

Syndrome d'épuisement professionnel

Depuis 2022 les réorganisations se répètent et se multiplient à PayFit. Les départs ne sont plus compensés et la charge de travail augmente, surtout depuis la RCC récente.

Dans ces conditions, il n'est pas surprenant de constater une forte progression du nombre d'arrêt maladie et plus généralement de la multiplication des cas d'épuisement professionnel.

PayFit a déjà reçu un avertissement relatif aux conditions de travail de la part de la médecine du travail. Il est important de connaître ses droits pour se protéger de l'inaction de notre employeur.



CGT PayFit
Section syndicale

Comprendre le harcèlement moral

"Des agissements répétés qui ont pour objet ou pour effet une dégradation de ses conditions de travail susceptible de porter atteinte à ses droits et à sa dignité, d'altérer sa santé physique ou mentale ou de compromettre son avenir professionnel"

Définition du harcèlement moral *Le Code du travail (L. 1152-1)*

Par exemple, cela peut se concrétiser par :

- **Des reproches répétés** adressés devant tes collègues de travail.
- **Des réflexions désobligeantes, insultantes et des propos ou des attitudes disqualifiantes** à ton égard (ex : lever les yeux au ciel en soupirant quand tu prends la parole, etc.)
- **La demande de justifier sans cesse de ton travail**, en te privant ainsi d'une partie du contrôle sur ton quotidien professionnel.
- **Le fait de réduire ton périmètre d'initiative**, de t'attribuer des tâches sans lien avec tes fonctions ou baisser ta rémunération.
- **Te priver de contact avec tes collègues** en déplaçant ton poste de travail, en cessant de t'inclure dans les réunions ou les événements d'équipes (ex : déjeuner).



Pour rappel la sanction prévue par le Code pénale pour l'auteur des faits en cas de harcèlement sexuel ou moral est de **2 ans de prison et 30 000 euros d'amende**.

Les signaux d'un burn-out

Les signaux forts à surveiller :

- **La présence d'une fatigue chronique et très importante.** On parle ici d'une fatigue qui dure pendant plusieurs semaines ou mois et qui ne s'estompe pas malgré le repos.
- **La prise de substances pour compenser :** enchaîner les cafés, les boissons énergisantes ou des substances plus fortes encore, pour réussir à suivre le rythme. De même, constater une augmentation de sa consommation d'alcool, de cigarettes ou de substances plus fortes encore, pour tenter de se détendre et de "couper mentalement". C'est ce qu'on appelle l'addiction défensive.
- **Désengagement pour son travail :** tu constates une perte d'intérêt pour ton travail dans lequel tu t'épanouissais avant. Tes missions, projets ou autres tâches te pèsent.



La consultation "Souffrance et Travail" a créé un test de propagation du syndrome de l'épuisement professionnel. Il est disponible sur www.souffrance-et-travail.com.

Être accompagné.e

- **Ton médecin traitant est ton référent en matière de soin.** Il assure ta prise en charge médicale et ton suivi. Il peut t'orienter vers un spécialiste et te prescrire un arrêt de travail si nécessaire. Tu peux également te rapprocher du médecin du travail.
- **Les représentants du personnel ont une compétence légale pour intervenir sur tout sujet relatif à la santé et sécurité au travail.** Ils peuvent t'offrir une écoute en toute confidentialité et pourront, avec ton accord, alerter l'employeur afin d'enquêter sur les conditions de travail. Notre CSE a mandaté **Kelly Scall et Kristelle Larde** pour les sujets de harcèlement ; et **Vanessa Vallée** pour les sujets de burn-out.
- **Enfin, tu peux compter sur la CGT PayFit** (et sans aucun doute sur les autres organisations syndicales aussi) pour t'accompagner dans toutes ces démarches et te soutenir.

Référente burn-out



Vanessa VALLÉE
Élue titulaire du CSE

Médecin du travail

VIRGINIE TANGUY

v.tanguy@semsi.fr
01 47 63 39 81

Section syndicale de la CGT



Killian HAMAYADA
Délégué syndical



Jonas FAURE
Responsable syndical