



Rapport 2023 sur le bien-être au travail au Canada

Comment des personnes épanouies favorisent la prospérité
des entreprises



Le bien-être au travail est le ressenti des chercheurs d'emploi et des employés. Ce qu'ils ressentent a une incidence sur le rendement de votre entreprise. »

LaFawn Davis

Vice-présidente principale de la stratégie
Environnement, Social et Gouvernance, Indeed



1.
La question du bien-être au travail

Seuls 26 % des travailleurs sont épanouis, ce qui nuit à la société et aux entreprises.

2.
Les travailleurs épanouis améliorent le rendement de l'entreprise

Il existe six parcours favorisant le rendement (productivité, créativité, santé, relations, recrutement et fidélisation).

3.
Attentes croissantes et croyances relatives au bien-être

Parmi les répondants, 40 % déclarent que leurs attentes en matière de bien-être au travail ont augmenté au cours de l'année écoulée, et ce, davantage chez les jeunes générations.

4.
Un changement d'état d'esprit pour les organisations

Parmi les entreprises, 20 % montrent la voie en créant une culture du bien-être, tandis que la majorité est à la traîne.

5.
Passage à l'action

Mesurez le bien-être au travail, concentrez-vous sur les facteurs qui l'influencent et vérifiez votre Note de bien-être au travail sur Indeed.



Rapport sur le bien-être au travail, fondé sur un sondage commandé (n = 1 510 adultes canadiens), mené par Forrester Consulting, 2023 Vous trouverez des détails supplémentaires sur la méthodologie dans l'[annexe](#).

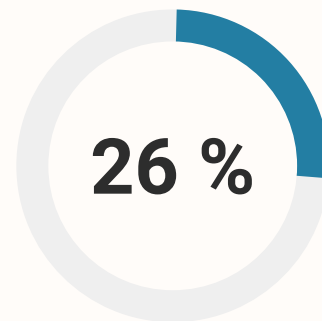
1

La question du bien-être au travail

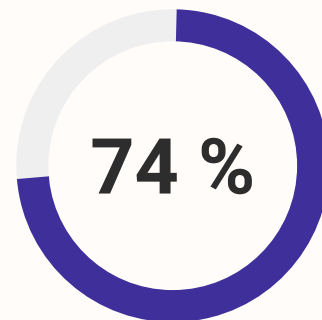
Au Canada, la majorité des personnes ne s'épanouissent pas au travail

Dans le cadre de cette étude, un employé est « épanoui » au travail s'il affirme ressentir un haut niveau de bien-être. Par définition, les personnes qui ne s'épanouissent pas n'atteignent pas leur plein potentiel. Cette situation nuit aux entreprises ainsi qu'aux personnes elles-mêmes.

Le présent rapport examine plus en détail ces enjeux.



des travailleurs sont **épanouis** et affirment ressentir un haut niveau de bien-être au travail.



des travailleurs **ne sont pas épanouis** et déclarent que leur niveau de bien-être au travail est faible ou modéré.

Seuls 26 % des gens s'épanouissent au travail

Les travailleurs qui s'épanouissent :

- Déclarent que leur entreprise se soucie du bien-être des employés;
- Ont moins tendance à rechercher activement un emploi et sont plus enclins à rester chez leur employeur actuel;
- Sont généralement plus satisfaits de leur carrière, de leur secteur d'activité ou de leur poste;
- Ont plus de chances de demeurer plus longtemps au sein de leur entreprise.

Aperçu démographique

Les personnes qui **s'épanouissent** au travail sont plus souvent :

- Issues d'une génération plus âgée;
- Des hommes.



Au travail, 74 % des gens ne s'épanouissent pas

Les travailleurs qui ne s'épanouissent pas :

- Ont plus tendance à s'inquiéter de l'indifférence de leur employeur ou de leur direction vis-à-vis de leur ressenti;
- Sont plus susceptibles de chercher activement un nouvel emploi;
- Ont tendance à être nouveaux dans leur profession (moins de trois ans d'expérience);
- Ont moins tendance à se sentir stimulés dans leur travail, à faire confiance aux personnes de leur entreprise ou à éprouver un sentiment d'appartenance.

Rapport d'Indeed sur le bien-être au travail, fondé sur un sondage commandé (n = 1 510 adultes canadiens), mené par Forrester Consulting, 2023



Aperçu démographique

Les personnes qui **ne s'épanouissent pas** au travail sont plus souvent :

- Des membres des générations Z et Y;
- Des femmes;
- Celles confrontées à des biais ou à des obstacles à l'emploi, notamment les personnes *sans accès à un moyen de transport fiable, les parents sans réseau de soutien, les personnes appartenant à la communauté LGBTQIA+, les anciens combattants et les personnes ayant un casier judiciaire.*

Nous
croyons
que chaque
personne
mérite de
s'épanouir
au travail



Les employés s'épanouissent lorsqu' ils éprouvent un grand sentiment de bien-être

Pour mesurer le bien-être des employés, nous prenons en compte quatre indicateurs clés : le bonheur, le sentiment d'utilité, le stress et la satisfaction.

Cette mesure correspond aux normes du [Wellbeing Research Centre de l'Université d'Oxford](#)* et de l'[Organisation de coopération et de développement économiques \(OCDE\)](#).

Nous mesurons également les éléments qui influent sur le bien-être, notamment les besoins fondamentaux, sociaux et de croissance.

**Bonheur,
sentiment d'utilité, stress,
satisfaction**

Besoins de croissance

Apprentissage,
accomplissement,
motivation

Besoins de
croissance

Besoins sociaux

Valorisation, sentiment
d'appartenance,
inclusion et respect, soutien,
direction

Besoins
sociaux

Besoins fondamentaux

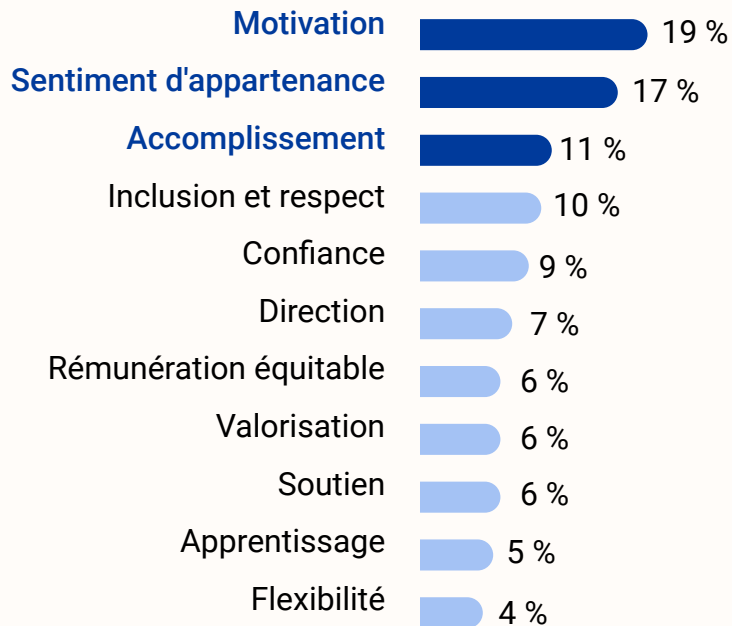
Rémunération équitable,
souplesse, confiance

Besoins
fondamentaux

En vous concentrant sur les facteurs de bien-être, vous pouvez mettre en valeur une culture du bien-être.

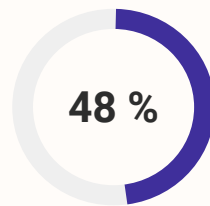
Au fil des ans, **la motivation** et **le sentiment d'appartenance** restent les facteurs qui influencent le plus la façon dont les gens se sentent sur leur lieu de travail.

Quels sont les facteurs qui stimulent le bien-être au travail?

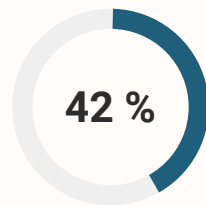


Or, de nombreuses personnes ne se sentent pas motivées, ne ressentent pas de sentiment d'appartenance et ne se sentent pas en confiance sur leur lieu de travail.

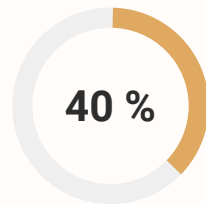
Cette contradiction réduit le niveau de bien-être et, par conséquent, notre aptitude à obtenir des résultats commerciaux.



des personnes ne se sentent pas motivées.



des personnes ne se sentent pas à leur place.

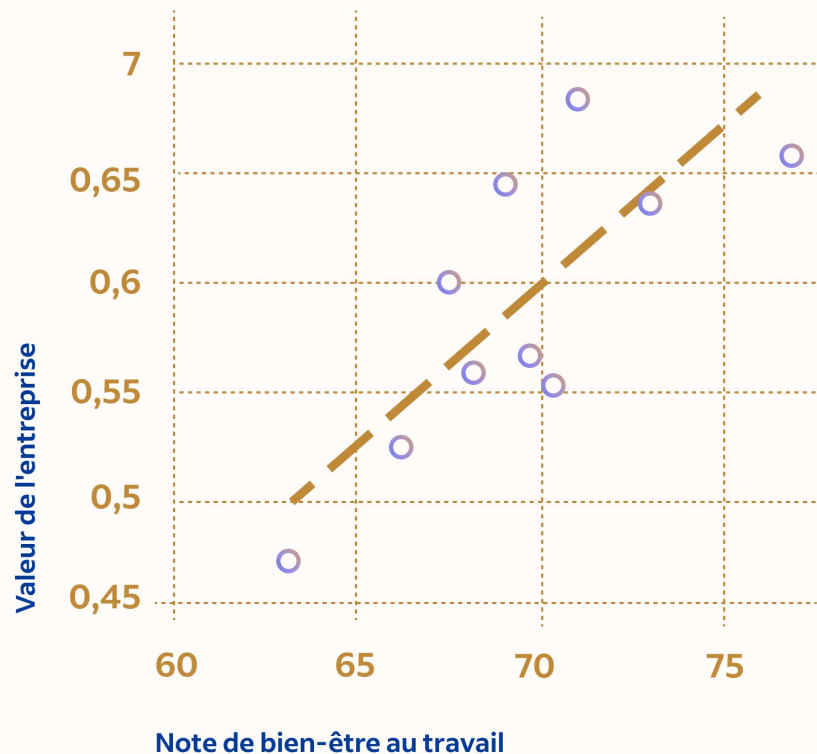


des personnes ne font pas confiance à leurs collègues ou à leurs employeurs.

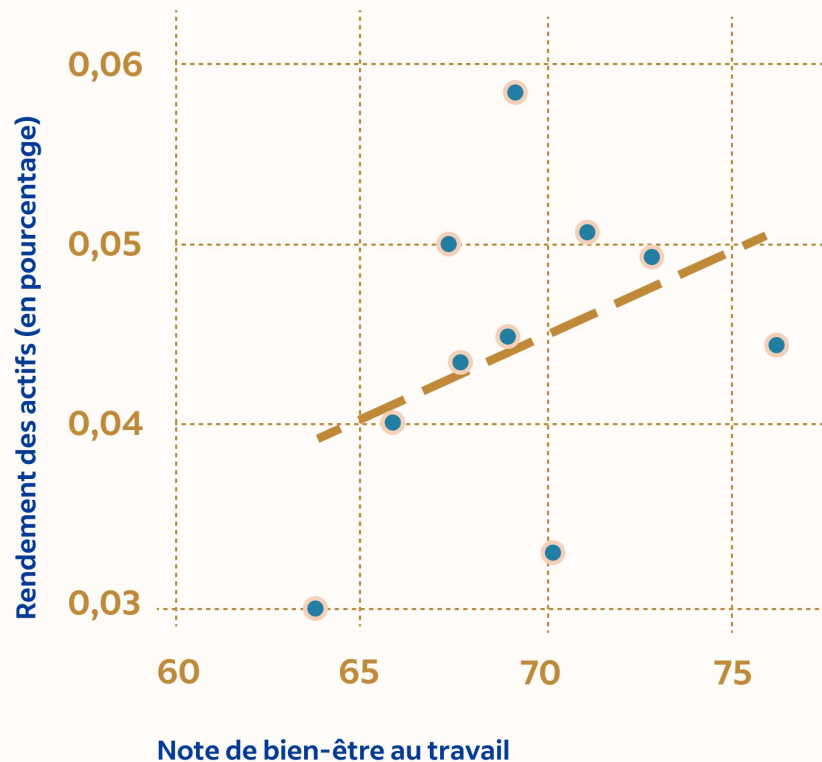
2

**Les travailleurs épanouis améliorent
le rendement de l'entreprise**

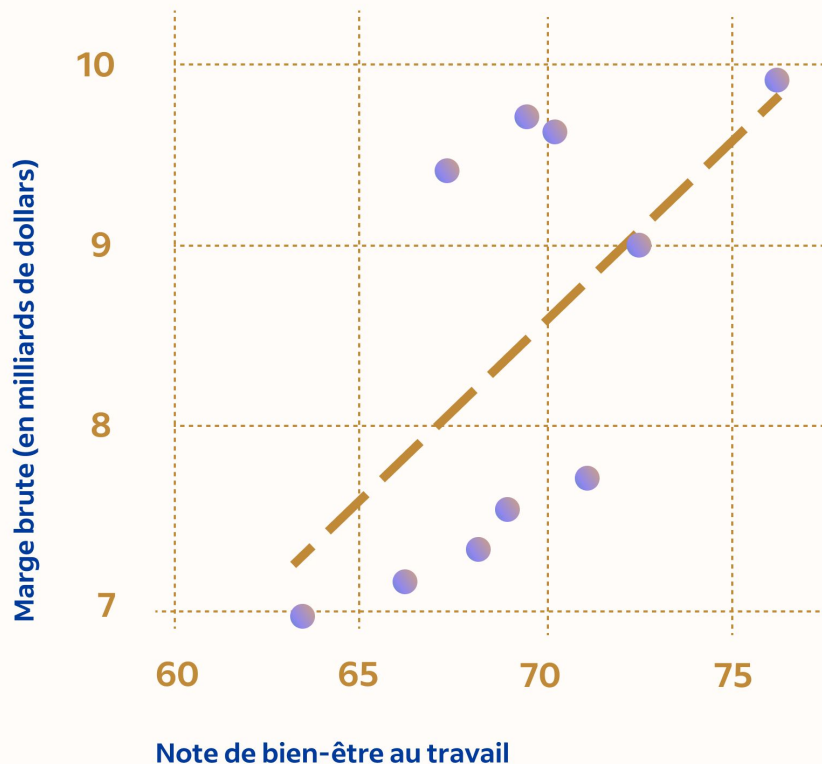
Un plus haut niveau de bien-être des employés va de pair avec une plus grande valorisation de l'entreprise



Un plus haut niveau de bien-être des employés va de pair avec un meilleur rendement des actifs



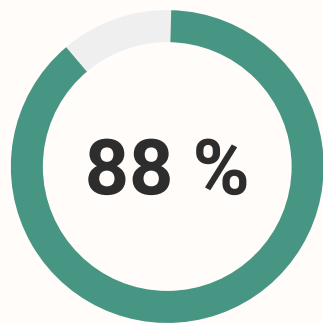
Un plus haut niveau de bien-être des employés va de pair avec de meilleurs bénéfices



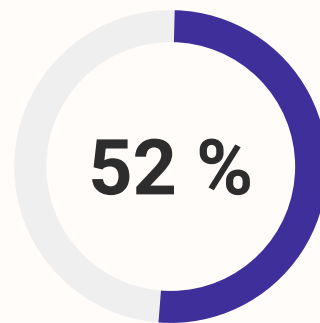
Le bien-être influe sur le rendement au regard de six aspects :



Des niveaux de bien-être élevés ou faibles ont une incidence sur la fidélisation



des personnes ressentant
un niveau de bien-être élevé pensent
qu'elles resteront avec leur employeur
pour la prochaine année.

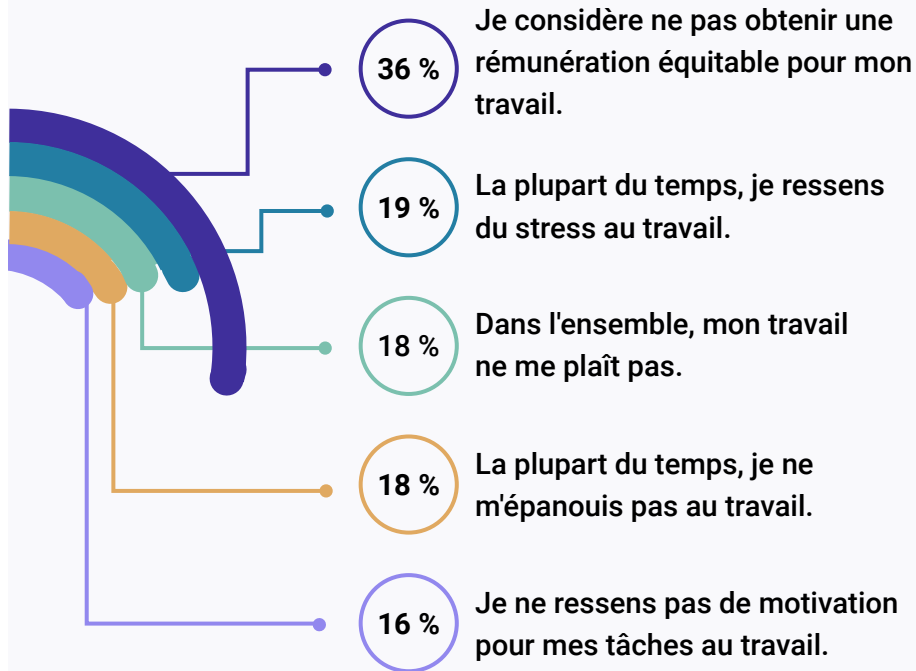


des personnes ressentant
un niveau de bien-être faible pensent
qu'elles resteront avec leur employeur
pour la prochaine année.

Fidélisation

Le stress ainsi que le manque de satisfaction et de bonheur sont, après la rémunération, les facteurs déterminants qui poussent les gens à chercher de nouvelles occasions.

Pour quelles raisons envisageriez-vous de nouvelles occasions?

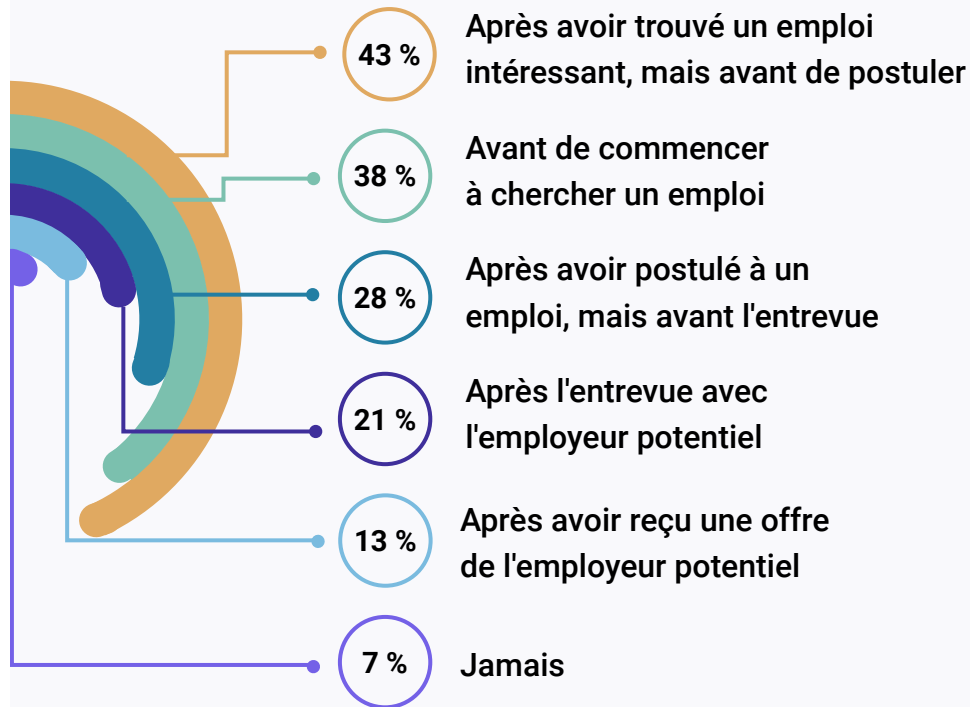


Recrutement

L'accès aux données relatives au bien-être influe sur le recrutement.

Il serait très utile de disposer de données sur le bien-être au travail avant de consacrer du temps à la procédure de candidature.

Le cas échéant, à quels moments de votre recherche d'emploi les données sur le bonheur et le bien-être au travail vous seraient-elles le plus utiles?



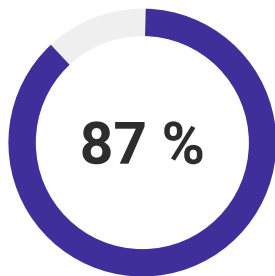
Productivité et créativité

Lorsque les employés sont heureux, leur efficacité, leur motivation et leur créativité au travail sont **plus que doublées**.

	Heureux	Pas heureux
Établir des priorités de travail efficacement	75 %	35 %
Consacrer beaucoup de temps et d'énergie à ses tâches	74 %	35 %
Résoudre des problèmes de façon créative ou s'adapter à une nouvelle façon de travailler et de penser	71 %	31 %
Établir des priorités qui avantagent son entreprise	67 %	30 %
Rebondir rapidement après une mauvaise réunion ou journée de travail	61 %	24 %

Santé et relations

La façon dont nous nous sentons au travail a une incidence sur notre vie tout entière.



des répondants déclarent que le bonheur au travail influe sur leur humeur à la maison.

Quelle incidence votre bien-être au travail a-t-il sur les aspects suivants?

63 % Confiance en soi dans la vie professionnelle



60 % Qualité de vie



59 % Satisfaction par rapport à sa vie



58 % Estime de soi



53 % Relations personnelles



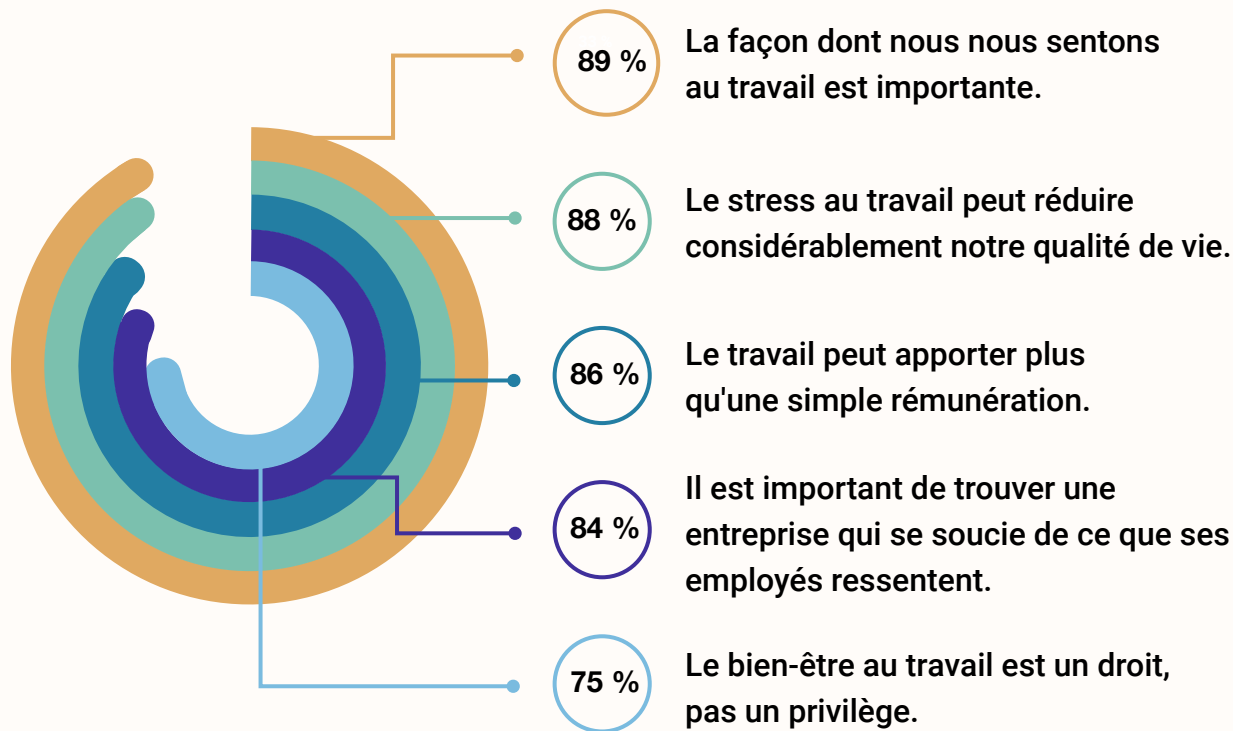
51 % Parcours professionnel



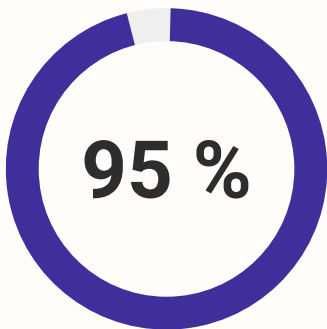
3

**Croyances et attentes
croissantes relatives au bien-être**

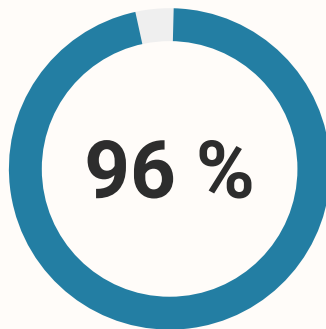
Le bien-être au travail dépasse le cadre du bureau. C'est un facteur déterminant du bien-être dans la vie en général.



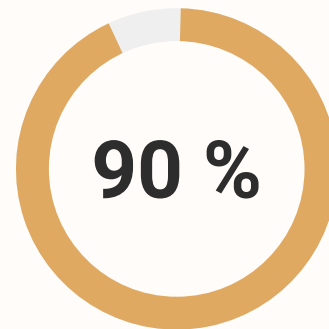
Le bien-être au travail suscite un grand optimisme, la quasi-totalité des répondants estimant qu'il est possible d'y parvenir



pensent qu'il est possible d'être heureux au travail, la plupart du temps.

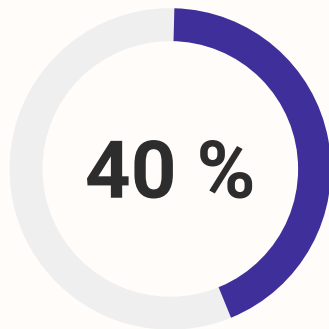


pensent qu'il est possible d'avoir un emploi où l'on se sent vraiment utile.

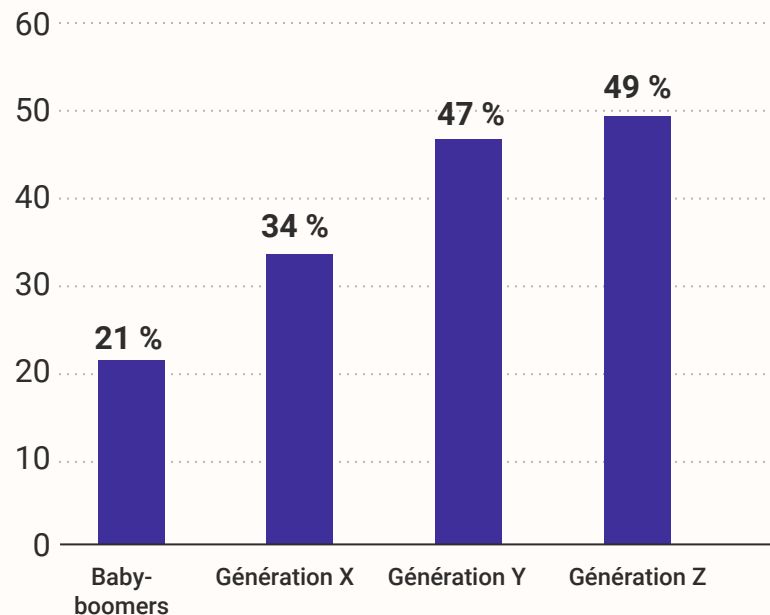


pensent qu'il est possible d'être totalement satisfait de son travail.

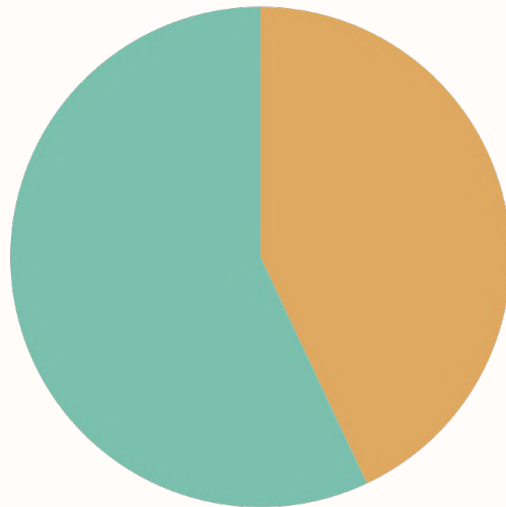
Toutefois, cette évolution entraîne une hausse des attentes, d'autant plus chez les jeunes générations



des répondants indiquent que leurs attentes concernant le bien-être au travail sont plus **élevées** qu'elles ne l'étaient il y a un an.



Le bien-être au travail
est vu comme une
responsabilité
partagée entre les
personnes et
l'organisation.
Chacun a un rôle à jouer.



Quelle est l'incidence de
chaque partie sur le bien-
être d'une personne au
travail?

40 %

Les personnes
elles-mêmes

60 %

Le directeur général, les
ressources humaines, la
direction générale, les
gestionnaires, etc.

4

Un changement d'état d'esprit pour les organisations

Plus que des « avantages liés au bien-être », il s'agit d'instaurer une culture du bien-être

L'intégration du bien-être dans la culture d'entreprise peut prendre différentes formes. Nous avons relevé huit indicateurs d'une stratégie solide en matière de bien-être.

1.

Mesure le bien-être des employés.

2.

Privilégie le bien-être des employés aux profits.

3.

Croit que le bien-être et le bonheur des employés correspondent à la **réussite de l'entreprise**.

4.

La haute direction **comprend** les difficultés quotidiennes des employés.

5.

La haute direction **fixe des objectifs** pour favoriser le bien-être, réduire le stress, etc.

6.

La haute direction **adapte** le déroulement du travail selon les commentaires des employés.

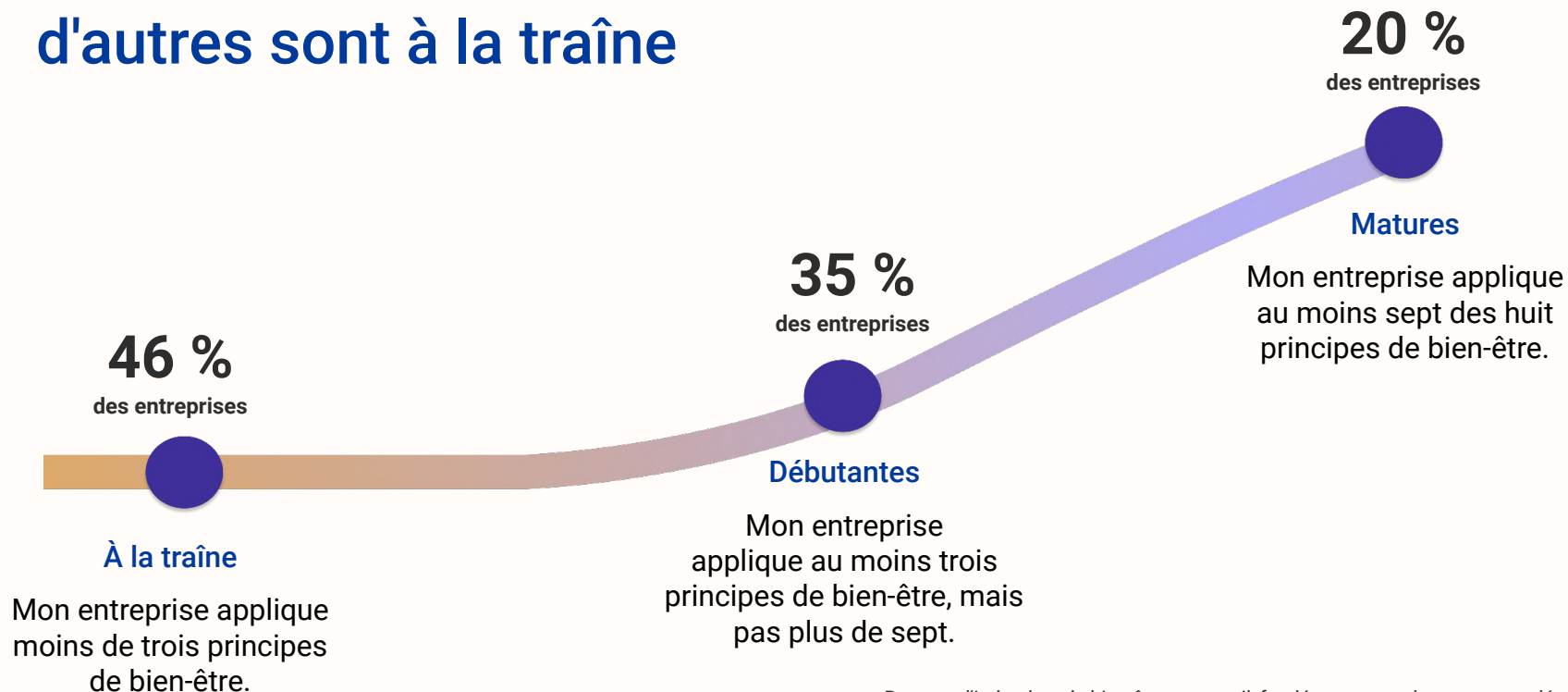
7.

La haute direction n'attend pas de ses employés qu'ils se **surmènent** inutilement.

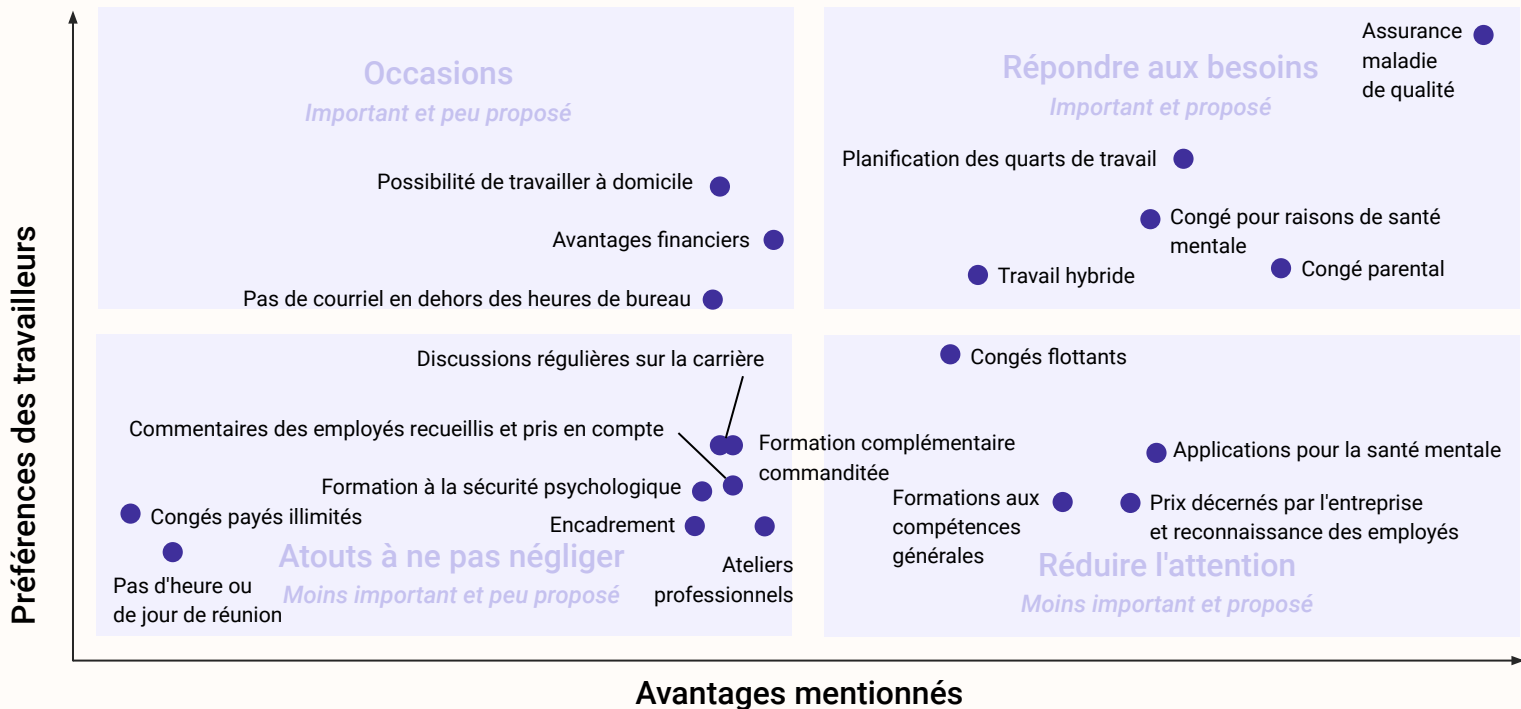
8.

La haute direction n'encourage pas une **culture d'entreprise toxique**.

Certaines entreprises sont à l'avant-garde, d'autres sont à la traîne



Les avantages ont toujours un rôle à jouer et certains peuvent être des critères essentiels

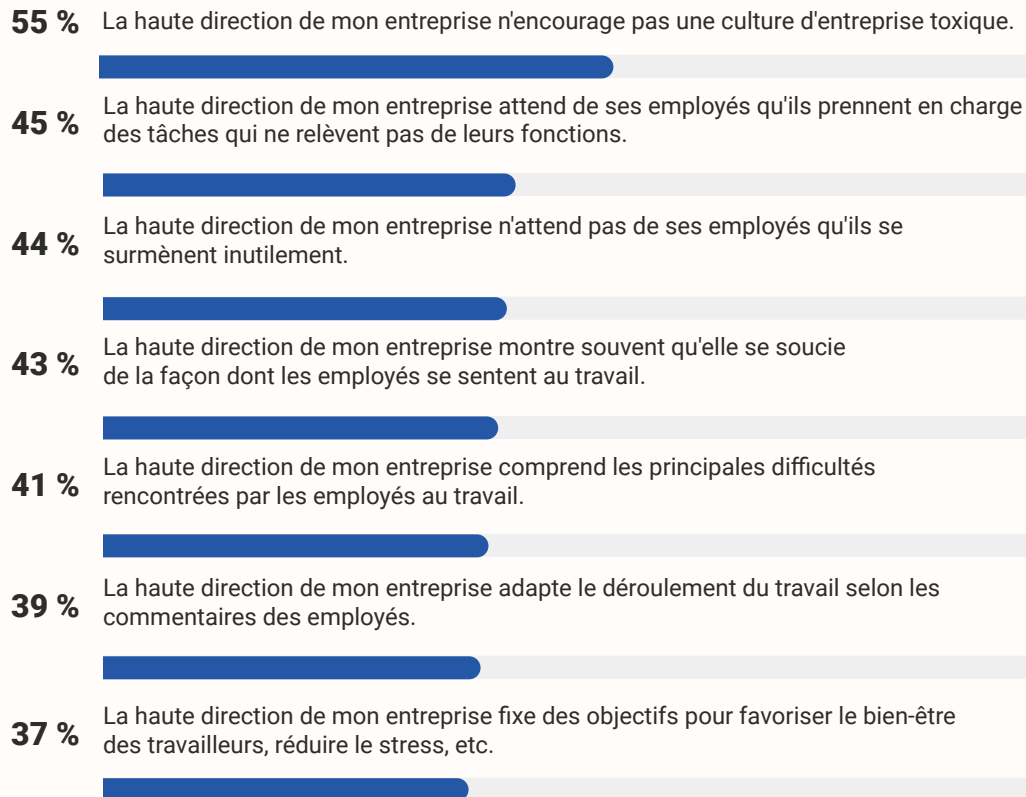


** Remarque : Chaque point représente la position approximative de chaque avantage. Le graphique de 2023 montre le classement des 20 premiers avantages. Rapport d'Indeed sur le bien-être au travail, fondé sur un sondage commandé (n = 1 510 adultes canadiens), mené par Forrester Consulting, 2023

La haute direction joue un rôle majeur dans l'évolution du bien-être des employés

Son influence pourrait même
être encore plus grande.

Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants?



La direction a une incidence directe sur le bien-être d'un employé

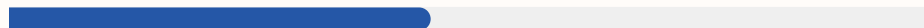
Déterminez les besoins qui sont
satisfaits et ceux qui
ne le sont pas.

Quel type de soutien attendez-vous de la direction?

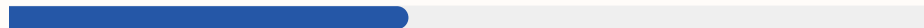
44 % Recevoir suffisamment de soutien de la direction dans les situations difficiles



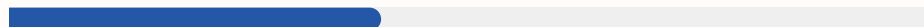
41 % Me sentir écouté par mon gestionnaire



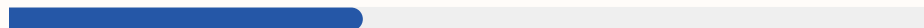
39 % Ne pas être microgéré



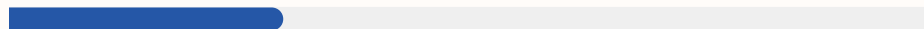
34 % Avoir le sentiment que les commentaires francs que je fais à mon supérieur sont bien accueillis



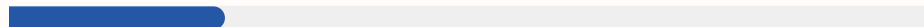
32 % Comprendre ce que je dois faire pour réussir dans mon poste



26 % Avoir des conversations sur mon développement



18 % Avoir des réunions régulières avec mon supérieur



5

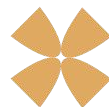
Passage à l'action

Mesurez le bien-être au travail pour connaître l'état d'esprit des employés

Aujourd'hui, seules 39 % des entreprises mesurent réellement le bien-être au travail.

Des études démontrent que le simple fait de mesurer le bien-être peut avoir une incidence.

Utilisez la [Note de bien-être au travail et le sondage d'Indeed](#) pour comprendre comment les gens se sentent.



Émotion positive

Bonheur

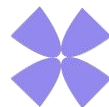
« La plupart du temps, je m'épanouis au travail. »



Bien-être évaluatif

Satisfaction

« Mon travail me plaît beaucoup. »



Bonheur eudémonique

Sentiment d'utilité

« Mon travail a un objectif clair. »



Émotion négative

Absence de stress

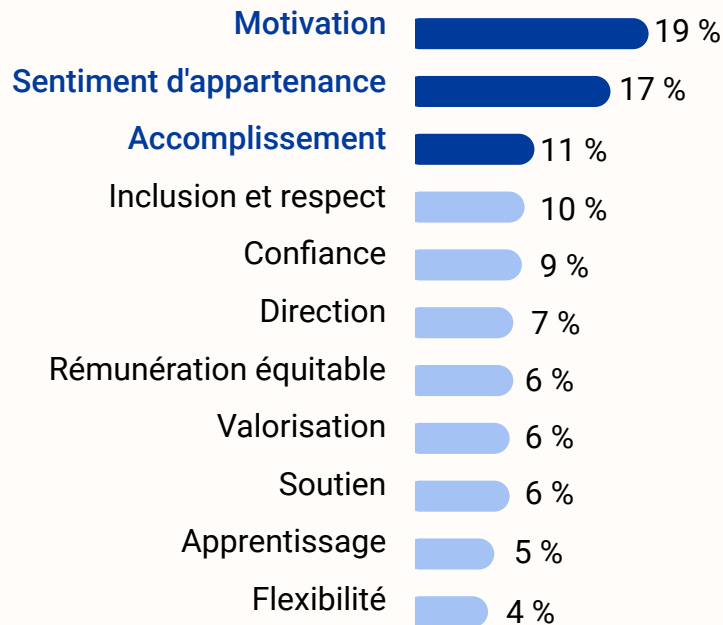
« La plupart du temps, je ressens du stress au travail. »

Créez un environnement propice à la réussite

Notre analyse montre que la motivation, le sentiment d'appartenance et l'accomplissement sont les facteurs les plus importants pour le bien-être des employés.

La mise en place d'un environnement de travail en tenant compte de ces facteurs peut souvent se révéler plus efficace qu'une augmentation de salaire, surtout pour les postes dont la rémunération est déjà égale ou supérieure à celle du marché.

Quels sont les facteurs qui stimulent le bien-être au travail?



Tirez parti de votre Note de bien-être au travail

Rendue possible grâce à la plus grande étude mondiale sur le bien-être au travail, la Note de bien-être au travail d'Indeed recueille des données sur le bien-être et les affiche sur les Pages Entreprises Indeed.

Peu importe leur secteur d'activités ou leur taille, certaines entreprises obtiennent des notes élevées ou supérieures à la moyenne.

Ces données peuvent vous aider à comprendre vos points forts. Pour vous démarquer, associez-les à votre stratégie de marque dans les descriptions de poste, les annonces, votre site Carrières et vos profils sur Indeed et sur Glassdoor. Découvrez si votre entreprise dispose d'une [Note de bien-être au travail](#).



The screenshot shows the Indeed profile for Wavewood. At the top, there's a navigation bar with the Indeed logo, a 'Se connecter' button, and a menu icon. Below this is a header image showing three people in an office. The company name 'Wavewood' is displayed with a 72-point rating and a 4.2-star rating. A blue 'Suivre' button is prominent, with a subtext 'Recevez de nouvelles offres d'emploi et avis chaque semaine!'. Below the button, there are statistics: 12 300 'Profil' and 34 000 'Avis'. A horizontal menu includes 'Profil', 'Pourquoi postuler', 'Avis', 'Salaires', and 'Avan'. The main content area is titled 'Wavewood : carrières et emplois' and features a section 'Bien-être au travail' with the text 'Résultats basés sur 1 900 réponses apportées au sondage d'Indeed sur le bonheur au travail.' and a link 'En savoir plus sur le bien-être au travail.'. A large green badge shows a rating of 72, labeled 'Supérieure à la moyenne'. Below this, a 'Bonheur' section asks 'À quel point les gens trouvent leur vie professionnelle quotidienne agréable' and also features a 'Supérieure à la moyenne' badge.

indeed Se connecter

Wavewood
72 4,2

Suivre

Recevez de nouvelles offres d'emploi et avis chaque semaine!

12 300 34 000

Profil Pourquoi postuler Avis Salaires Avan

Wavewood : carrières et emplois

Bien-être au travail

Résultats basés sur 1 900 réponses apportées au sondage d'Indeed sur le bonheur au travail.
[En savoir plus sur le bien-être au travail.](#)

72 Supérieure à la moyenne

Bonheur

À quel point les gens trouvent leur vie professionnelle quotidienne agréable

Supérieure à la moyenne

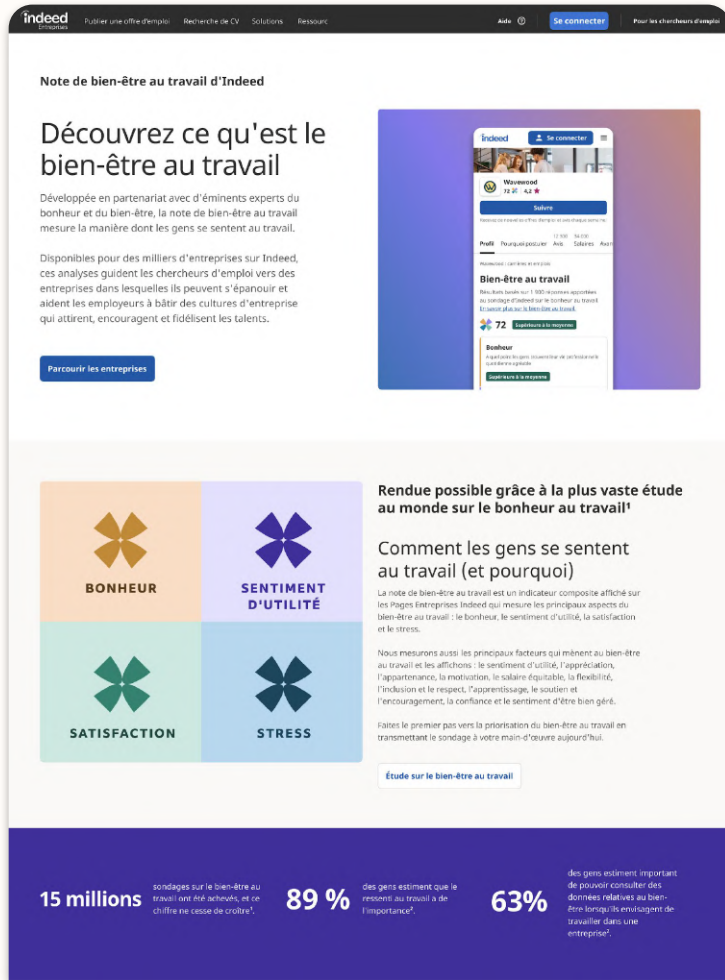
Conseils pour soutenir votre entreprise dans sa démarche de bien-être au travail

La mise en œuvre de nouvelles idées peut s'avérer difficile, mais nous sommes là pour vous aider.

Nous publions régulièrement de nouvelles analyses sur le bien-être en partenariat avec le [Wellbeing Research Centre de l'Université d'Oxford*](#) et le [World Wellbeing Movement](#).*

Apprenez-en plus sur la [Note de bien-être au travail d'Indeed](#) et suivez son évolution à partir du [Centre de Leadership d'Indeed](#).

* Article(s) en anglais



The screenshot shows the 'Note de bien-être au travail d'Indeed' page. At the top, there's a navigation bar with 'indeed' logo, 'Publier une offre d'emploi', 'Recherche de CV', 'Solutions', and 'Ressources'. On the right, there are links for 'Aide', 'Se connecter', and 'Pour les chercheurs d'emploi'. The main heading is 'Note de bien-être au travail d'Indeed'. Below it, a sub-heading reads 'Découvrez ce qu'est le bien-être au travail'. The text explains that the score is developed in partnership with experts on happiness and well-being, measuring how people feel at work. It mentions that the score is available for thousands of companies on Indeed, guiding employers towards companies where they can thrive and helping them build a culture of business that attracts, encourages, and retains talent. A button 'Parcourir les entreprises' is present. To the right, there's a mobile app preview showing the 'Bien-être au travail' score on a phone screen. Below this, a 2x2 grid of icons represents the components: 'BONHEUR' (orange), 'SENTIMENT D'UTILITÉ' (purple), 'SATISFACTION' (green), and 'STRESS' (blue). To the right of the grid, text states 'Rendue possible grâce à la plus vaste étude au monde sur le bonheur au travail!' and 'Comment les gens se sentent au travail (et pourquoi)'. It explains that the score is a composite indicator based on 1,000+ responses from employees, measuring happiness, sense of utility, appreciation, belonging, recognition, fair salary, flexibility, inclusion, respect, learning, support, and encouragement. It also mentions that the score is the first step towards prioritizing well-being at work by sending the survey to employees today. A button 'Étude sur le bien-être au travail' is at the bottom. The footer features three statistics: '15 millions' of surveys completed, '89 %' of people who think it's important to have a good work environment, and '63 %' of people who think it's important to have a good work environment.

indeed Employer Publier une offre d'emploi Recherche de CV Solutions Ressources Aide Se connecter Pour les chercheurs d'emploi

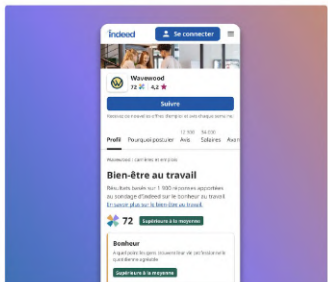
Note de bien-être au travail d'Indeed

Découvrez ce qu'est le bien-être au travail

Développée en partenariat avec d'éminents experts du bonheur et du bien-être, la note de bien-être au travail mesure la manière dont les gens se sentent au travail.

Disponibles pour des milliers d'entreprises sur Indeed, ces analyses guident les chercheurs d'emploi vers des entreprises dans lesquelles ils peuvent s'épanouir et aident les employeurs à bâtir des cultures d'entreprise qui attirent, encouragent et fidélisent les talents.

[Parcourir les entreprises](#)



Bien-être au travail

15 millions de sondages sur le bien-être au travail ont été analysés pour créer la note de bien-être au travail.

72 [Apprenez à la connaître](#)

Bonheur

Le bonheur est un sentiment positif qui se ressent au travail.

Sentiment d'utilité

Le sentiment d'utilité est le sentiment de contribuer à quelque chose.

Satisfaction

La satisfaction est le sentiment de bien-être au travail.

Stress

Le stress est le sentiment de pression ou de tension.

Rendue possible grâce à la plus vaste étude au monde sur le bonheur au travail!

Comment les gens se sentent au travail (et pourquoi)

La note de bien-être au travail est un indicateur composite affiché sur les pages Entreprises Indeed qui mesure les principaux aspects du bien-être au travail : le bonheur, le sentiment d'utilité, la satisfaction et le stress.

Nous mesurons aussi les principaux facteurs qui mènent au bien-être au travail et les affichons : le sentiment d'utilité, l'appartenance, l'apprentissage, le respect, l'encouragement, la confiance et le sentiment d'être bien géré.

Faites le premier pas vers la priorisation du bien-être au travail en transmettant le sondage à votre main-d'œuvre aujourd'hui.

[Étude sur le bien-être au travail](#)

15 millions de sondages sur le bien-être au travail ont été analysés, et ce chiffre ne cesse de croître.

89 % des gens estiment que le respect au travail a de l'importance.

63 % des gens estiment important de pouvoir consulter des données relatives au bien-être lorsqu'ils envisagent de travailler dans une entreprise.

Annexe

Méthodologie

Sondage d'Indeed sur le bien-être au travail, T1 2023.

Le sondage sur le bien-être au travail (anciennement appelé sondage sur le bonheur au travail) est un sondage commandé, mené en ligne par Forrester Consulting pour Indeed en février et en mars 2023 (du 2023-02-03 au 2023-03-03).

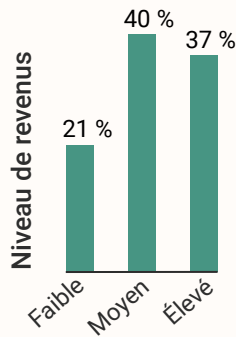
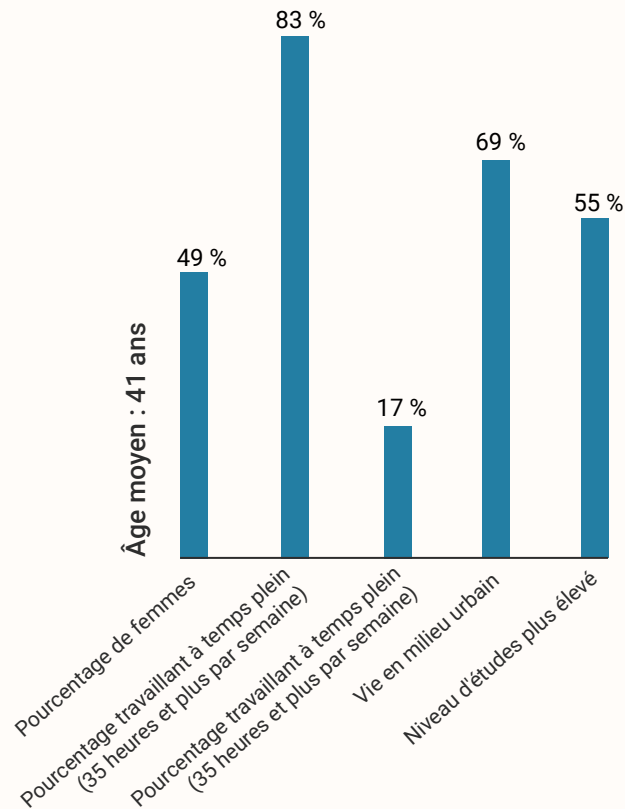
Il s'agit de notre quatrième sondage et rapport annuel.

Forrester Consulting a interrogé la main-d'œuvre active (adultes âgés de plus de 18 ans qui ont indiqué travailler à temps plein ou à temps partiel) : n = 1 510 CA.

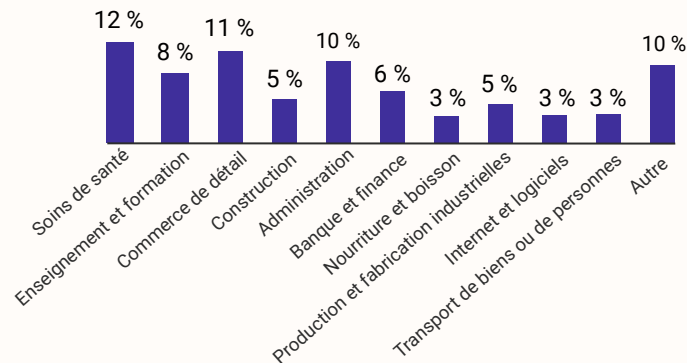
Pour garantir un échantillon représentatif, des quotas ont été établis par âge, par genre, par emplacement géographique, par niveau d'études et par revenus.

Le sondage a exploré une variété de sujets liés au bonheur au travail, y compris les perspectives générales sur le bonheur, les facteurs favorisant le bonheur, les effets du bonheur au travail sur les résultats de l'entreprise, les différents aspects du stress au travail, le rapport entre le bonheur au travail et la recherche d'emploi, les avantages liés au lieu de travail, etc.

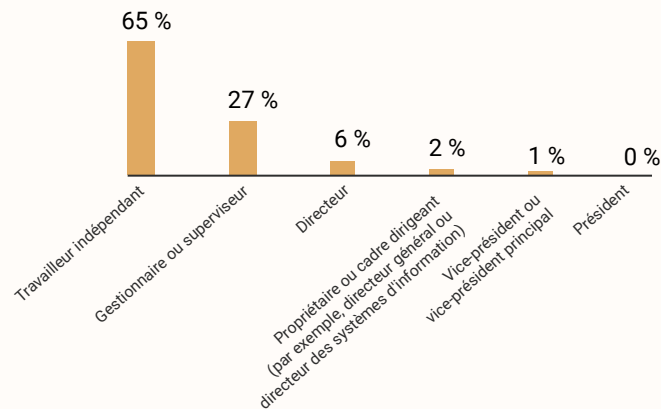
Données démographiques du Canada en 2023



Dans quel secteur évolue principalement votre entreprise?



Qu'est-ce qui décrit le mieux votre niveau d'ancienneté?



Base : nombre total de répondants, rapport d'Indeed sur le bien-être au travail, fondé sur un sondage commandé (n = 1 510 adultes canadiens), mené par Forrester Consulting, 2023