ADP Canada Media Centre

Fixer ses limites au travail : un tiers des travailleurs canadiens disent ne pas se sentir en mesure de prioriser leur vie personnelle -- enquête ADP

Les données révèlent les facteurs clés à considérer par les employeurs lorsqu'ils cherchent à retenir et à soutenir le bien-être de leurs employés.

TORONTO, le 12 oct. 2022 /CNW/ - Un nouveau sondage d'ADP Canada, réalisé en collaboration avec Maru Public Opinion, révèle que même si de nombreux travailleurs canadiens disent se sentir engagés et satisfaits au travail, ils ont de la difficulté à fixer des limites entre le travail et la vie personnelle.

La satisfaction au travail masque l'épuisement des employés

Le sondage indique que la satisfaction au travail est toujours relativement élevée, sept travailleurs canadiens sur dix (67 %) indiquant être satisfaits au travail.

Bien qu'il s'agisse d'une bonne nouvelle pour les employeurs, le sondage révèle des points de préoccupations qu'ils ne devraient pas ignorer en ce qui concerne les limites et l'équilibre travail-vie personnelle. Selon le sondage, plus d'un tiers des répondants (34 %) estime ne pas se sentir en mesure de fixer des limites au travail lorsqu'il s'agit de préserver leur équilibre entre vie professionnelle et vie privée. En conséquence, 32 % des répondants rapportent se sentir fatigués ou surmenés au travail, ce qui soulève des inquiétudes quant à la corrélation entre le fait de fixer des limites et l'épuisement professionnel.

Ce sentiment était le plus apparent chez les sondés âgés de 18 à 34 ans, 23 % d'entre eux disant travailler régulièrement de longues heures et plus de quatre sur dix (43 %) ayant du mal à fixer des limites entre leur travail et leur vie privée.

« Alors que nous sortons de la pandémie de COVID-19, durant laquelle la frontière entre le travail et notre vie personnelle était floue pour de nombreux travailleurs à domicile, il sera important pour les employeurs de continuer à créer un environnement de travail attentif et favorable qui offre aux employés des occasions régulières de discuter de leurs priorités et les encourage à se sentir à l'aise de fixer des limites », affirme Ed Yuen, vice-président stratégie et impartition des RH chez ADP Canada.

La proactivité des employeurs : indispensable à l'engagement et au bien-être des employés

Bien que les travailleurs canadiens estiment se sentir engagés au travail, il demeure encore possible de leur apporter du soutien supplémentaire, puisque près de trois répondants sur dix (29 %) estiment ne pas avoir reçu le soutien, les outils et les ressources nécessaires pour faire avancer leur carrière.

Cela étant dit, les entreprises canadiennes sont proactives et reconnaissent l'importance de faire le point régulièrement avec les employés pour discuter des objectifs et des rétroactions : quatre travailleurs canadiens interrogés sur dix (40 %) relatent recevoir un état des lieux hebdomadaire de la part de leur direction.

« Il est encourageant de constater que les employeurs accordent une priorité aux états des lieux hebdomadaires. Ces contrôles permettent non seulement d'identifier rapidement les problèmes potentiels, mais offrent également aux employeurs la possibilité de soutenir leurs employés et de signaler les problèmes de capacité ou de fatigue », ajoute M. Yuen.

Outre ces contrôles réguliers, les travailleurs canadiens indiquent que leurs commentaires sont pris en considération : plus de la moitié des répondants (53 %) rapportent que leurs objectifs, leurs rétroactions et leurs attentes sont pris au sérieux par leur employeur.

« Aujourd'hui plus que jamais, les employeurs devraient encourager les employés à se déconnecter du travail et à se fixer des limites, tout en leur apportant le soutien et les ressources nécessaires pour gérer l'équilibre entre leur vie professionnelle et leur vie privée et atteindre leurs objectifs de carrière », conclut M. Yuen.

Méthodologie du sondage

Ce sont quelques-unes des conclusions d'un sondage mené parMaru Public Opinion les 12 et 13 septembre 2022 auprès de 748 adultes canadiens employés sélectionnés au hasard qui sont des panélistes en ligne de la Voix Maru Canada. À des fins de comparaison, un échantillon probabiliste de cette taille a une marge d'erreur estimée (qui mesure la variabilité d'échantillonnage) de +/-- 3,6 %, 19 fois sur 20. Les résultats ont été pondérés en fonction de l'éducation, l'âge, du sexe et de la région (et de langue, au Québec) pour apparier la population selon les données du recensement, ce qui garantit que l'échantillon est représentatif de l'ensemble de la population adulte du Canada. Les écarts dans ou entre les totaux par rapport aux tableaux de données sont dus aux arrondis. Les tableaux détaillés se trouvent à l'adresse suivante Sondages d'opinion publique canadiens | Maru Group.

À propos d'ADP Canada

Concevoir de meilleures façons de travailler grâce à des produits de pointe, à des services haut de gamme et à des expériences exceptionnelles, qui permettent aux personnes d'atteindre leur plein potentiel. Solutions de RH, de talent, de gestion du temps, d'avantages sociaux et de paie. Les données nous informent et nos solutions sont axées sur le développement des personnes.

Pour obtenir de plus amples renseignements à propos d'ADP Canada, visitez le sitewww.adp.ca ou suivez-nous sur Twitter à @ADP_CDA.

SOURCE ADP Canada Co.

Pour plus de renseignements: Chloé Lebouc, Kaiser & Associés, (514) 662-3547, chloe.lebouc@kaiserpartners.com

---

https://centredepresse.adp.ca/2022-10-12-Fixer-ses-limites-au-travail-un-tiers-des-travailleurs-canadiens-disent-ne-pas-se-sentir-en-mesure-de-prioriser-leur-vie-personnelle-enquete-ADP