

# BAROMÈTRE SANTÉ ET QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL 11<sup>E</sup> ÉDITION

Etude de perception quantitative menée auprès de salariés du secteur privé

Point presse - 17 septembre 2019



malakoff médéric  
humanis

---

SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE

**LE COMPTOIR**  
de la nouvelle entreprise  

---

**malakoff médéric humanis**

# METHODOLOGIE DE L'ÉTUDE



L'enquête a été conduite par Internet **du 17 mai au 20 juin 2019**



L'échantillon est représentatif des salariés français du secteur privé sur **6 grands critères** : le genre, l'âge, le statut, le secteur d'activité et la taille de l'entreprise, ainsi que la région.



Questionnaire d'environ **90 questions**



## UNE ENQUÊTE NATIONALE :

- 4 552 salariés du secteur privé
- 11<sup>e</sup> année

# SOMMAIRE

**UNE MEILLEURE PERCEPTION DE LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL**

**UNE ACCÉLÉRATION DU RYTHME ET DES CHANGEMENTS**

**UN TRAVAIL PERÇU COMME PLUS FATIGANT**

**TEMPS DE VIE :  
À LA RECHERCHE DE NOUVEAUX ÉQUILIBRES**

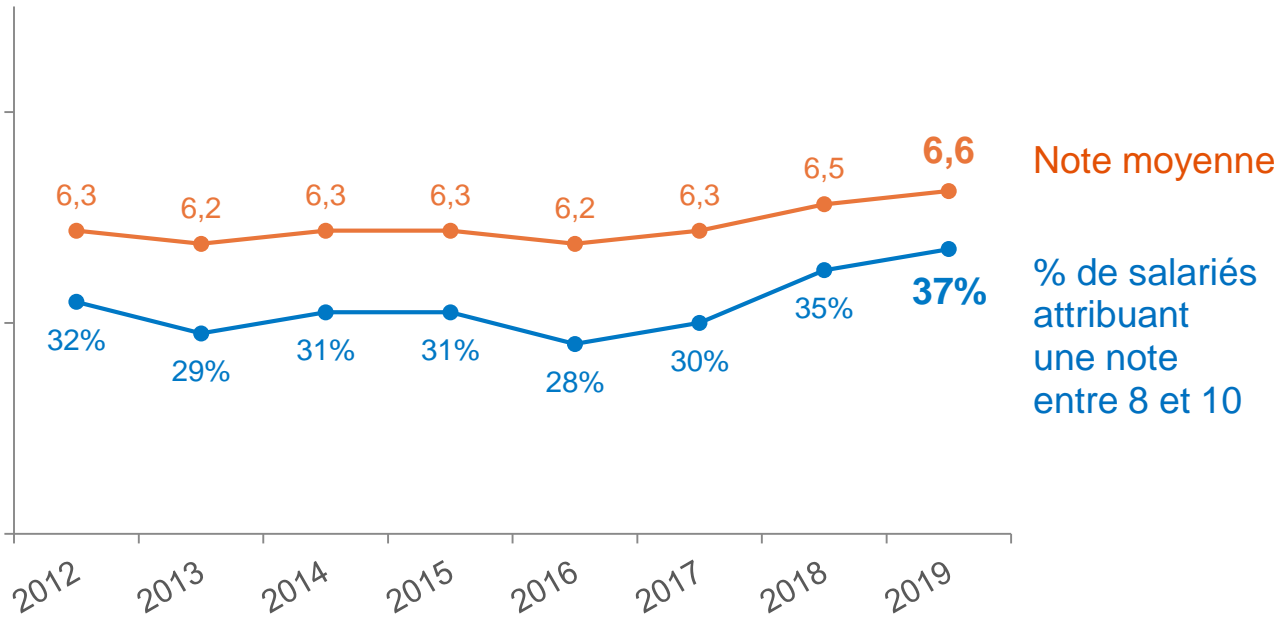
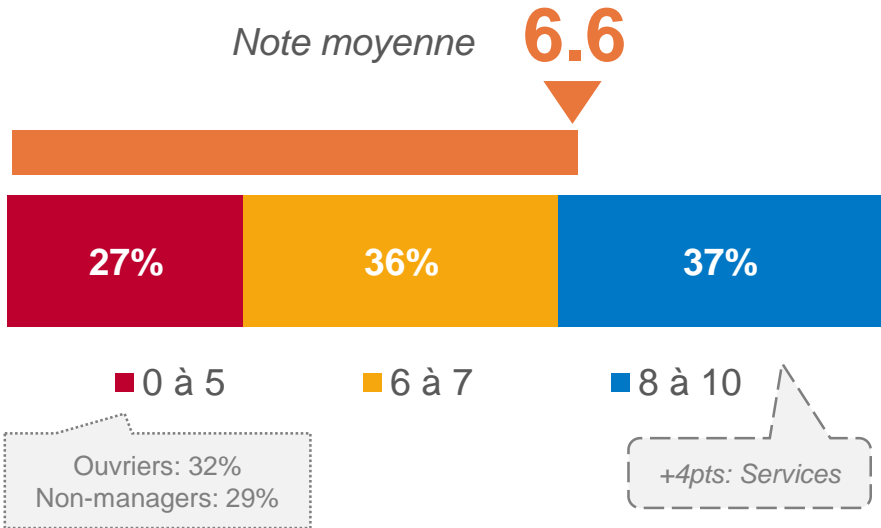
**DES SALARIÉS ACTEURS DE LEUR SANTÉ ET DE LEUR QVT**

**LE MANAGER : AU CŒUR DE LA TRANSFORMATION**

# UNE MEILLEURE PERCEPTION DE LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

# UNE ÉVALUATION DE LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL EN AMÉLIORATION DEPUIS 2016

Comment évaluez-vous votre qualité de vie au travail ?

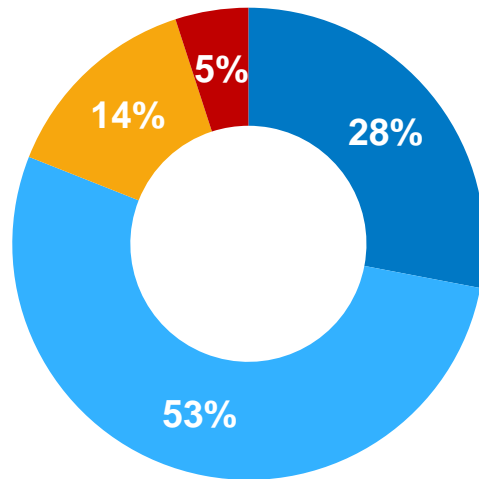


# L'AMBIANCE, LA RECONNAISSANCE ET LA RÉMUNÉRATION GLOBALE : LE TOP 3 DES DÉTERMINANTS DE LA QVT

Quand vous pensez à la qualité de vie au travail, à quoi pensez-vous surtout ?



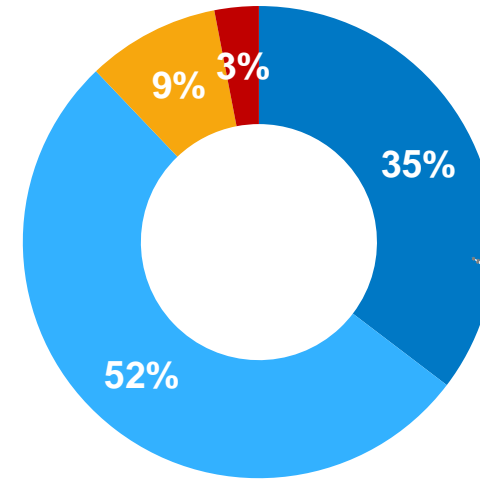
# BONNE ENTENTE AU TRAVAIL : UN SCORE JAMAIS ATTEINT DEPUIS 10 ANS !



Managers: 84%  
Cadres: 85%

**81%**  
estiment qu'il y a  
une bonne entente  
là où ils travaillent,  
+4 points vs 2018

■ Oui, tout à fait    ■ Oui, plutôt  
■ Non, plutôt pas    ■ Non, pas du tout



Managers: 90%

**87%**  
se sentent bien intégrés  
dans leur entreprise

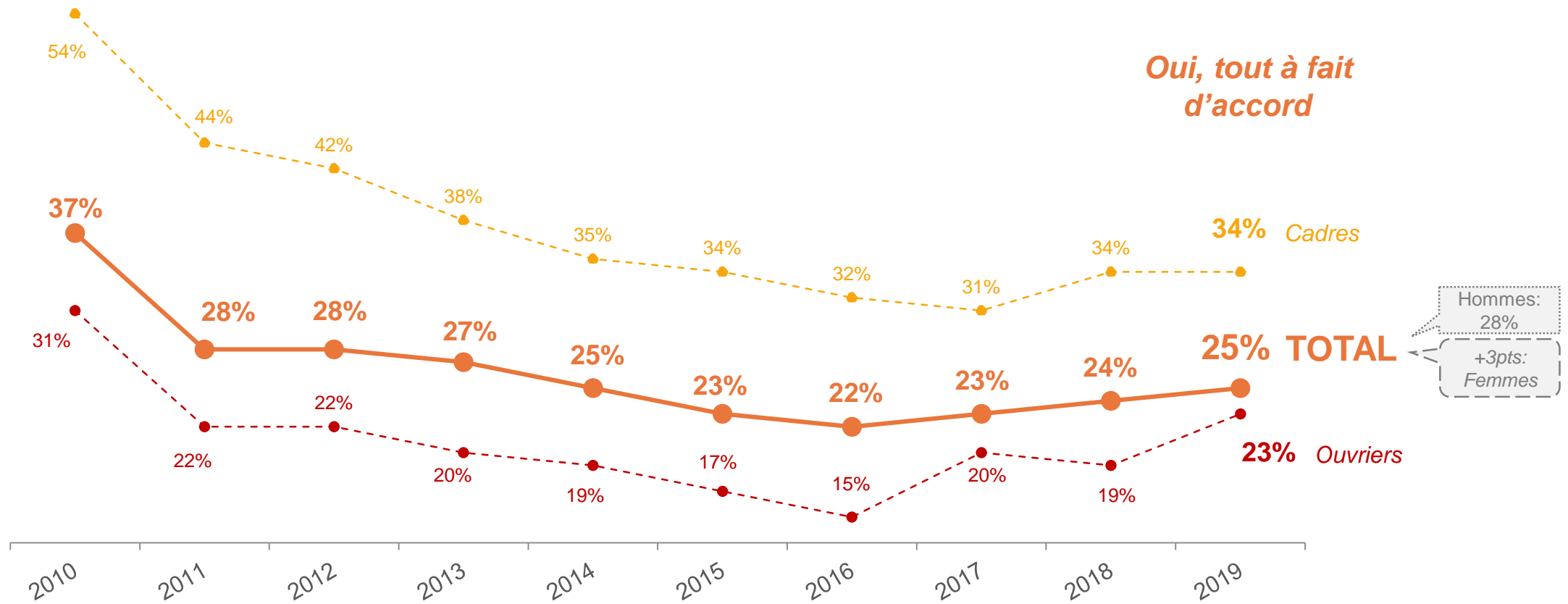
+2pts vs. 18  
+1pts vs. 14

Managers: 40%  
-10 salariés: 42%

■ Oui, tout à fait    ■ Oui, plutôt  
■ Non, plutôt pas    ■ Non, pas du tout

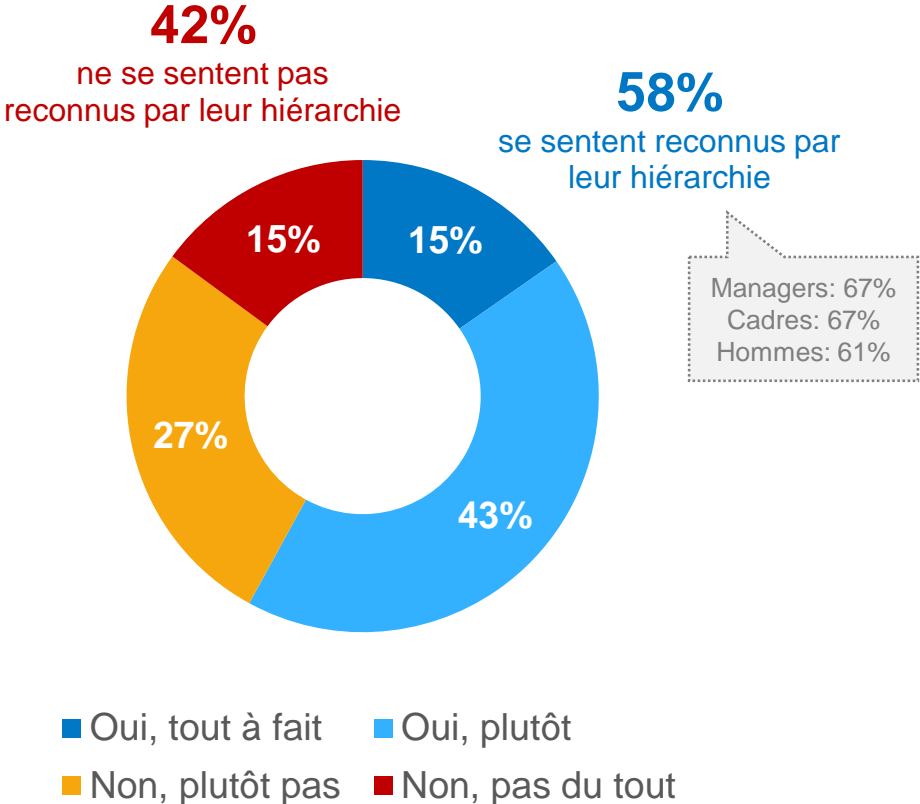
# MANQUE D'AUTONOMIE : UNE STABILISATION DEPUIS 2017

Dans mon travail j'ai la possibilité de prendre des décisions

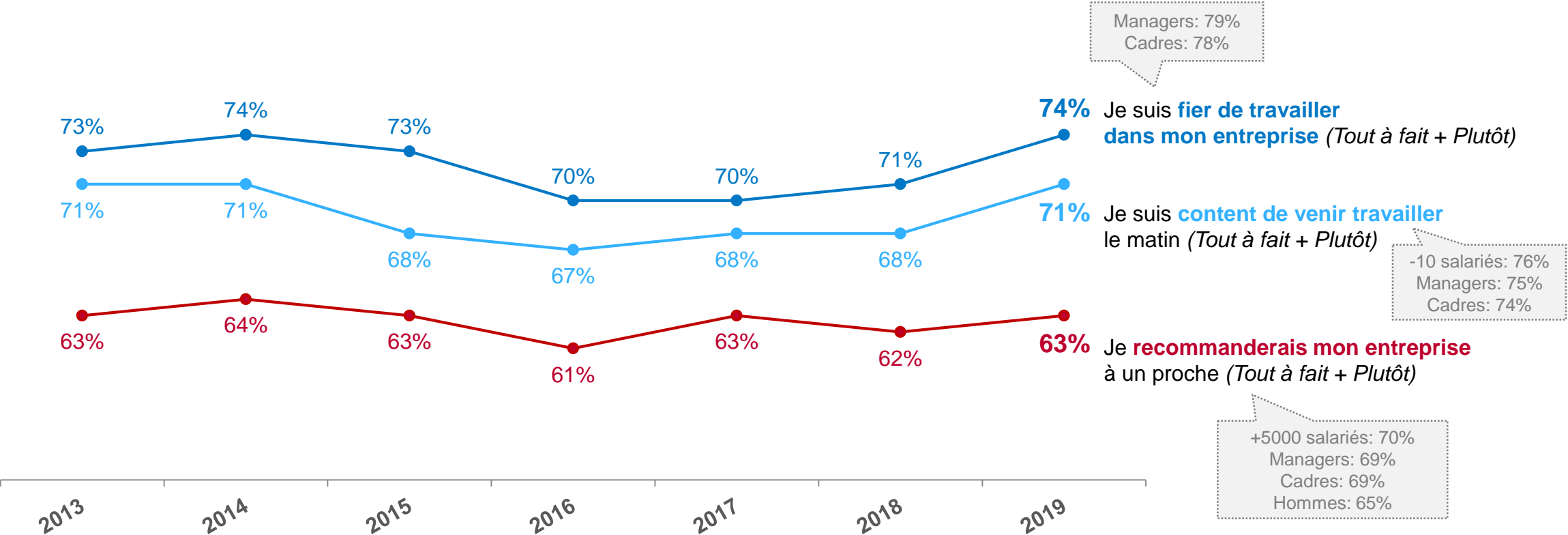




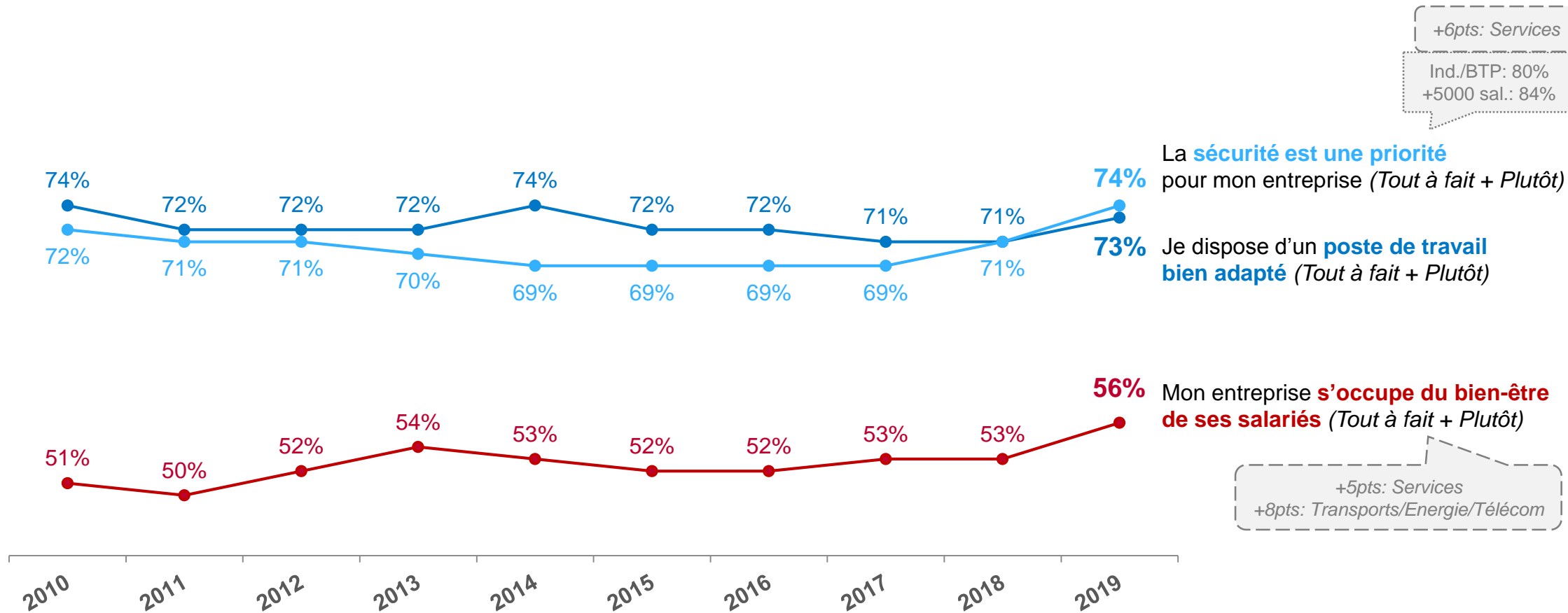
# UN DÉFICIT DE RECONNAISSANCE STABLE ET QUI CONCERNE 42% DES SALARIÉS



# UN LIEN À L'ENTREPRISE QUI SE RENFORCE POUR ATTEINDRE DES SCORES PROCHES DE 2013



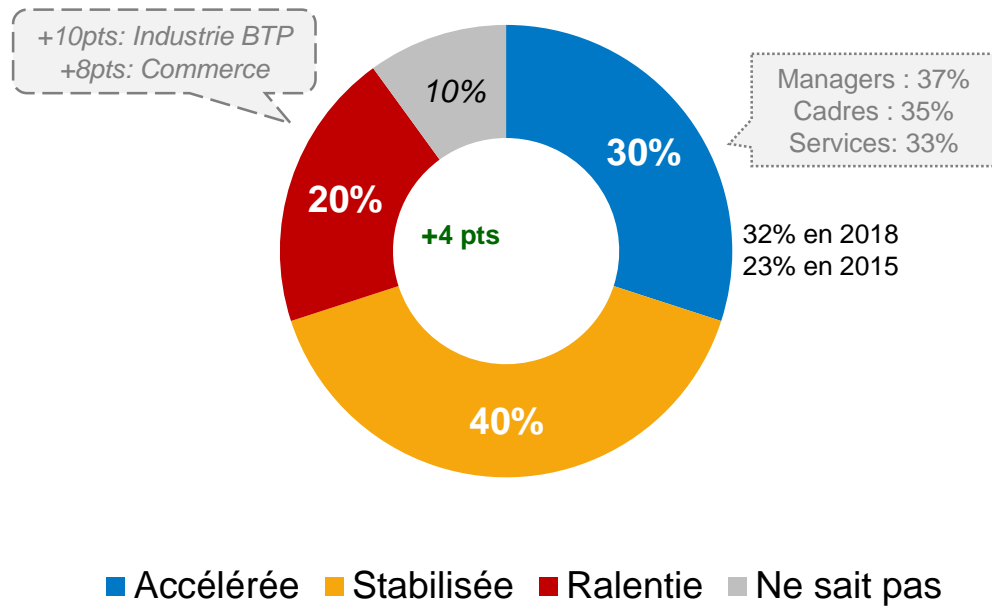
# DES ENTREPRISES ENGAGÉES POUR LE BIEN-ÊTRE DE LEURS SALARIÉS



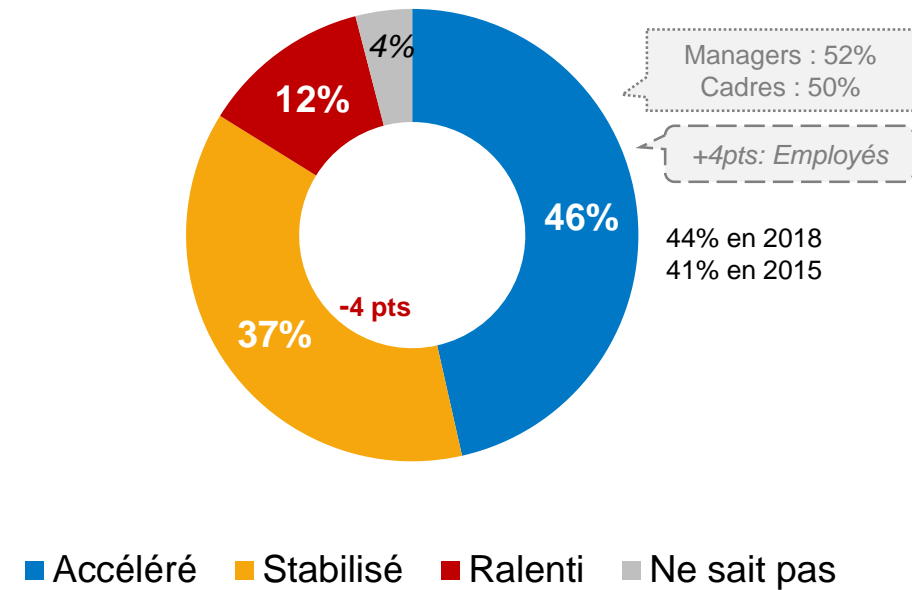
# ACCÉLÉRATION DU RYTHME ET DES CHANGEMENTS

# ACCÉLÉRATION DU RYTHME DE TRAVAIL POUR PRÈS DE LA MOITIÉ DES SALARIÉS

Diriez-vous qu'au cours des 12 derniers mois, l'activité de votre entreprise s'est... ?

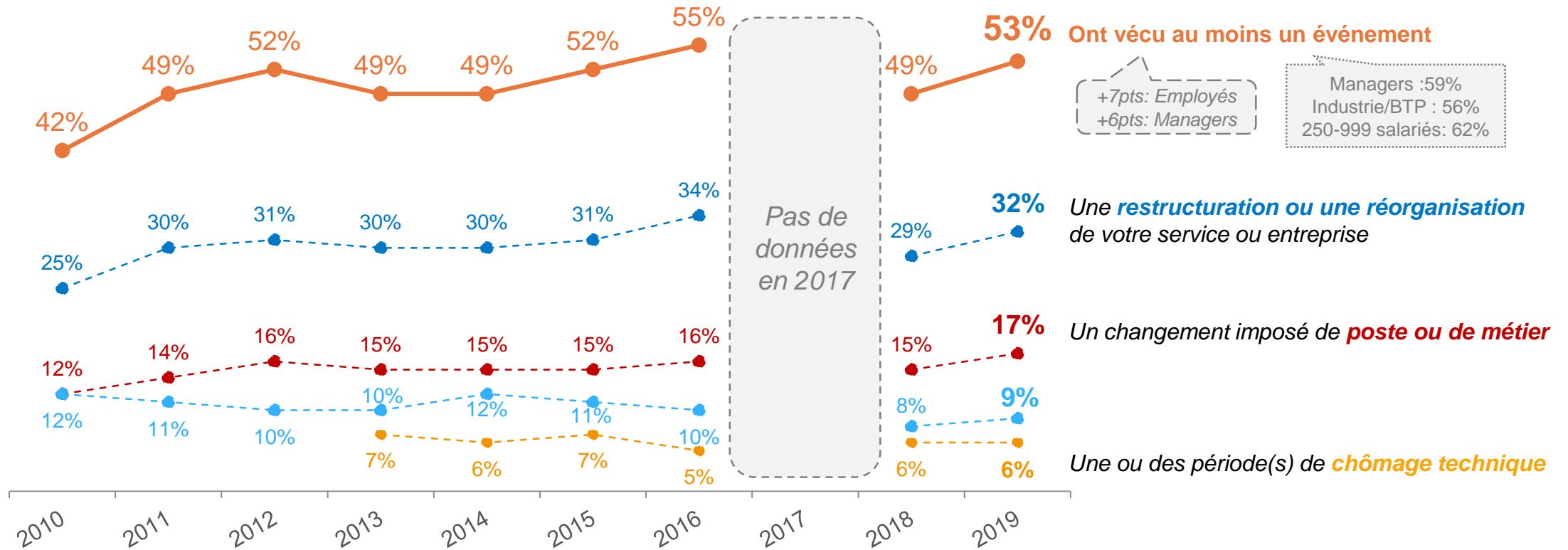


Diriez-vous qu'au cours des 12 derniers mois, votre rythme de travail s'est... ?



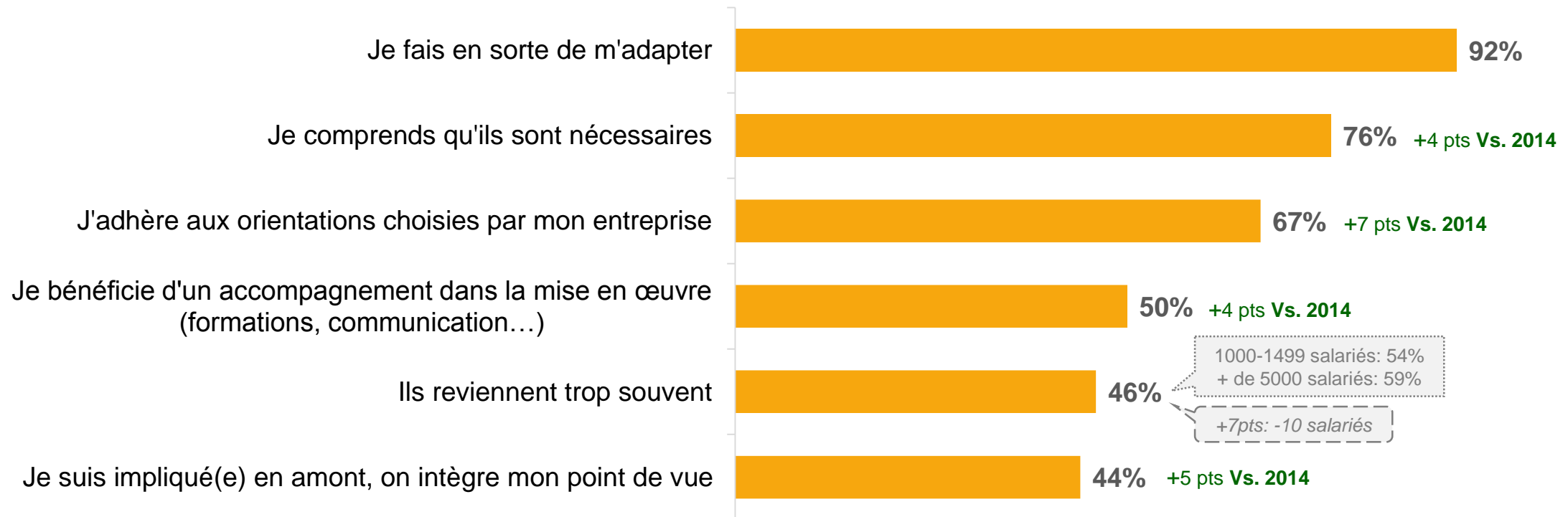
# UNE AUGMENTATION DES CHANGEMENTS ORGANISATIONNELS

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous vécu personnellement un ou plusieurs des événements suivants ?



# LA MAJORITÉ DES SALARIÉS S'ADAPTE AUX CHANGEMENTS

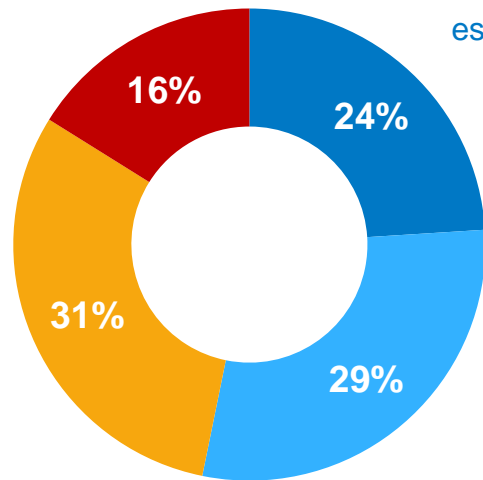
A propos des changements ou transformations que connaît votre entreprise, diriez-vous :



# UN TRAVAIL PERÇU COMME PLUS FATIGANT



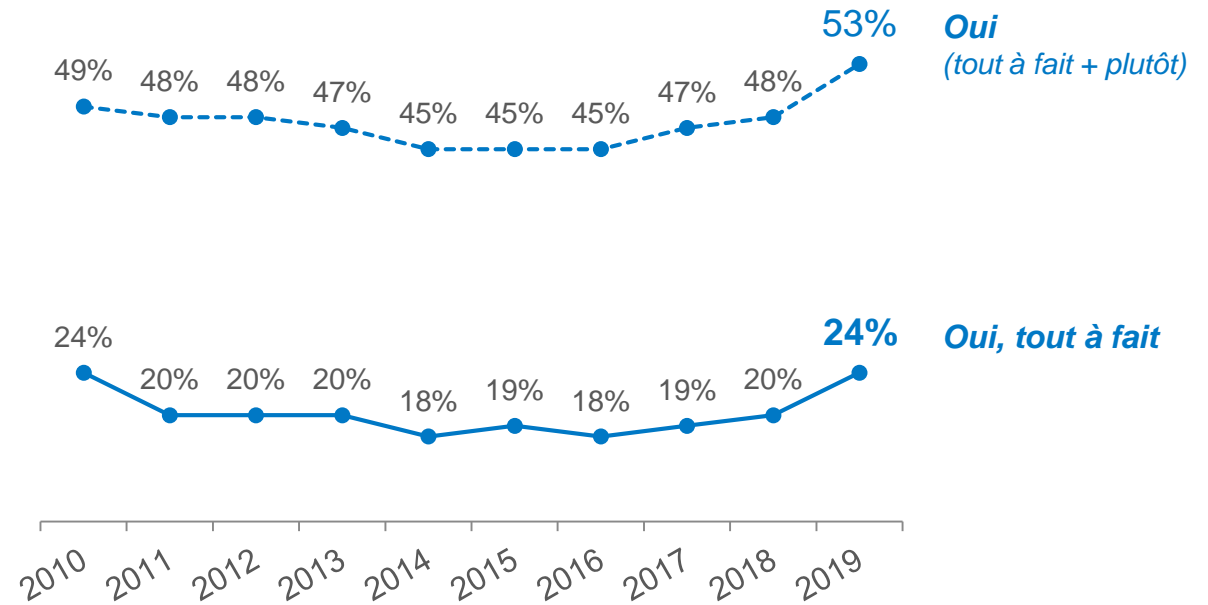
# UNE AUGMENTATION DE LA FATIGUE PHYSIQUE



**53%**  
estiment que leur travail  
est physiquement  
fatigant

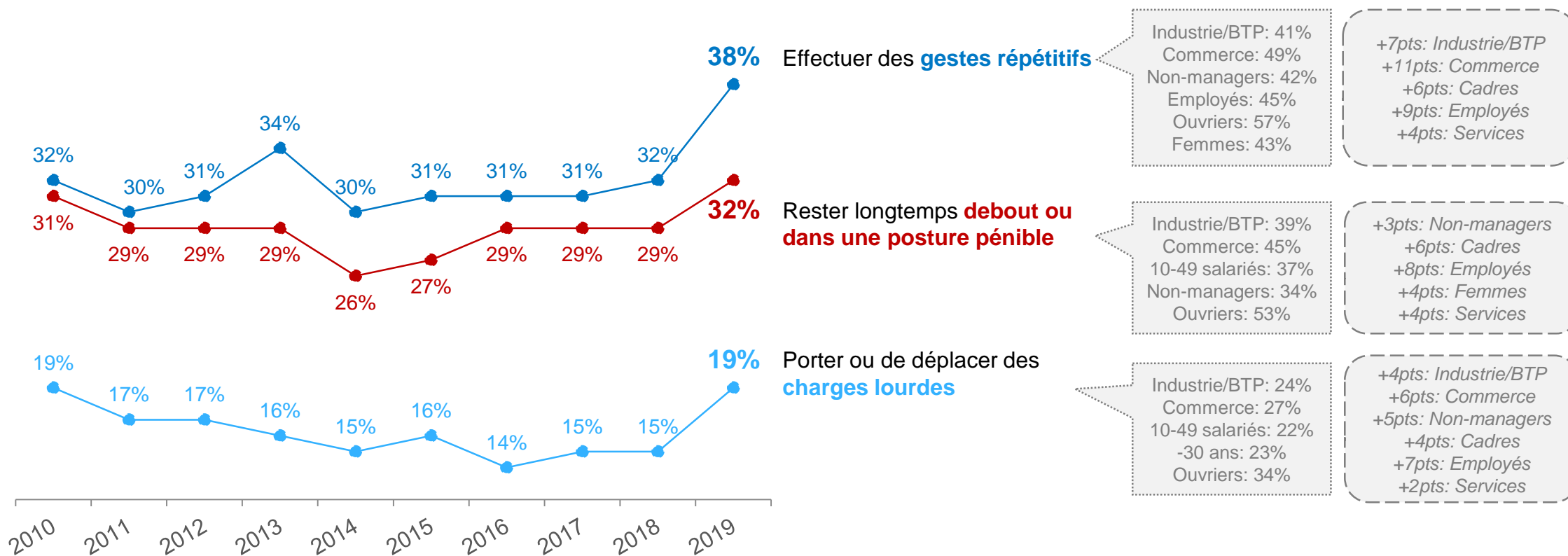
+6pts: Industrie/BTP  
+6pts: Services  
+10pts: 250-999 sal.  
+10pts: -30 ans  
+8pts: Cadres  
+7pts: Employés

■ Oui, tout à fait    ■ Oui, plutôt  
■ Non, plutôt pas    ■ Non, pas du tout

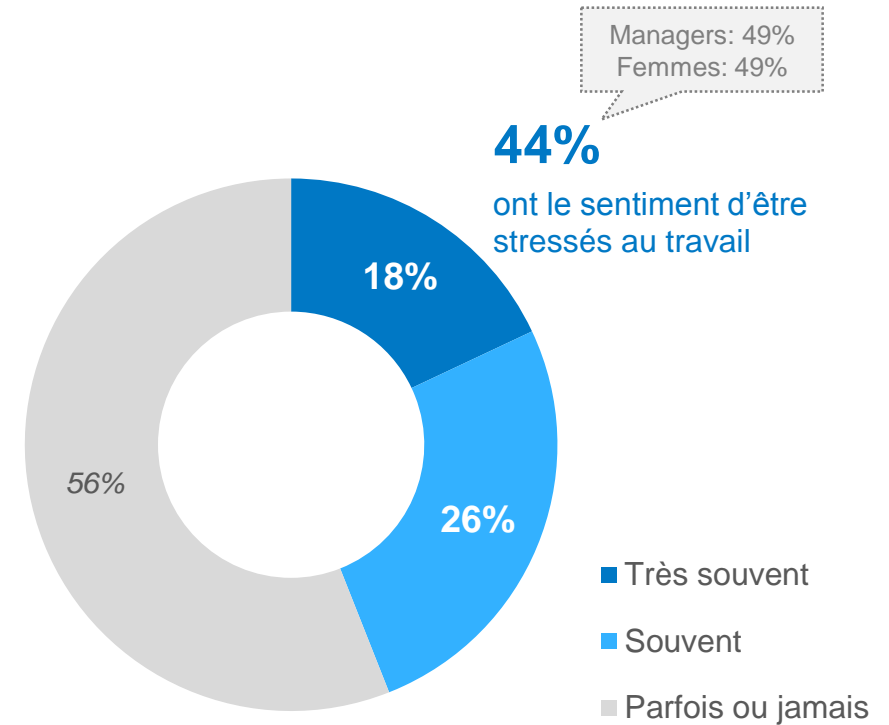
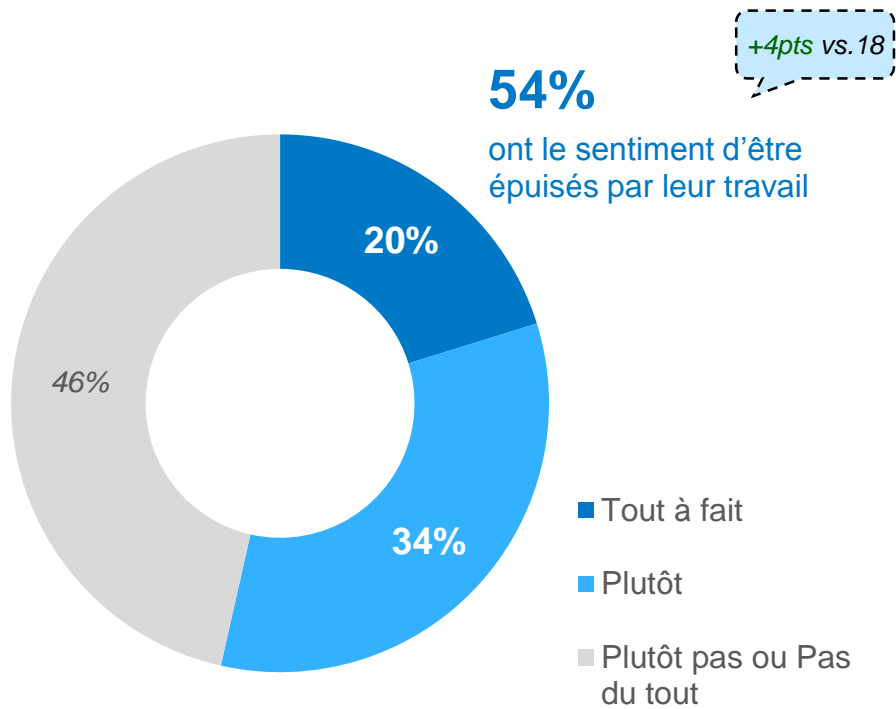


# DES RISQUES PHYSIQUES PLUS PRÉSENTS

L'exécution de votre travail vous impose-t-elle de... ?

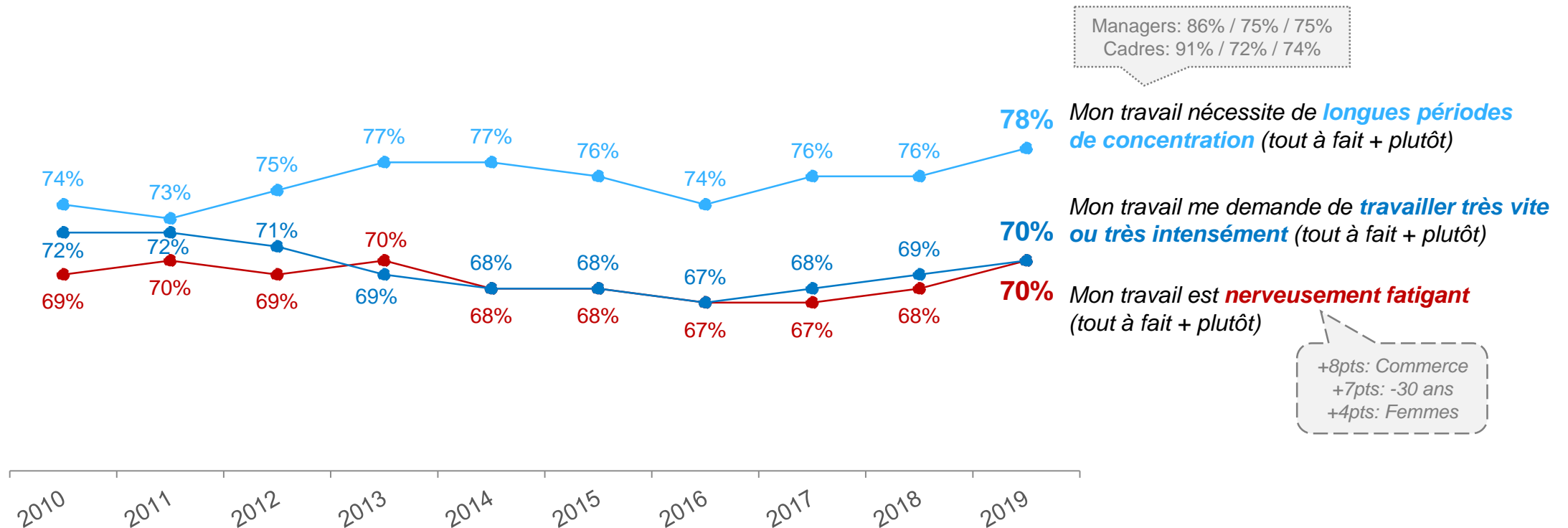


# ET UNE AUGMENTATION DE LA FATIGUE PSYCHIQUE



# UNE PRESSION PSYCHOLOGIQUE QUI NE DIMINUE PAS

Indiquez si chacune des phrases suivantes vous convient



# PLUS DE LA MOITIÉ DES SALARIÉS STRESSÉS FONT DU SPORT POUR Y FAIRE FACE

Parmi les solutions suivantes, les avez-vous déjà réalisées ou envisagez-vous de le faire afin de surmonter ce stress ?

Base « Au cours des 2 dernières semaines, je me suis déjà senti stressé au travail »

TOTAL  
Je le fais

Cadres: 70%  
Services: 66%  
+5000 salariés: 69%

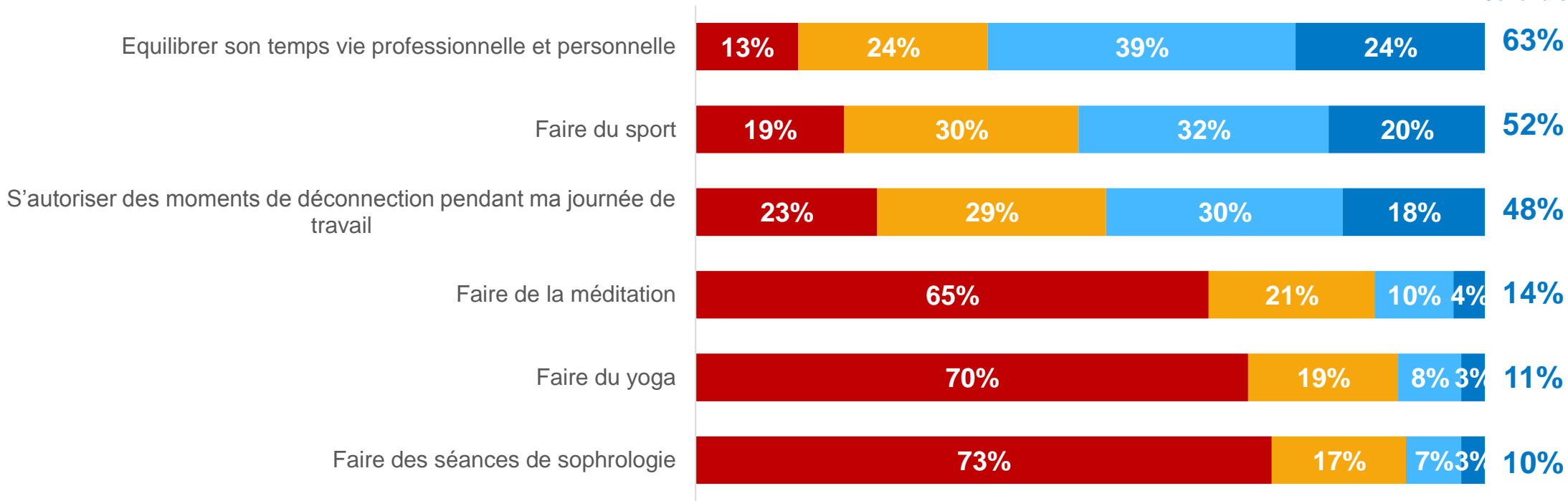
Managers: 59%  
Cadres: 59%  
- 30 ans: 60%

Services: 52%  
Cadres: 53%

Managers: 19%  
Cadres: 18%

Femmes: 26%  
Cadres: 25%

Managers: 15%  
-30 ans: 15%



■ Je ne le fais pas et je n'envisage pas de le faire  
■ Je le fais et je souhaite le faire encore plus

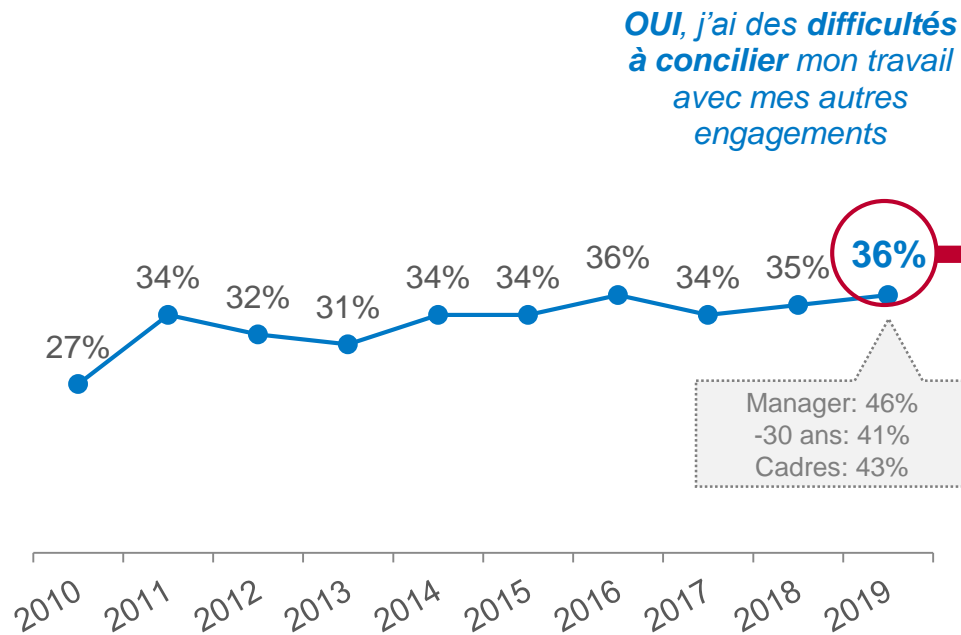
■ Je ne le fais pas mais j'envisage de le faire  
■ Je le fais et cela me suffit

# TEMPS DE VIE : À LA RECHERCHE DE NOUVEAUX ÉQUILIBRES

# PLUS D'1/3 DES SALARIÉS ÉPROUVE DES DIFFICULTÉS À CONCILIER VIE PROFESSIONNELLE ET VIE PERSONNELLE

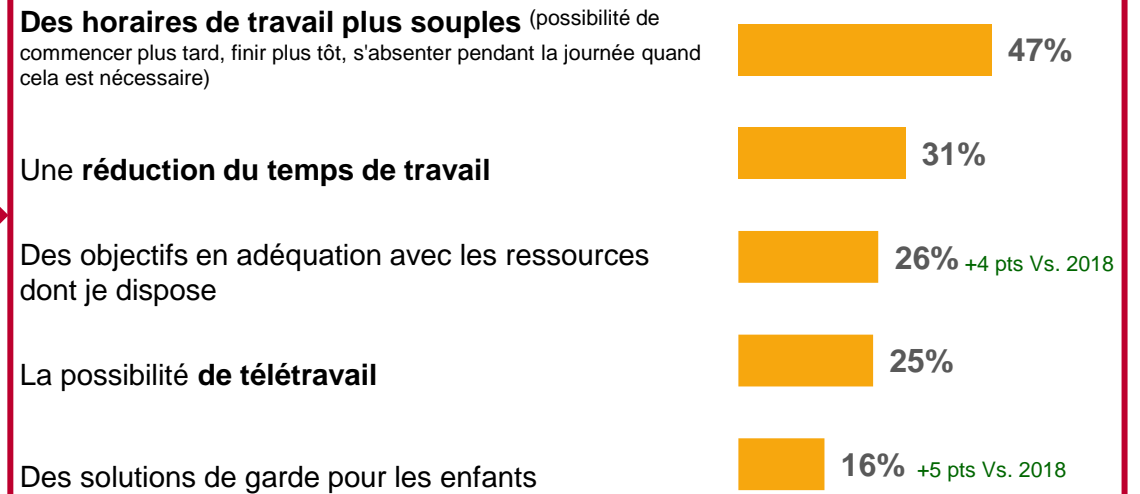
Avez-vous des difficultés à concilier votre travail avec vos autres engagements, personnels ou familiaux ?

Qu'est ce qui selon vous, vous permettrait de mieux concilier votre vie professionnelle et votre vie personnelle ?



**Base: salariés ayant des difficultés à concilier travail et engagements personnels ...**

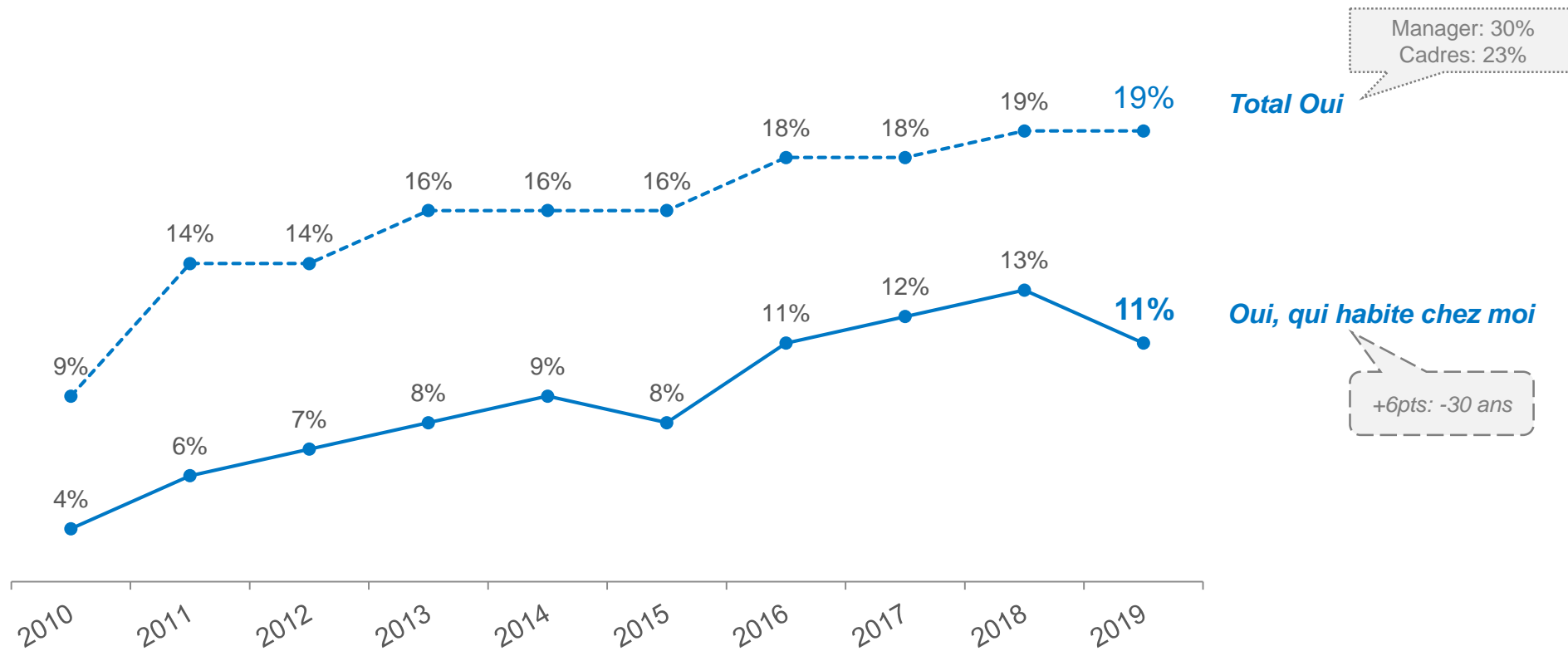
2019



Nombre moyen de réponses 2.0

# UNE CHARGE DE VIE QUI AUGMENTE DEPUIS 10 ANS

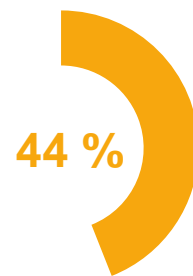
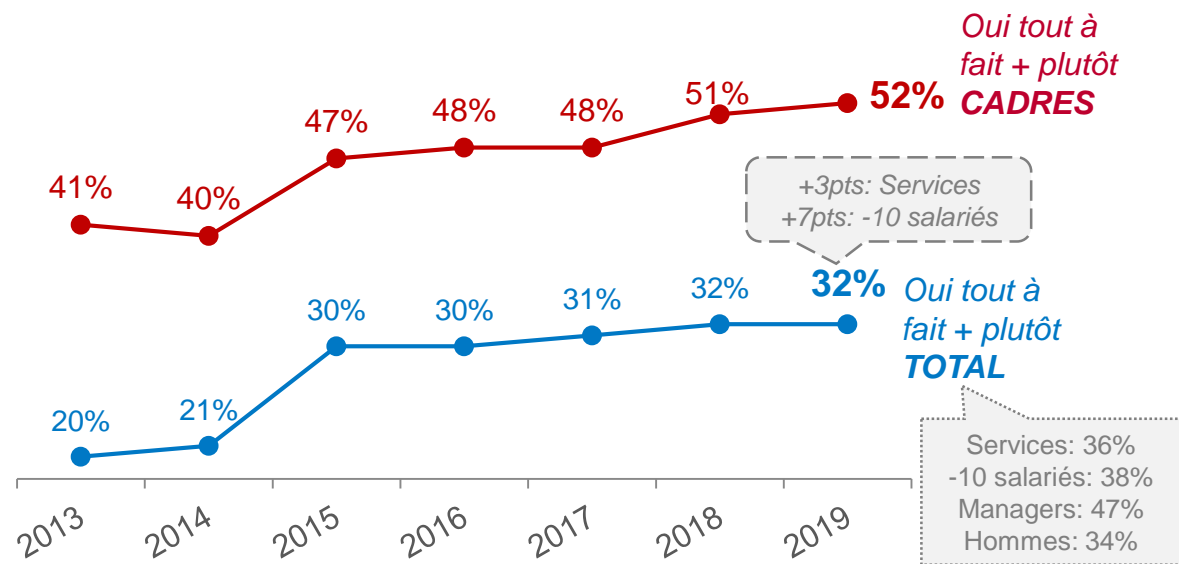
En dehors de vos enfants, avez-vous un (ou des) membre(s) de votre famille dépendant(s) ou malade(s) dont vous vous occupez régulièrement ?





# ET UN EMPIÈTEMENT DU TRAVAIL SUR LA VIE PERSONNELLE QUI AUGMENTE LUI AUSSI

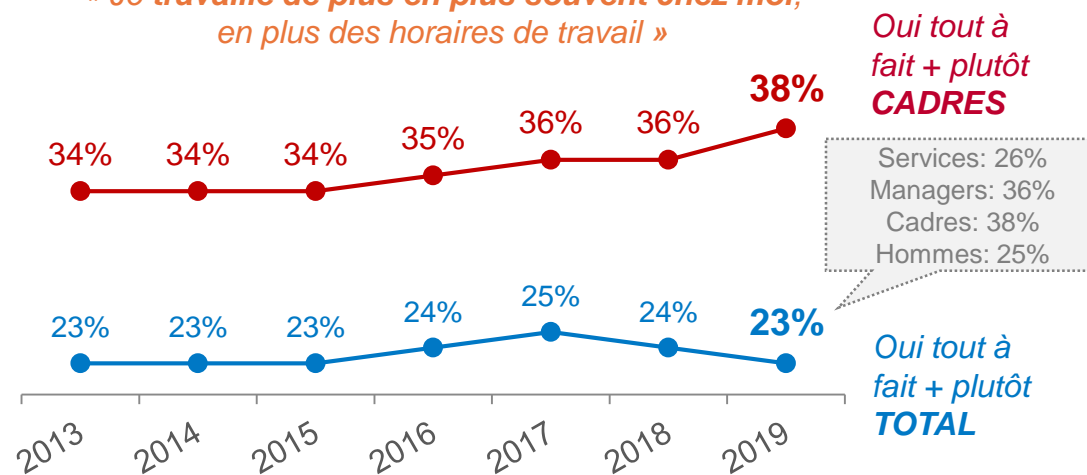
« Même en dehors du travail (le matin, le soir, en week-end), je ne peux pas m'empêcher de consulter régulièrement mes mails professionnels »



44 %

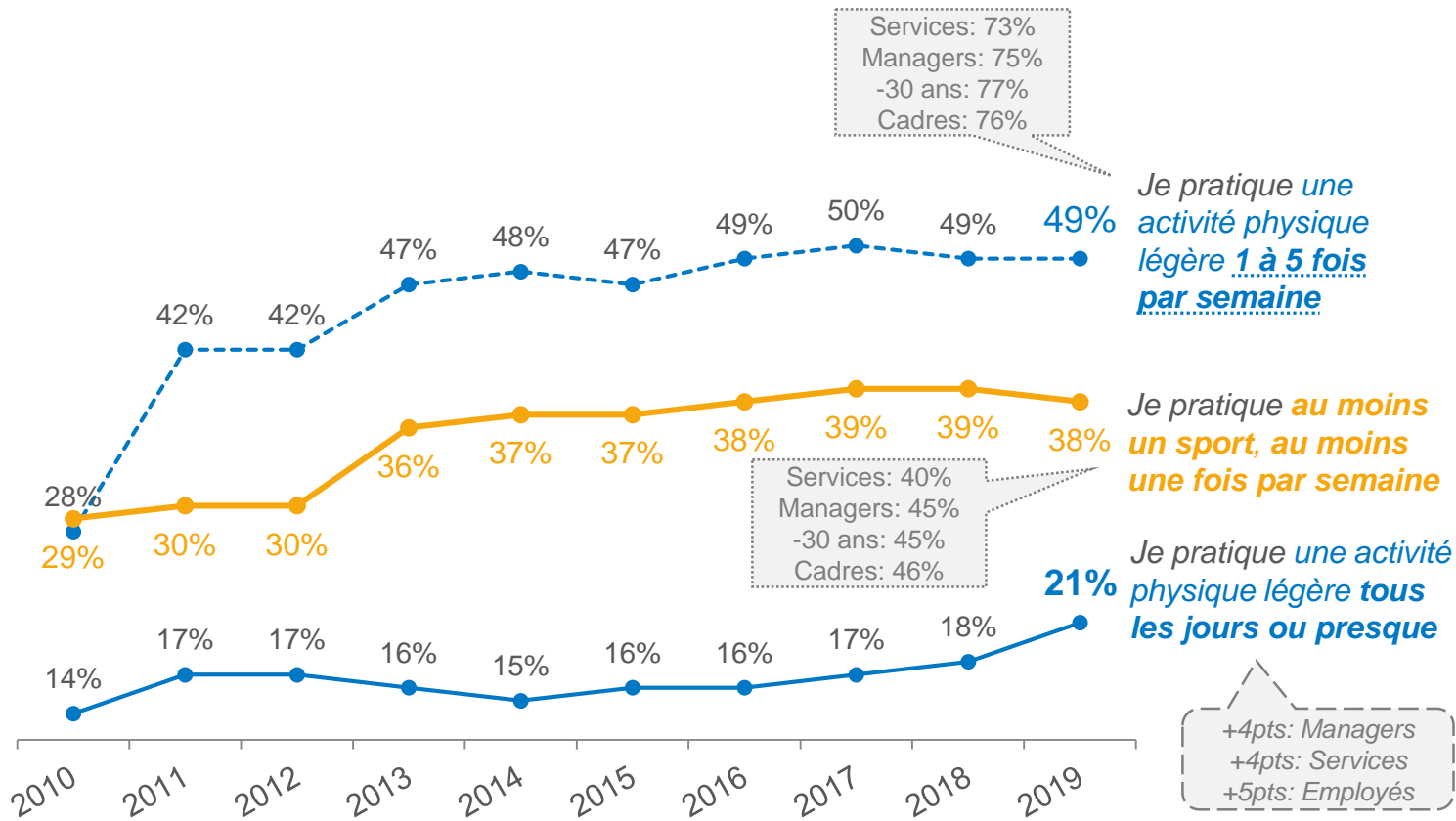
des salariés restent **joignables** pendant leurs congés

« Je travaille de plus en plus souvent chez moi, en plus des horaires de travail »



# DES SALARIÉS ACTEURS DE LEUR SANTÉ ET DE LEUR QVT

# UNE AUGMENTATION DE LA PRATIQUE RÉGULIÈRE DU SPORT



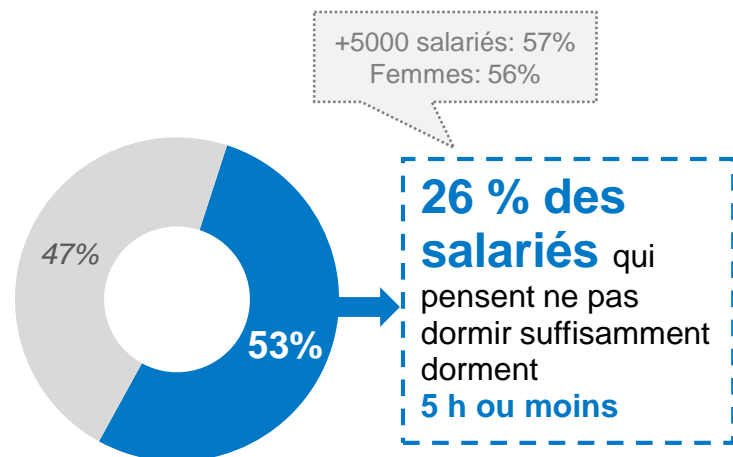
**Managers: 64%**  
**-30 ans: 62%**  
**Cadres: 61%**  
**AM/Technicien: 62%**  
**Femme: 60%**

## 58%

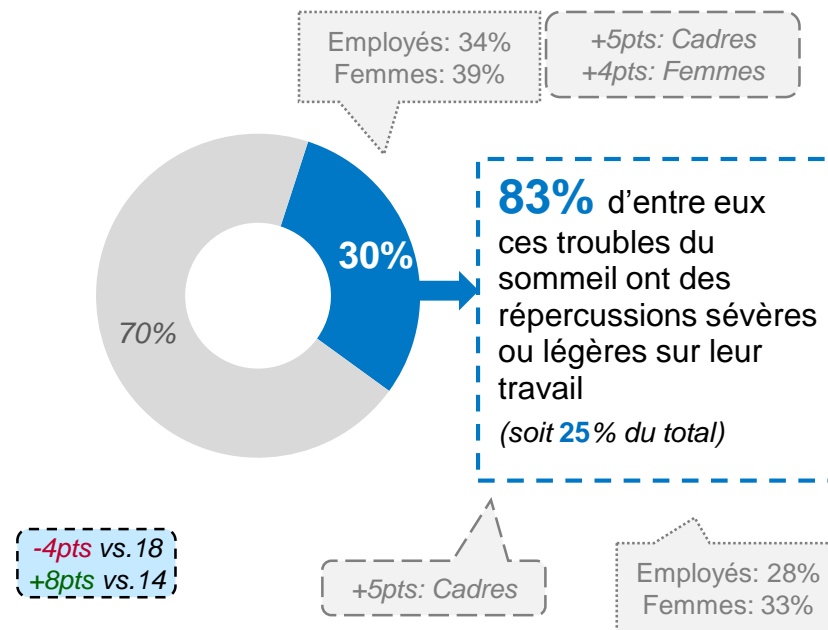
des salariés seraient intéressés par la pratique d'une activité physique si cela était proposé par leur entreprise

# 53 % DES SALARIÉS ESTIMENT NE PAS DORMIR SUFFISAMMENT

Je ne pense *pas dormir suffisamment*



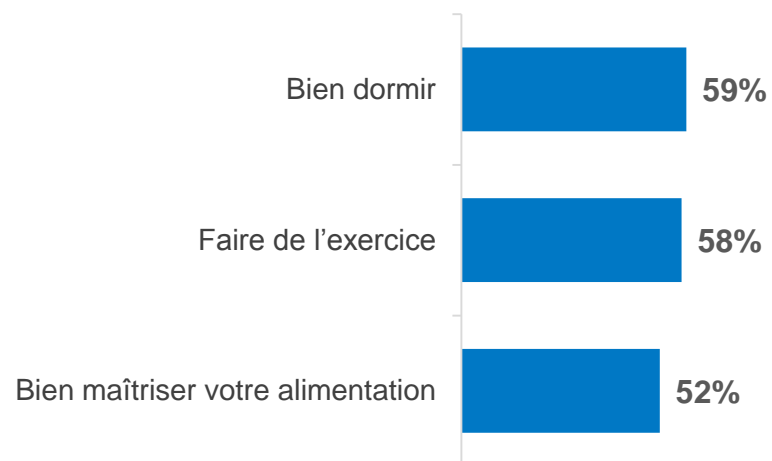
Au cours des 12 derniers mois, j'ai ressenti *des troubles du sommeil, souvent ou en permanence*



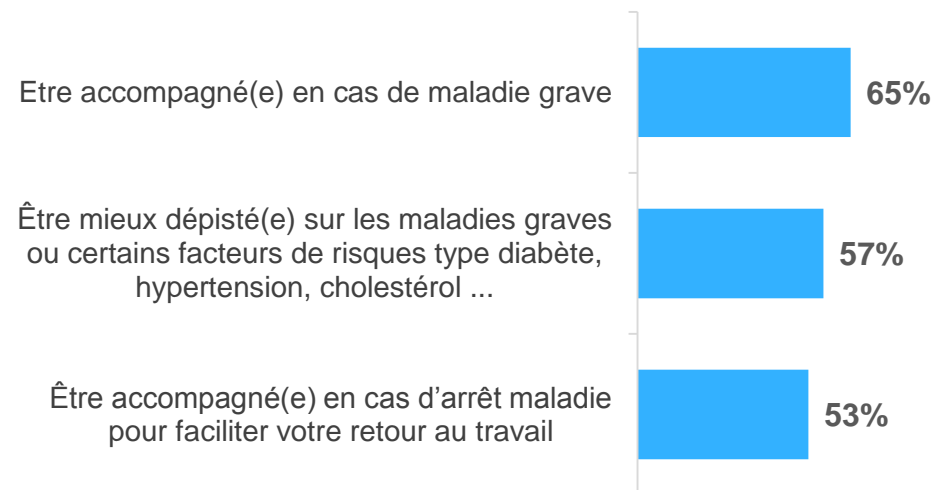
# TOP 3 DES SERVICES ATTENDUS PAR LES SALARIÉS

Seriez-vous intéressé(e) si votre entreprise vous proposait des services pour... ?

## SERVICES LIÉS À L'HYGIÈNE DE VIE / L'ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN (Total Intéressé)



## SERVICES LIÉS À L'ACCOMPAGNEMENT MÉDICAL (Total Intéressé)



# LE MANAGER : AU CŒUR DE LA TRANSFORMATION

# DES MANAGERS DAVANTAGE TOUCHÉS PAR LES CHANGEMENTS PROFESSIONNELS



des managers ont connu **au moins un événement professionnel** dans leur entreprise.  
(vs. **49%** non-managers)  
+6 pts vs 2018

« Je m'**ADAPTE** au changement »

vs. **91%** non-managers

94%

« Je **COMPRENDS** le changement »

vs. **73%** non-managers

81%

« J'**ADHÈRE** au changement »

vs. **65%** non-managers

72%

# DES MANAGERS PLUS SATISFAITS DE LEUR TRAVAIL QUE LES NON-MANAGERS



**68%** (vs. **58%** non-managers)  
« J'évalue à **minimum 8 sur 10 mon niveau d'engagement** dans mon travail »  
**+4 pts vs 2018**



**30%** (vs. **21%** non-managers)  
des managers sont **très satisfaits** de leur travail et **trouvent tout à fait du sens** à celui-ci  
**+ 7 pts vs. 2018 pour la satisfaction**



**69%** (vs. **60%** non-managers)  
« Je **recommanderais** mon entreprise à un proche » (tout à fait + plutôt)

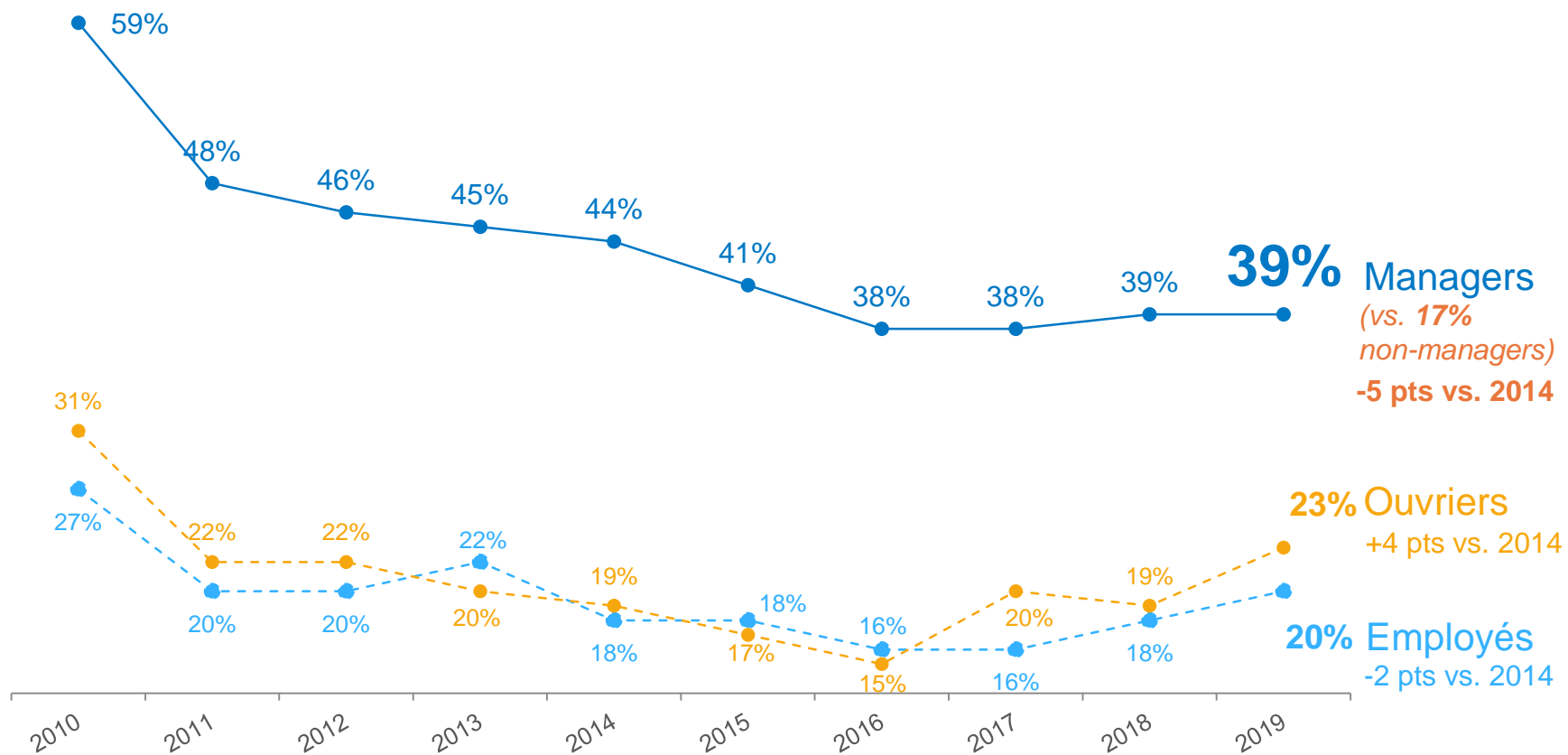


**35%** (vs. **24%** non-managers)  
« Je **cherche systématiquement à améliorer ma façon de travailler** » (tout à fait + plutôt)  
**+6 pts vs. 2018**



# UN MANQUE DE RECONNAISSANCE ET D'AUTONOMIE MOINS MARQUÉ

« Dans mon travail j'ai **tout à fait la possibilité de prendre des décisions** »



**67%**  
(vs. 53% non-managers)  
Je me sens **reconnu**  
par ma hiérarchie

# DES MANAGERS PLUS FATIGUÉS ET STRESSÉS QUE LES NON-MANAGERS



**49%** (vs. 41% non-managers)  
des managers ont le sentiment d'être **stressés**  
+6pts vs. 2018

*Afin de réduire ce stress*

**59%** vs. 48% non-managers « Je fais du **SPORT** »

**19%** vs. 11% non-managers « Je fait de la **MEDITATION** »

**16%** vs. 8% non-managers « Je fais du **YOGA** »

**15%** vs. 7% non-managers « Je fais de la **SOPHROLOGIE** »



**75%**  
(vs. 70% non-managers)  
« Mon travail est **FATIGANT** »  
(tout à fait + plutôt)

Employés: 69%  
Ouvriers: 68%

# UN EMPIÈTEMENT DU TRAVAIL SUR LA VIE PERSONNELLE PLUS PRÉSENT



**47%** (vs. 23% non-managers)

« Même en dehors du travail (le matin, le soir, en week-end), je ne peux pas m'empêcher de **consulter régulièrement mes mails professionnels** » (tout à fait + plutôt)



**59%** (vs. 35% non-managers)

« Même **pendant mes congés, je reste joignable** concernant mon travail » (tout à fait + plutôt)



**36%** (vs. 16% non-managers)

« Je **travaille de plus en plus souvent chez moi**, en plus des horaires de travail » (tout à fait + plutôt)



**46%**

(vs. 36% non-managers)  
des managers éprouvent des **difficultés à concilier leur travail avec leurs autres engagements**

# DES ATTENTES FORTES VIS-À-VIS DE L'ENTREPRISE

Quels sont les critères de satisfaction au travail qu'il est nécessaire d'améliorer en priorité ?



**20%** (vs. 15% non-managers)  
Les services apportés par mon entreprise



**16%** (vs. 13% non-managers)  
La communication et la compréhension de la stratégie d'entreprise



**19%** (vs. 15% non-managers)  
La relation entre les services



**19%** (vs. 14% non-managers)  
La conciliation entre vie privée et vie professionnelle.

# LE COMPTOIR DE LA NOUVELLE ENTREPRISE



RÉSOLUTION #1 : INCITER VOS SALARIÉS À PRATIQUER LE SPORT AU BUREAU ! →

## NOS DOSSIERS

Tweets by [@ComptoirNvlEntr](#)

### Les études 2019 du Comptoir :

Télétravail, Capital Humain & Performance de l'Entreprise, Allongement de la Durée de Vie Professionnelle, Baromètre Santé et Qualité de Vie au Travail, Absentéisme, Les Défis RH de l'Intelligence Artificielle...

[www.lecomptoirmm.com](http://www.lecomptoirmm.com)

Un media qui propose des contenus et des événements dédiés aux enjeux du capital humain en entreprise :

- publication des résultats des études et décryptage
- analyse data
- identification de solutions concrètes
- vision prospective

## **CONTACT PRESSE**

Élisabeth ALFANDARI

Tél. : 01 56 03 20 36

Mob. : 07 60 09 25 30

Mail : [e.alfandari@malakoffmederic-humanis.com](mailto:e.alfandari@malakoffmederic-humanis.com)



malakoff médéric  
humanis

---

SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE