

LE JOUR OÙ

« J'ai créé une maison d'accueil pour les personnes en burn-out »

Victime d'un sévère burn-out en 2012, **Jean-Baptiste van den Hove** a eu besoin de deux longues années pour se reconstruire.

Deux années pendant lesquelles il a pu constater qu'aucune structure n'était prévue pour accueillir les personnes souffrant d'épuisement professionnel.

Mikael Corre



Date de la crise : décembre 2012. L'entreprise où travaille Jean-Baptiste van den Hove est en train de se transformer, comme toutes les boîtes du secteur des télécoms en Europe. L'ambiance des débuts lui manque. Sa structure a été intégrée à la lourde organisation du « France Télécom » belge, Belgacom. Disparus l'autonomie, l'encouragement à la prise de risque, l'atmosphère entrepreneuriale (« *J'avais du talent pour ça, l'entrepreneuriat.* »). Tout est plus lent, « *plus système* ». Ses objectifs de fin d'année sont largement dépassés mais une réorganisation interne le fait encore « évoluer »... (« *J'étais manager numéro 1 et je devenais numéro 3.* ») La goutte d'eau. Avec le recul, le jeune homme repère quelques signes avant-coureurs : l'épuisement (« *Je bosais vraiment trop* »), l'hypersensibilité au bruit (« *Je portais toujours des bouchons d'oreille au bureau* »), et surtout le manque de sens (« *Quand je rentrais à 22 heures du boulot dans ma grosse bagnole de fonction, je sentais bien au fond de moi qu'il y avait un vide.* »). Les matins suivant l'annonce de sa nouvelle affectation, il perd toute énergie (« *Je mettais jusqu'à une heure et demie à sortir du bain.* »). Dans l'open space, il se surprend à chercher des endroits d'où personne ne le verra. Ses sens semblent saturés. L'ascenseur lui donne la nausée, comme s'il embarquait