

# LA DYSRÉGULATION ÉMOTIONNELLE

ELLE PEUT SE MANIFESTER N'IMPORTE QUAND. BIEN SOUVENT AU DÉTOUR D'UNE SIMPLE CONVERSATION



POURQUOI NOTRE SOCIÉTÉ VALORISE AUTANT LA PERFORMANCE AU TRAVAIL ?! ON DEVRAIT POUVOIR EXISTER EN DEHORS DE NOS CARRIÈRES !

TU CROIS VRAIMENT POUVOIR RÉUSSIR EN BOSSANT MOINS ?

MAIS C'EST PAS QUESTION DE MOINS BOSSER MAIS PLUTÔT DE MIEUX BOSSER ET SORTIR DE L'OBSESSION DE PERFORMANCE ! POUR VIVRE AUSSI DE SES PASSIONS !

TA CARRIÈRE C'EST CE QUI TE DÉFINIT, QUE TU LE VEUILLES OU NON. T'ES JUSTE FLEMMARDE !

C'EST UNE RÉACTION ÉMOTIONNELLE  
EXACERBÉE SUITE À UNE REMARQUE, UNE  
FRUSTRATION, UNE CRITIQUE



**SOUVENT DISPROPORTIONNÉE PAR  
RAPPORT AUX DÉCLENCHEURS, UN SEUIL  
DE TOLÉRANCE BAS FACE À LA CRITIQUE,  
AUX REJETS, AUX IMPRÉVUS**

**T'ES VRAIMENT  
INSUPPORTABLE !!**

**AFFREUSE PETITE  
PERSONNE !!**

**SCRONCH  
SCRONCH**

**Oiiiiinnnn**



LA PERSONNE CONCERNÉE PEUT AVOIR  
UNE **INSTABILITÉ AFFECTIVE** AVEC DES  
**SAUTS D'HUMEUR**, UNE **IMPULSIVITÉ**  
**ÉMOTIONNELLE** : **REMARQUES**  
**BLESSANTES**, **DÉCISIONS HÂTIVES**.

**JE TE DÉTESTE !!!**

NE TENTE MÊME PLUS DE  
ME REPARLER UN JOUR !  
TU NE CORRESPONDS  
PLUS À MES VALEURS !





**ET UNE HYPERÉMOTIVITÉ,  
COMME DES PLEURS OU DES RIRES  
INCONTRÔLABLES DANS  
DES CONTEXTES SOCIAUX**

GARDE EN TÊTE  
QU'EN TANT QUE  
TDAH CHACUN.E  
PEUT AVOIR AVOIR  
SON PROPRE VÉCU

VOUS VOUS POSEZ DES  
QUESTIONS ?

CONTACTEZ UN  
PSYCHOLOGUE