

# Comment les salariés vivent-ils le télétravail en confinement ?

*Depuis, le 17 mars, le télétravail est devenu une réalité pour 39 % des salariés du secteur privé. Qui sont ces télétravailleurs en confinement ? Comment vivent-ils le télétravail "à plein temps" ? Quels sont les impacts psychologiques ? C'est à ces questions spécifiques auxquelles répondent les résultats de la première vague de l'enquête flash Télétravail en confinement réalisée en marge de l'étude barométrique sur le télétravail réalisée annuellement par Malakoff Humanis.*

## Le nouveau visage du télétravail

**39 % des salariés télétravaillent depuis le début du confinement** (contre 30 % fin 2019). La moitié d'entre eux expérimente cette forme de travail pour la première fois. En moyenne, le télétravail est pratiqué trois jours par semaine. **62 % télétravaillent à 100 %.**

**Toujours majoritairement exercé par les hommes** (56 %), **les femmes sont davantage représentées** (52 %) **chez les nouveaux télétravailleurs.** 92 % des télétravailleurs confinés exercent leur activité depuis leur résidence principale (46 % dans un appartement). **46 % vivent en couple avec enfant(s).** Ils travaillent majoritairement dans le secteur des services (45 %) et dans une entreprise de plus de 250 salariés (65 %).

Contre toute attente, **la part des CSP+, des cadres et des managers** parmi les télétravailleurs est moins importante : les CSP+ représentent 59 % des télétravailleurs (vs 65 % en 2019), les cadres 41 % (vs 51 %) et les managers 42 % (vs 52 %).

## Une mise en place jugée plutôt facile et une perception globalement positive

75 % des télétravailleurs (64% pour les nouveaux télétravailleurs) estiment que la mise en place du télétravail a été facile et reconnaissent les efforts déployés par leur entreprise. **74 % ont eu la possibilité d'adapter ou de réduire leurs horaires de travail pour répondre à leurs contraintes personnelles ou familiales.** 75 % (65 % pour les nouveaux télétravailleurs) déclarent avoir des échanges réguliers avec leur manager.

**Cependant, 54 % des télétravailleurs jugent insuffisant l'accompagnement lors de la mise en place du travail à distance. Ce taux atteint 68 % chez les nouveaux télétravailleurs.**

Globalement, **la communication interne autour de la crise et des mesures prises par l'entreprise est jugée satisfaisante par 72 %** des télétravailleurs. 68 % la jugent claire sur les dispositifs RH mis en place. 66 % pensent qu'elle a été transparente sur tous les aspects économiques (activité de l'entreprise, prévisions...) et 65 % rassurante (mise en place de cellules d'écoute).

Dans cette période particulière, **la perception du télétravail reste globalement positive avec une note moyenne de 7,9/10** (vs 9/10 fin 2019). La souplesse et la flexibilité apportées par cette pratique sont appréciées (71 %). Légèrement inférieure, la note de satisfaction moyenne des nouveaux télétravailleurs (7,6/10) est cependant malgré des difficultés rencontrées : 43 % n'ont pas d'espace de travail adapté, et 48 % sont confrontés à des difficultés techniques plus importantes.

## Un impact sur la santé mentale et physique à ne pas négliger

**38 % des télétravailleurs** pensent que cette situation de télétravail contraint a un impact positif sur leur autonomie, leur responsabilisation, la gestion de leur temps et leur concentration.

Cependant, s'ils déclarent avoir des contacts fréquents avec leurs collègues (61 %) et leur manager (43 %), les télétravailleurs ressentent une dégradation de la qualité du lien social (pour 39 % d'entre eux) qu'ils estiment difficile à maintenir malgré les outils digitaux. 33 % des télétravailleurs estiment que ce contexte particulier de télétravail contraint a un impact négatif sur leur charge de travail, et 30 % sur leur motivation.

**30 % des télétravailleurs confinés estiment que leur santé psychologique s'est dégradée :** augmentation de la charge mentale, difficulté à articuler temps de vie professionnel et personnel surtout pour les télétravailleurs devant s'occuper dans la journée de leurs enfants. 45 % ont du mal à se déconnecter du travail et 28 % vivent des tensions avec leur entourage familial. Et ce, sur fond d'inquiétude plus globale : 86% des salariés se disent inquiets pour l'avenir économique du pays, 49 % pour leur propre avenir, et 42 % pour celui de leur entreprise.

**25 % des télétravailleurs confinés déclarent que leur santé physique s'est également détériorée.** Selon eux, le télétravail en confinement a entraîné une dégradation de leur pratique d'activités physiques (pour 49 %), de leurs postures de travail (43 %), de leur sommeil (29 %) et de leurs pratiques alimentaires (26 %).

## Déconfinement, sortie de crise... quel avenir pour le télétravail ?

**58 % des télétravailleurs estiment que les modes de travail et de fonctionnement ont été redéfinis et adaptés à la situation,** bien au-delà de la simple digitalisation des process.

35 % des salariés pensent que cette période de télétravail en confinement va modifier la position de leur entreprise vis-à-vis du télétravail. Et **73 % des télétravailleurs** (88 % des habitués et 58 % des nouveaux télétravailleurs) **souhaitent demander à pratiquer le télétravail après le confinement,** de manière régulière (pour 32 %) ou ponctuelle (41 %).

La prochaine vague de l'étude télétravail en confinement dont les résultats seront connus fin mai, confirmera-t-elle cette tendance ? A suivre sur le site du Comptoir. ≈