

Indice de bonheur au travail d'ADP Canada : des travailleurs moins heureux à l'approche de la saison des impôts

Les impôts s'accompagnent d'une hausse du stress chez les travailleurs.

L'*Indice* mensuel de bonheur au travail d'ADP Canada Cie. (« l'*Indice* ») enregistre un léger recul à l'arrivée du printemps.

Le score national de bonheur au travail du mois de mars 2026 est de 6,8/10, en baisse de 0,1 point par rapport au mois précédent, mais inchangé comparativement à mars 2025 (6,8/10).

Les derniers résultats de l'*Indice* révèlent également que les impôts représentent une source d'inquiétude pour plus de six travailleurs sur 10 (62 %) au pays indiquant que leur niveau de stress augmente.

Lorsqu'interrogés sur les ressources et le soutien offerts par leur employeur pour les aider à gérer le stress financier, près du tiers des travailleurs (31 %) indiquent recevoir des avantages liés à la retraite ou des cotisations de l'employeur à un régime de retraite. Près du quart (24 %) mentionne que leur employeur offre des primes ou des incitatifs liés à la performance pour soutenir leur bien-être financier, tandis que près d'un sur cinq (18 %) cite des programmes ou des ateliers sur le bien-être financier parmi les ressources mises à leur disposition.

« Le dernier *Indice* montre que la saison des impôts peut représenter une source importante de stress pour de nombreux travailleurs au Canada explique Heather Haslam, vice-présidente du marketing chez ADP Canada. Il met également en lumière une occasion pour les employeurs d'offrir davantage de soutien à leurs équipes. En proposant des avantages liés à la retraite, des incitatifs financiers ou des programmes de bien-être financier, les organisations peuvent aider les employé(e)s à se sentir plus confiants dans la gestion de leurs finances tout au long de l'année. »

Faits saillants de l'*Indice de bonheur au travail de mars 2026*

- **Score national de bonheur au travail :** 6,8/10 (-0,1) *
- **Ventilation des indicateurs**
 - **Indicateur primaire:** 7,0/10 (-0,1) *
 - **Indicateurs secondaires :**
 - Équilibre travail-vie personnelle et flexibilité : 6,9/10 (NC) *
 - Reconnaissance et soutien : 6,7/10 (NC) *
 - Rémunération et avantages sociaux : 6,4/10 (NC) *
 - Options d'avancement de carrière : 6,3/10 (NC) *

L'*Indice* révèle que près de la moitié (48 %) des travailleurs au Canada se disent satisfaits de leurs rôles et responsabilités actuels. L'*équilibre travail-vie personnelle et la flexibilité* demeure le principal facteur contribuant à la satisfaction globale.

Les baby-boomers restent la génération la plus heureuse (7,4/10) malgré une légère baisse, tandis que la génération X (6,7/10) demeure la génération la moins heureuse. Sur le plan régional, le Québec (7,0/10) rejoint le Canada Atlantique (7,1/10) au premier rang des régions les plus heureuses ce mois-ci. L'Alberta et la Manitoba/Saskatchewan (6,7/10) arrivent ex æquo à la dernière position.

Score national de bonheur au travail : aperçu générationnel

- **Baby-boomers (61+)** : 7,4/10 (-0,1) *
- **Les milléniaux (29-44)** : 6,9/10 (NC) *
- **La génération Z (18-28)** : 6,7/10 (-0,1) *
- **La génération X (45-60)** : 6,7/10 (NC) *

Aperçu des scores régionaux de bonheur au travail

- **Québec** : 7,0/10 (NC) *
- **Canada Atlantique** : 7,0/10 (-0,1) *
- **Colombie-Britannique** : 6,9/10 (+0,1) *
- **Ontario** : 6,8/10 (NC) *
- **Sask./Manitoba** : 6,7/10 (+0,1) *
- **Alberta** : 6,7/10 (-0,1) *

- **Alberta** : 6,7 / 10 (-0,1)

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 Cie. 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 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 mercredi 29 avril 2026.

<https://centredepressse.adp.ca/2026-03-25-Indice-de-bonheur-au-travail-dADP-Canada-des-travailleurs-moins-heureux-a-lapproche-de-la-saison-des-impots>