



## Les salariés plus stressés depuis la pandémie.

"Le stress au travail a atteint des niveaux préoccupants et concerne 67 % des travailleurs au moins une fois par semaine", alerte le centre de recherches ADP Research Institute® (ADPRI), leader mondial de la recherche sur le marché du travail, les ressources humaines et les performances. Un chiffre en augmentation de cinq points depuis la pandémie (62 %)

L'étude People at work 2022<sup>1</sup>, basée sur les réponses de plus de 32 000 salariés à travers le monde, comptabilise ainsi qu' "un travailleur sur sept (15 %) se sent stressé au quotidien et que 53 % d'entre eux pensent que cela a une incidence sur leurs performances professionnelles".

En France, 64 % des salariés ressentent ainsi 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 trois principales causes de stress identifiées sont "des journées de travail jugées trop longues (24 %)", "des responsabilités accrues depuis la crise sanitaire (22 %)" et "des craintes liées à la sécurité de leur emploi (20 %)" recense l'étude qui rappelle le contexte d'incertitude liée à la crise sanitaire, ainsi que les craintes des salariés pour leur santé et celle de leurs proches. "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", reprend aussi l'étude en préambule.

Dans ces nouvelles organisations de travail, 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", met en garde ADP.

"Une situation clairement intenable", alerte l'étude, alors que les salariés font clairement le lien entre leur performance et leur santé mentale dégradée. Malgré une meilleure résistance en Europe ou en Amérique du Nord (44 % des salariés interrogés constatent déjà des effets sur leur travail, contre 56 % en Asie-Pacifique et 51 % en Amérique latine), l'étude relève que les jeunes actifs paraissent les plus affectés.

Les auteurs de l'étude notent néanmoins des efforts de la part des employeurs. "La plupart des employeurs font de leur mieux pour soutenir leur personnel en essayant de mettre en place des initiatives telles que des congés «bien-être», des pauses pour mieux gérer le stress et des conseils." Parmi les travailleurs, 7 sur 10 se sentent en effet soutenus par leurs managers en matière de santé mentale au travail et 75 % d'entre eux se sentent soutenus par leurs collègues.

Seul 1 travailleur sur 8 (13 %) affirme que son employeur ne prend aucune mesure pour favoriser une bonne santé mentale au travail.

Le hic : les entreprises européennes font figure de bien mauvais élèves : "presque 3 travailleurs sur 10 (29 %) affirment que leur employeur ne prend aucune mesure pour favoriser une bonne santé mentale dans cette partie du monde", rapporte ADP. En Asie-Pacifique seul 1 travailleur sur 11 (9 %) se sent ainsi délaissé.

"Les répercussions professionnelles mais aussi personnelles sur les travailleurs sont susceptibles d'être marquantes, d'autant plus que le bien-être mental est également mis à rude épreuve, d'une autre manière, en raison de la pandémie", mettent en garde les rédacteurs de l'étude en guise de conclusion. "Les services RH jouent un rôle de médiateur crucial en aidant les deux parties à aligner leurs besoins et aspirations pour renforcer la loyauté et le moral au sein de l'organisation, dans un contexte où règnent de grandes incertitudes et de profonds changements. Les employeurs qui sauront sortir leur épingle du jeu parviendront non seulement à fidéliser et à engager davantage leurs collaborateurs, mais aussi à améliorer leur productivité", conseillent les auteurs.

*(1) 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 1<sup>er</sup> et le 24 novembre 2021, dont 1 951 en France.*