ADP Canada Media Centre

Indice de bonheur au travail d'ADP Canada : le bonheur des travailleurs sous un ciel couvert en avril

Bien que le salaire demeure une priorité en matière de carrière, les travailleurs au Canada indiquent que l'épuisement professionnel, les pressions financières et les opportunités limitées affectent leur développement professionnel.

L'*Indice* mensuel de bonheur au travail d'ADP Canada (« l'*Indice* ») révèle un léger recul du bonheur des travailleurs au mois d'avril. Par ailleurs, près d'un tiers (30 %) des travailleurs au pays estiment que l'épuisement professionnel représente le principal obstacle à leur progression de carrière.

Le score national de bonheur au travail du mois d'avril 2025 est de 6,7/10, représentant une baisse de 0,1 point par rapport à mars 2025 et à avril 2024.

« Les résultats du mois d'avril soulignent l'importance d'adopter une approche globale afin de soutenir les employés, déclare Heather Haslam, vice-présidente du marketing d'ADP Canada. En tant qu'employeur, nous avons à la fois la responsabilité et l'occasion de créer un environnement de travail dans lequel les employés se sentent réellement soutenus, non seulement par leur rémunération, mais aussi à travers la compassion, la flexibilité et des perspectives concrètes de développement. Investir dans le bien-être des employés, c'est investir dans l'avenir du travail. »

Faits saillants de l'*Indice de bonheur au travail* d'avril 2025

• **Score national de bonheur au travail**	6,7/10 (-0,1)*
• **Ventilation des indicateurs**	
• **Indicateur primaire :**	7/10 (NC)*
• **Indicateurs secondaires :**	
• Équilibre travail-vie personnelle et flexibilité :	6,8/10 (-0,1)*
• Reconnaissance et soutien :	6,6/10 (NC)*
• Rémunération et avantages sociaux :	6,1/10 (-0,2)*
• Options d'avancement de carrière :	6,0/10 (-0,1)*

L'*Indice* révèle également que près de la moitié (47 %) des travailleurs au Canada se disent satisfaits de leurs rôles et responsabilités actuels. Ce mois-ci, *l'équilibre travail-vie personnelle et flexibilité* contribuent à la hausse du niveau de satisfaction.

Le bonheur demeure élevé chez les baby-boomers (7,3/10) ainsi que chez les travailleurs du Québec, de l'Alberta et la région de Sask/Manitoba (6,8/10). Cependant, la génération Z obtient un score de 6,5/10, égalant son plus bas niveau depuis juin 2023. C'est aussi la première fois depuis avril 2023 qu'elle est devancée par la génération X. Les travailleurs du Canada Atlantique enregistrent également leur score le plus faible à ce jour, avec une note de 6,4/10.

Score national de bonheur au travail : aperçu générationnel

• **Baby-boomers (61+) :**	7,3/10 (+0,1)*
• **La génération X (45-60) :**	6,7/10 (+0,2)*

• **Les milléniaux (29-44) :**	6,7/10 (NC)*
• **La génération Z (18-28) :**	6,5/10 (-0,5)*

Aperçu des scores régionaux de bonheur au travail

• **Québec :**	6,8/10 (-0,2)*
• **Alberta :**	6,8/10 (NC)*
• **Sask/Manitoba :** • **Ontario :** • **Colombie-Britannique :** • **Canada Atlantique :**	6,8/10 (+0,1)* 6,7/10 (+0,1)* 6,6/10 (-0,2)* 6,4/10 (-0,5)*

Bien que le développement de carrière puisse être un parcours évolutif, l'Indice met en lumière des priorités constantes chez les travailleurs et travailleuses au Canada : le salaire demeure l'élément le plus important (60 %), suivi de l'équilibre travail-vie personnelle (51 %) et de la sécurité d'emploi (39 %). Cela dit, près de trois personnes sur dix craignent que l'épuisement professionnel, les pressions financières et les opportunités limitées limitent leur développement professionnel.

« Alors que ces facteurs continuent d'influencer le développement de carrière au Canada, les employeurs doivent rester à l'écoute de leurs équipes, prendre en compte l'évolution de leurs objectifs et faire un suivi régulier de leur charge de travail et de leur capacité pour être en mesure de leur offrir un accompagnement pertinent, de réduire les sources de stress et de proposer un soutien concret, notamment à travers des occasions d'apprentissage, de réseautage et de mentorat », conclut madame Haslam.

À propos de la méthodologie de l'*Indice de bonheur au travail*

L'*Indice de bonheur au travail* est mesuré mensuellement au moyen d'un sondage administré par Harris Poll Canada au nom d'ADP Canada. L'enquête est menée au cours de la première semaine de chaque mois déclaré à des fins de cohérence et demande à plus de 1 200 adultes canadiens employés sélectionnés au hasard (y compris des employés et des travailleurs indépendants) qui sont des panélistes en ligne de Maru Voice Canada d'évaluer une série de facteurs liés au lieu de travail, sur une échelle de 1 à 10. Les écarts dans ou entre les totaux par rapport aux tableaux de données sont dus à l'arrondissement.

Les résultats sont pondérés selon l'éducation, l'âge, le genre et la région (et au Québec, la langue) pour correspondre à la population, selon les données du recensement. Il s'agit de s'assurer que l'échantillon est représentatif de l'ensemble de la population adulte du 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 +/- 2,8 %, 19 fois sur 20.

L'*Indice* continuera d'être publié le dernier mercredi du mois, les prochains résultats devant être publiés le 28 mai 2025.

---

https://centredepresse.adp.ca/2025-04-30-Indice-de-bonheur-au-travail-dADP-Canada-le-bonheur-des-travailleurs-sous-un-ciel-couvert-en-avril