

Le stress en milieu professionnel est dit « Organisationnel ». Il engendre une baisse des résultats de l'entreprise en terme de productivité, d'efficacité et de réactivité. Son action négative sur l'individu se répercute et s'accroît sur le lieu de travail générant la démotivation, l'incertitude et la perte du sentiment d'appartenance. A degré très élevé, le stress peut créer un épuisement professionnel « communément appelé " burn out ". Il découle d'une relation malsaine d'un individu face à son travail. Le massage assis peut être effectué à toute heure, sur votre lieu de travail et sur tout individu (homme ou femme) indépendamment de son âge et de sa taille. Il s'effectue sur un sujet habillé et dure entre 15 et 20 minutes sur une chaise ergonomique.

1) les symptômes du stress en entreprise

Sur les résultats	Sur le personnel
Baisse de la productivité/rendement Baisse de l'efficacité (qualité de production)	Augmentation de l'absentéisme Perte d'efficacité : Difficulté de concentration
Augmentation des coûts de rotation de personnel (licenciements, embauches)	Difficulté à prendre des décisions Sentiment d'incapacité/ d'incompétence
Augmentation des accidents du travail	Difficulté de travailler en équipe Perte de confiance en soi / envers les autres
Baisse de l'image/réputation de l'entreprise	Perte d'enthousiasme/de motivation Négligence
	Conflit d'ordre hiérarchique : - Diminution de l'engagement envers l'organisation -Résistance aux changements -Colère, hostilité et déloyauté envers l'organisation et ses dirigeants

2) Les symptômes du stress sur l'individu

Sur le physique	Sur le psychique	Sur les comportementaux
Problèmes cardio-vasculaires	Dépression (Diminution de l'intérêt ou du plaisir, Dévalorisation, culpabilité Pensées de mort, idées suicidaires)	Agressivité
Allergies	Anxiété/Panique	Agitation ou baisse d'énergie
Problèmes de peau	Ennui	Abus d'alcool ou de drogues
Migraines	Frustration/Irritabilité	Troubles alimentaires (Perte ou gain de poids/d'appétit)
Difficultés respiratoires	Isolément	Conflits
Problèmes de sommeil	Difficultés de concentration ou à prendre des décisions	Négligence vestimentaire
Problèmes Gastro - intestinaux	Pertes de mémoire	
Sur-médication		