



Always Designing  
for People®

## Près des deux tiers des salariés français subissent un stress régulier au travail

### *Un chiffre en augmentation de 9 points par rapport à la période pré-pandémique*

- 64 % des salariés français ressentent du stress au travail au moins une fois par semaine, tout particulièrement les jeunes de 18-24 ans (74 %), les télétravailleurs (70 %) et les femmes (68 %)
- Les 3 principales causes de stress sont des journées de travail jugées trop longues (24 %), des responsabilités accrues depuis la crise sanitaire (22 %), des craintes liées à la sécurité de leur emploi (20 %)
- 54 % des télétravailleurs pensent que les managers sont moins susceptibles de repérer les membres de leur équipe qui font face à des problèmes de charge de travail, de stress ou de santé mentale lorsque l'activité professionnelle est exercée à domicile plutôt qu'au bureau
- Les salariés considèrent à 59 % être soutenus par leurs collègues concernant leur santé mentale, et seulement à 49 % par leur manager ; 33 % constatent que leur employeur ne prend aucune mesure pour favoriser le bien-être mental
- Une communication plus fréquente avec leurs salariés (26 %), un droit à la déconnexion garanti après les heures de travail (18 %), l'accès à des conseils spécifiques (16 %) sont les initiatives les plus fréquemment déployées par les employeurs pour veiller à la bonne santé mentale de leurs collaborateurs

Nanterre, le 2 septembre 2022 – Le contexte d'incertitude liée à la crise sanitaire, ainsi que les craintes pour leur santé et celle de leurs proches ont fortement impacté les niveaux de stress et d'anxiété des individus. Au travail, le quotidien des salariés a été complètement bouleversé avec la mise en place de nouvelles organisations (télétravail, travail hybride, full remote...) accompagnée d'une situation économique incertaine mettant également à rude épreuve leur santé mentale. Dans ce contexte, la nouvelle enquête intitulée « [People at Work 2022 : l'étude Workforce View](#) » d'ADP, pionnier et leader mondial des solutions de Ressources Humaines, révèle que près des deux tiers des salariés français (64 %) déclarent ressentir du stress au travail au moins une fois par semaine. Un chiffre en deçà comparé au reste de l'Europe (71 %) et du monde (67 %), mais en augmentation de 9 points (55 %) par rapport à la période pré-pandémique début 2020.

L'enquête People at Work 2022 a été réalisée auprès de plus de 32 924 actifs dans 17 pays, dont près de 2 000 en France.

### **Un stress au travail plus difficilement détectable en raison du télétravail**

Le stress au travail est ressenti au moins une fois par semaine par **74 % des jeunes de 18-24 ans** (contre 62 % des 25 ans et plus), **70 % des télétravailleurs** (contre 58 % de leurs collègues sur site), **68 % des femmes** (contre 60 % des hommes), mais également par 78 % de ceux exerçant dans les médias et l'information, 72 % dans les loisirs et l'hôtellerie, 69 % dans l'informatique et les télécommunications. A noter que 22 % des actifs éprouvent du stress tous les jours. Les Français les plus affectés par le stress au quotidien sont ceux exerçant dans les loisirs et l'hôtellerie (27 %), l'éducation et la santé (26 %).

**Le stress ressenti par les salariés est dû en majeure partie à des journées de travail jugées trop longues (24 %) ne leur permettant probablement pas de bénéficier d'un équilibre satisfaisant entre leur vie privée et leur vie professionnelle. Ils font face aussi à des responsabilités accrues depuis la crise sanitaire (22 %), et tout particulièrement ceux travaillant dans la construction (33 %), l'éducation et la santé (30 %), ainsi que [les loisirs et l'hôtellerie](#) (29 %). Enfin dans le contexte actuel d'instabilité, ils craignent pour la sécurité de leur emploi (20 %), notamment ceux exerçant dans les médias et l'information (34 %).**

À la suite du déploiement de nouveaux modes de travail à distance, **la moitié des salariés (50 %) estime que les managers sont moins susceptibles de repérer les membres de leur équipe qui font face à des problèmes de charge de travail, de stress ou de santé mentale, lorsque l'activité professionnelle est exercée à domicile plutôt qu'au bureau** ; une affirmation qui est particulièrement notable chez les télétravailleurs (54 %). Le travail à distance semble donc avoir rendu plus difficile la détection par les managers des « signaux faibles » au sein de leur équipe concernant la santé mentale, la gestion du stress ou la charge de travail.

### **Les salariés français peu soutenus par leurs managers concernant leur santé mentale**

**Les salariés pensent à 40 % que leur travail pâtit de niveaux de stress importants, et ce sont ceux exerçant dans l'immobilier (60,5 %), les médias et l'information (60 %), les jeunes (48 % des 18-24 ans contre 36 % des 25 ans et plus), ainsi que les télétravailleurs (44 % contre 33 % de leurs collègues sur site) qui paraissent être les plus concernés.** Si les actifs estiment en majorité être soutenus par leurs collègues au sujet de leur santé mentale, **ils sont moins de la moitié à considérer recevoir de l'aide de la part de leur manager dans ce domaine. De plus, 33 % constatent que leur employeur ne prend aucune mesure pour favoriser leur bien-être mental.** Un constat particulièrement visible chez les salariés des secteurs de l'industrie (42 %), de l'éducation et la santé (39 %), et des loisirs et hôtellerie (37 %).

Pourtant, conscients des risques que peuvent provoquer le stress sur leurs collaborateurs, certains employeurs s'efforcent de trouver des solutions pour apporter du soutien en termes de santé mentale à leur personnel. Les principales initiatives mises en place dans ce domaine sont **une communication plus fréquente avec leurs salariés (26 %), un droit à la déconnexion garanti après les heures de travail (18 %) ainsi que l'accès à des conseils spécifiques pour mieux gérer leur stress et leur charge de travail (16 %).**

*« Les nombreux bouleversements au travail ces derniers mois peuvent affecter la santé mentale des collaborateurs, et ainsi leur performance au sein des organisations. Alors que les employeurs ont pris des mesures pour rassurer leurs salariés et assurer leur sécurité pour organiser le retour au bureau après la pandémie, ils doivent continuer à adapter leur politique RH face au niveau de stress préoccupants des collaborateurs, en particulier ceux travaillant à distance. »* souligne **Carlos Fontelas de Carvalho, Président d'ADP en France et en Suisse.**

Il ajoute : *« Qu'il s'agisse de faire face à un stress trop important, une charge de travail inadaptée ou un problème plus global de santé mentale, favoriser une communication ouverte et transparente est primordial. Pour y parvenir, il est essentiel de valoriser le rôle central des managers de proximité dans le maintien du lien, aussi bien sur site qu'à distance, et la détection des risques psycho-sociaux. Surtout, il faut accélérer leur formation pour les rendre plus efficaces. Pour que chaque collaborateur puisse faire entendre sa voix, il faut également que toute l'organisation RH soit elle aussi à l'écoute. Il est important de la doter de bons outils pour lui permettre de dégager du temps en libérant les professionnels RH des tâches administratives chronophages. Cela leur permettra de se concentrer sur les équipes, accompagner les managers et mener des enquêtes ouvertes qui permettent de mesurer le ressenti des collaborateurs sur ces sujets et son évolution. »*

#### **A propos de l'étude**

Le rapport « [People at Work 2022 : l'étude Workforce View](#) » étudie les comportements des salariés face au monde du travail actuel, ainsi que leurs attentes et espoirs vis-à-vis de leur futur environnement de travail. ADP Research Institute a interrogé 32 924 actifs dans 17 pays entre le 1er et le 24 novembre 2021, dont 1 951 en France.

## **A propos d'ADP**

Concevoir de meilleurs modes de travail grâce à des solutions à la pointe de la technologie, des services haut de gamme et des expériences uniques qui permettent aux collaborateurs d'atteindre pleinement leur potentiel. Ressources Humaines, gestion des talents, des temps et de la paie, basées sur les données et conçues pour vos collaborateurs.  
Pour en savoir plus, rendez-vous sur [fr.ADP.com](http://fr.ADP.com)

## **Service de presse ADP**

### **Rumeur Publique**

Marie Goislard – Tél : 06 21 23 37 75

Clara Troestler - Tél : 06 76 49 99 11

Coline Bonnet – Tél : 06 03 45 75 39

[adp@rumeurpublique.fr](mailto:adp@rumeurpublique.fr)