemparée face à une telle situation et qui ne peut en parler dans son cadre professionnel ou familial. La démarche proposée permet d'établir des plans d'action concrets afin de sortir de ces situations de souffrance et d'aider à identifier et mettre en oeuvre les solutions pour y arriver.

### Des interventions en milieu de travail

Accompagnement des acteurs de la Santé au Travail

Actions de soutien, de formation, d'information, de prévention et de médiation

Actions d'échanges de pratiques

Partenariat avec des médecins, des avocats et des syndicats