



Se défendre face à la pression managériale

Recommandations et conseils de la section syndicale de la CGT PayFit

Connaître ses droits pour agir

L'isolement est un piège

La dévalorisation est l'outil principal du management toxique. Ne reste pas seul-e. Partage ta situation avec tes collègues de confiance, tes représentants ou ton syndicat pour sortir du silence et remettre les faits en perspective.

Le cadre légal te protège

Le Code du Travail (Art. L1222-2 & L1222-3) est formel : toute évaluation doit reposer sur des critères objectifs, précis et établis à l'avance. Si tes objectifs sont flous ou changent sans cesse, contacte tes représentants pour en parler.

L'écrit est ta mémoire factuelle

Confirme les points clés de tes entretiens par mail ou sur slack pour éviter toute manipulation de la réalité (*gaslighting*). Sois vigilant-e : si un compte-rendu de ton manager est inexact, apporte tes rectifications par écrit sans tarder.

Gère l'urgence

Rien ne t'oblige à répondre immédiatement à une liste de reproches imprévus lors d'un point 1-1. Privilégie une posture de professionnalisme prudent : demande à recevoir ces points par écrit pour pouvoir les analyser à tête reposée et y répondre précisément plus tard.



Se défendre face à la pression managériale

Recommandations et conseils de la section syndicale de la CGT PayFit

Ne pas être complice

Ta responsabilité dans le feedback

Pour aider/accompagner des collègues privilégie les retours par DM ou les discussions qui ne mettent pas en danger leur emploi. Un retour écrit à propos d'un·e collègue à son ou sa manager·euse ou dans des formulaires RH est une arme administrative.

Vigilance en entretien individuel

Ton 1-1 est un espace d'échange dédié à ton travail. Si ton manager l'utilise pour solliciter des critiques sur un·e collègue, privilégie la réserve. N'hésite pas à nous en parler : ce type de pratique détourne l'objectif de tes points individuels et sert souvent à justifier des mesures de pression contre tes collègues !

Rompre l'isolement et alerter

Ne laisse pas un·e collègue s'isoler ou être écarté·e. Maintenir le lien social (café, déjeuner, discussion) est un acte de résistance. Si une procédure te semble injustifiée, exprime ton désaccord à ton collègue et à tes élus.



Pour nous contacter

Un simple DM à **@Jonas** ou **@Leo** suffit, mais tu peux trouver la liste complète des membres du CSE sur mypayfit.com