# LES SALARIES & LE STRESS TECHNOLOGIQUE

BVA Opinion

tryane

# PRESENTATION DE L'ETUDE

BVA et Tryane ont mis en place une étude annuelle récurrente sur l'impact du stress technologique sur les salariés en France.

Tryane édite un logiciel de diagnostic et de mesure de la surcharge d'informations en entreprise, qui via une série d'indicateurs, permet d'améliorer la vie de l'entreprise et la productivité des équipes. Le logiciel détermine le niveau de stress généré par l'usage des NTIC, notamment l'email.

Etude réalisée par internet du 10 au 18 septembre auprès d'un échantillon de 1 000 salariés disposant d'une adresse email professionnelle.

L'échantillon interrogé est extrait d'un échantillon représentatif de la population active en termes de :

- Sexe
- Age
- Catégorie socio professionnelle
- Secteur d'activité

# Un traitement rapide voire dans l'immédiat

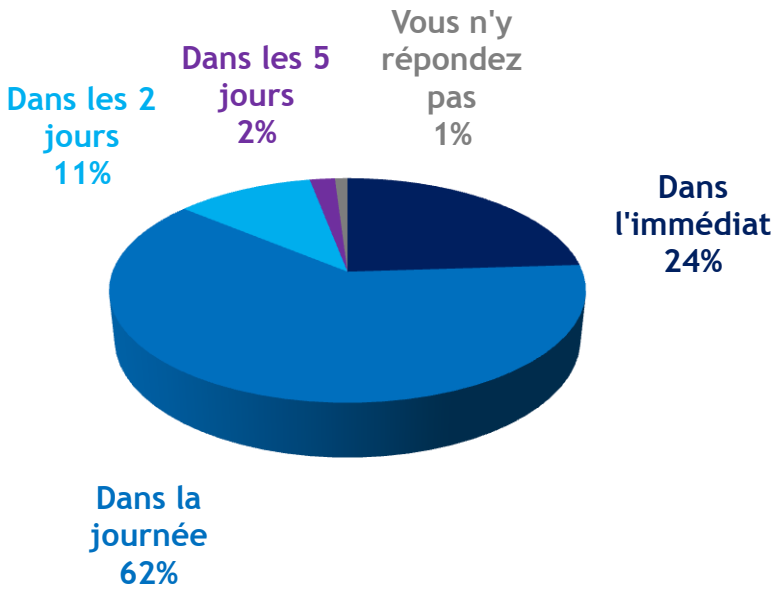
**86% des salariés traitent immédiatement leurs emails ou au plus tard dans la journée. Ce traitement demande un temps non négligeable : 26% consacrent plus d'une heure par jour (37% des cadres).**

86% traitent leurs mails au plus tard dans la journée

26% passent plus d'1h/jour à traiter leurs emails

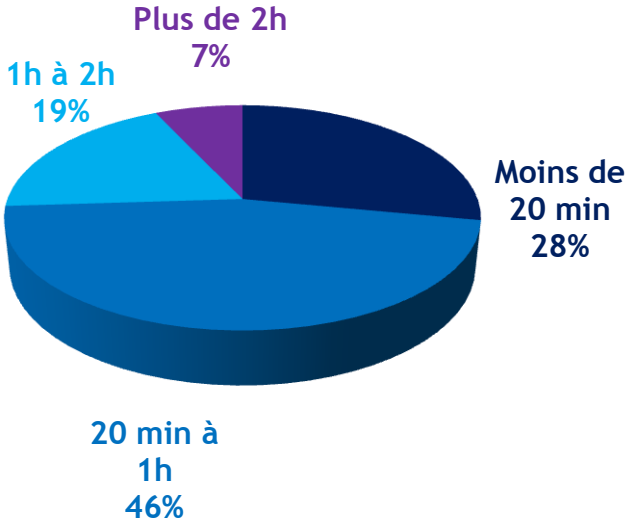
*En général traitez-vous vos emails ?*

*Base : tous (1000)*




*Combien de temps passez-vous par jour à traiter les emails ?*

*Base : tous (1000)*



# Un niveau de consultation hors cadre professionnel élevé

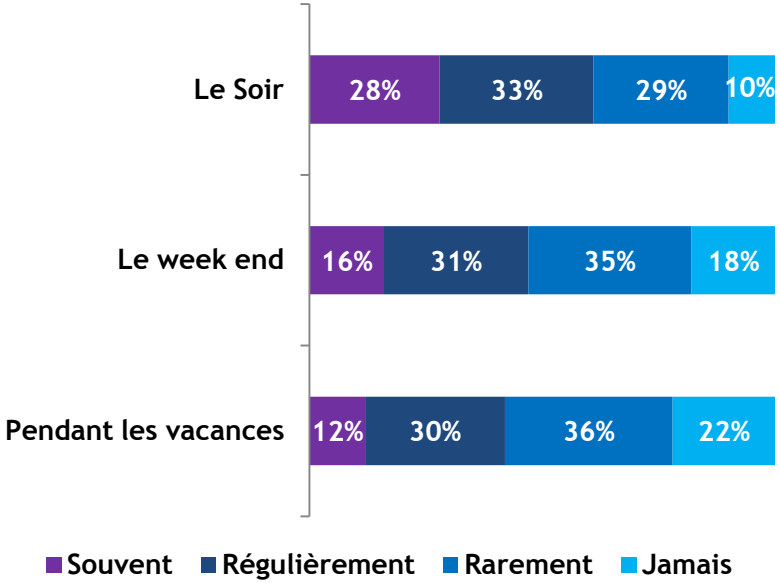
**61% des salariés qui ont accès à leurs mails professionnels en dehors du bureau les consultent régulièrement le soir. Ils sont près d'un sur deux (47%) à les consulter régulièrement le week-end ou pendant les vacances (43%). Cette consultation est source de stress pour près d'un salarié sur deux.**

61% peuvent consulter leurs emails professionnels à l'extérieur du travail

48% considèrent cette consultation hors cadre professionnel comme une source de stress

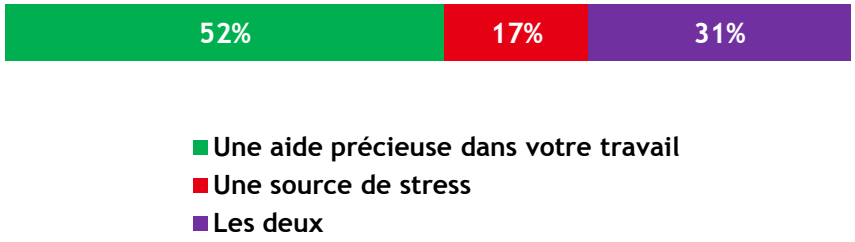
*Consultez-vous vos e mails … ?*

*Base : à ceux qui consultent leur mails à l'extérieur du travail (609) soit 61% de l'échantillon*




*Cette consultation hors cadre professionnel est pour vous…?*

*Base : à ceux qui consultent leur mails à l'extérieur du travail (609) soit 61% de l'échantillon*



# Une utilité modérément ressentie

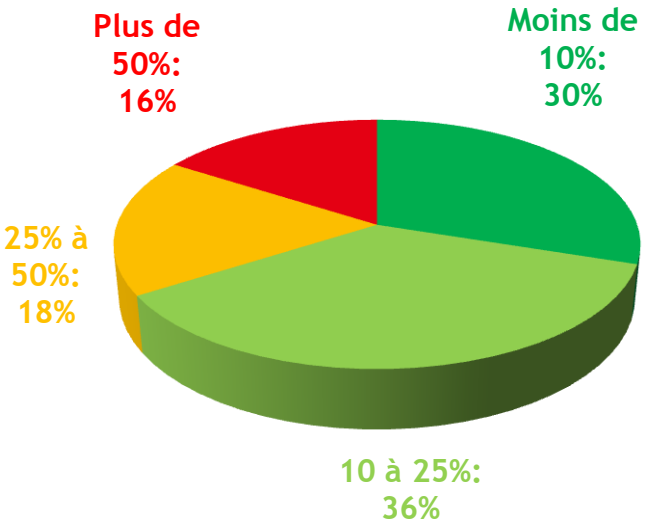
**Une partie des mails reçus est perçue comme inutile.**

**L'utilité globale des mails est reconnue mais de manière assez nuancée.**

34% considèrent recevoir plus de 25% des mails reçus comme inutiles

*D'une manière générale, quel % de mails considérez-vous comme inutiles pour vous?*

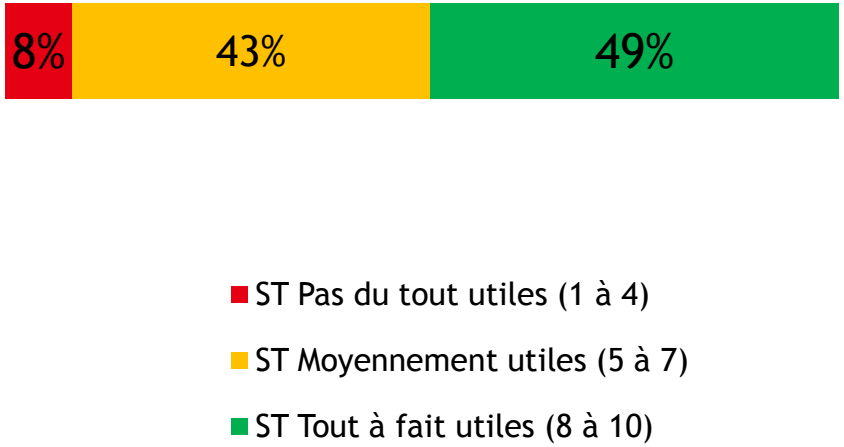
*Base : à tous*




49% considèrent les mails reçus comme vraiment utiles

*Pour vous quelle est l'utilité des mails que vous recevez au travail ?*

*Base : à tous*

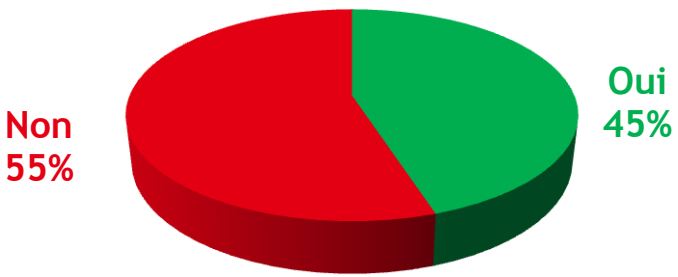


# Un impact sur la qualité de vie au travail pour un salarié sur deux

**Pour près d'un salarié sur deux, une réduction des emails reçus au travail améliorerait leur qualité de vie au travail. Cette proportion est de 59% auprès des salariés recevant plus de 20 mails par jour.**

Selon vous, une réduction du nombre d'emails reçus dans votre travail peut-elle améliorer votre qualité de vie au travail ?

*Base : à tous (1000)*




50 % des hommes
52% des 50 à 69 ans
54 % des cadres et professions intellectuelles supérieures
59% des salariés du secteur commerce transports, télécommunications, hôtellerie
56% de ceux qui encadrent
59% de ceux qui reçoivent plus de 20 mails par jour