



« *Concilier sa vie professionnelle et sa vie privée* »

*Résultats du sondage TNS Sofres*



Union européenne



## Sommaire

	Contexte et objectifs de l'étude	3
	Méthodologie	4
1	Concilier vie professionnelle et vie privée, un enjeu clé de la satisfaction au travail	5
2	Un équilibre qui reste à atteindre	7
3	Des acteurs peu mobilisés sur le sujet	15
4	Sentiment qu'un meilleur équilibre vie professionnelle-vie personnelle bénéficierait à tous, aux entreprises comme aux salariés	19
5	Flexibiliser davantage le temps de travail, la clé pour un meilleur équilibre vie professionnelle, vie privée ?	22
	Annexes (structure de l'échantillon, détail des questions A5, C2 et C3)	25



## Contexte et objectifs de l'étude

### Rappel du contexte :

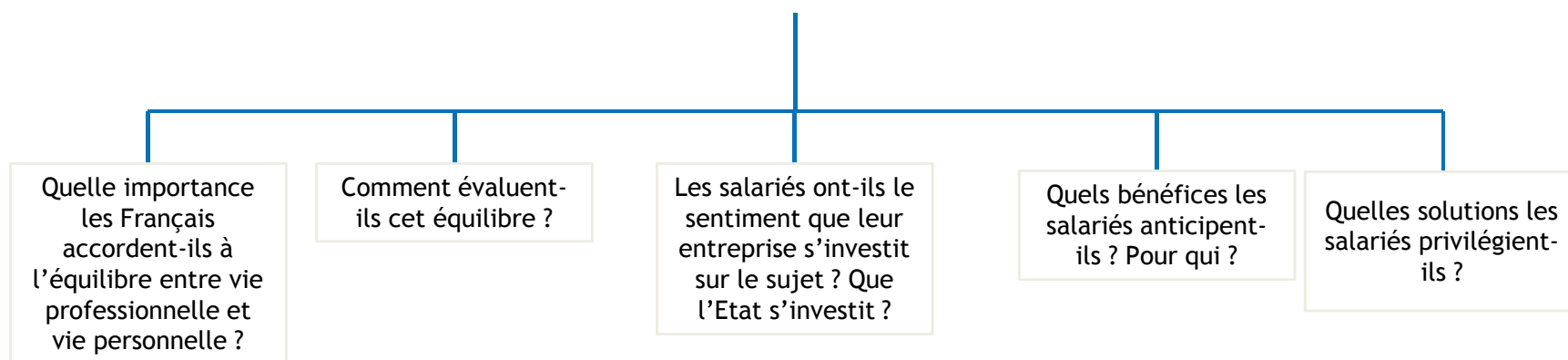
Chaque année, la semaine pour la qualité de vie au travail (SQVT), organisée par l'Anact et son réseau, permet d'assister à de nombreux événements et prises de parole autour de cette thématique.

Cette année, l'Anact a souhaité investiguer la notion d'équilibre entre vie professionnelle et vie privée.

### Objectifs de l'étude :

*Etablir un état des lieux de la situation et des attentes sur ce sujet.*

*Au-delà, susciter le débat et nourrir la réflexion de l'Anact sur les aspects suivants*





## Méthodologie



### > Cible/Echantillon

**1026 salariés** actifs et occupés  
âgés de 18 ans et plus  
Echantillon issu du panel TNS Sofres,  
267 000 adresses en France

La représentativité de cet échantillon est assurée par la méthode des quotas : âge, sexe, profession de l'interviewé, secteur d'activité  
Echantillon stratifié par région



### > Mode de recueil

Sondage en ligne



### > Dates de terrain

Le terrain s'est déroulé du 9 au  
16 avril 2014



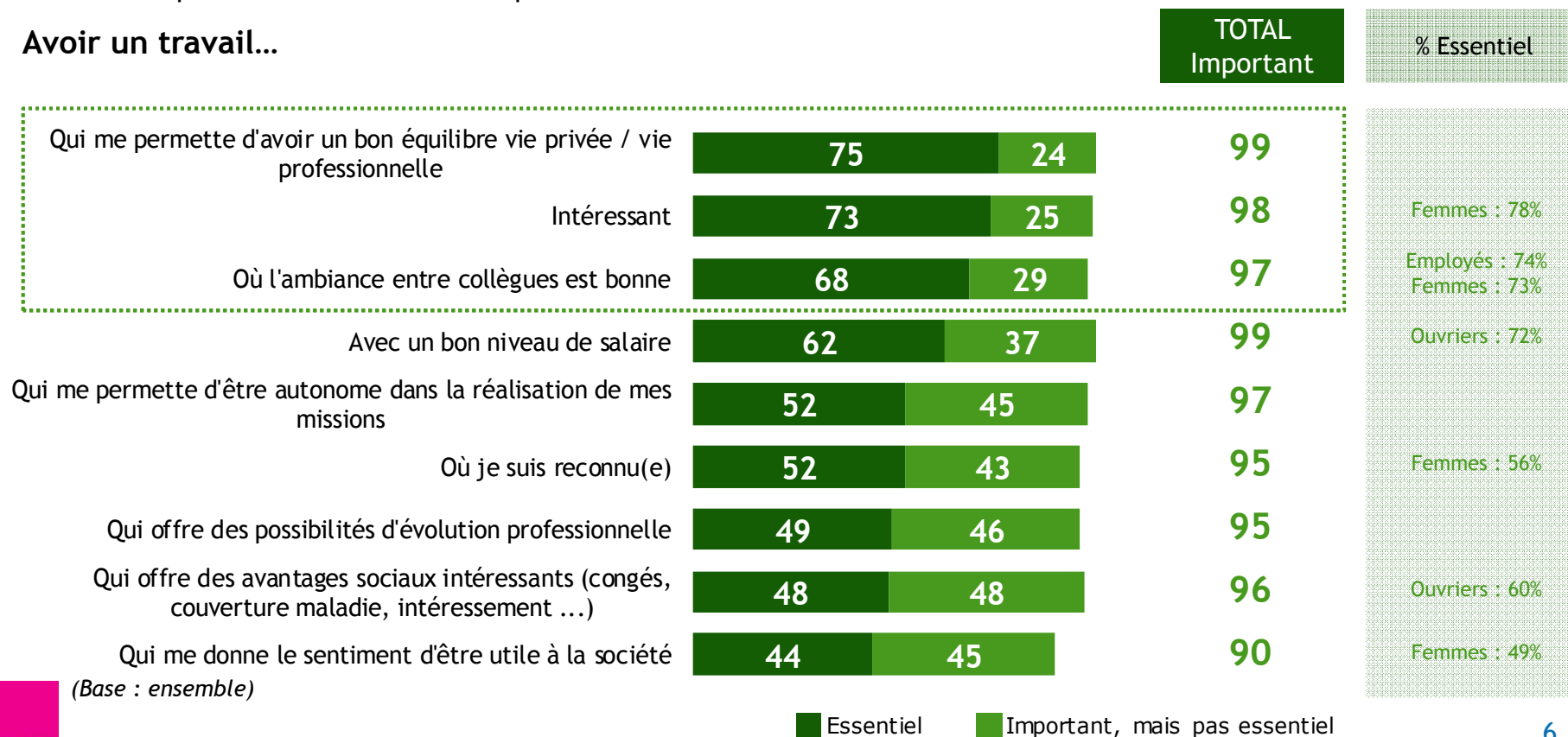
1 - Concilier vie professionnelle  
et vie privée, un enjeu clé de  
la satisfaction au travail



## Concilier vie professionnelle et vie privée : Un des trois ingrédients majeurs de satisfaction professionnelle

QA1. Plusieurs aspects contribuent à se sentir bien dans son travail. Veuillez indiquer à quel point chaque aspect ci-dessous compte dans votre satisfaction professionnelle :

### Avoir un travail...



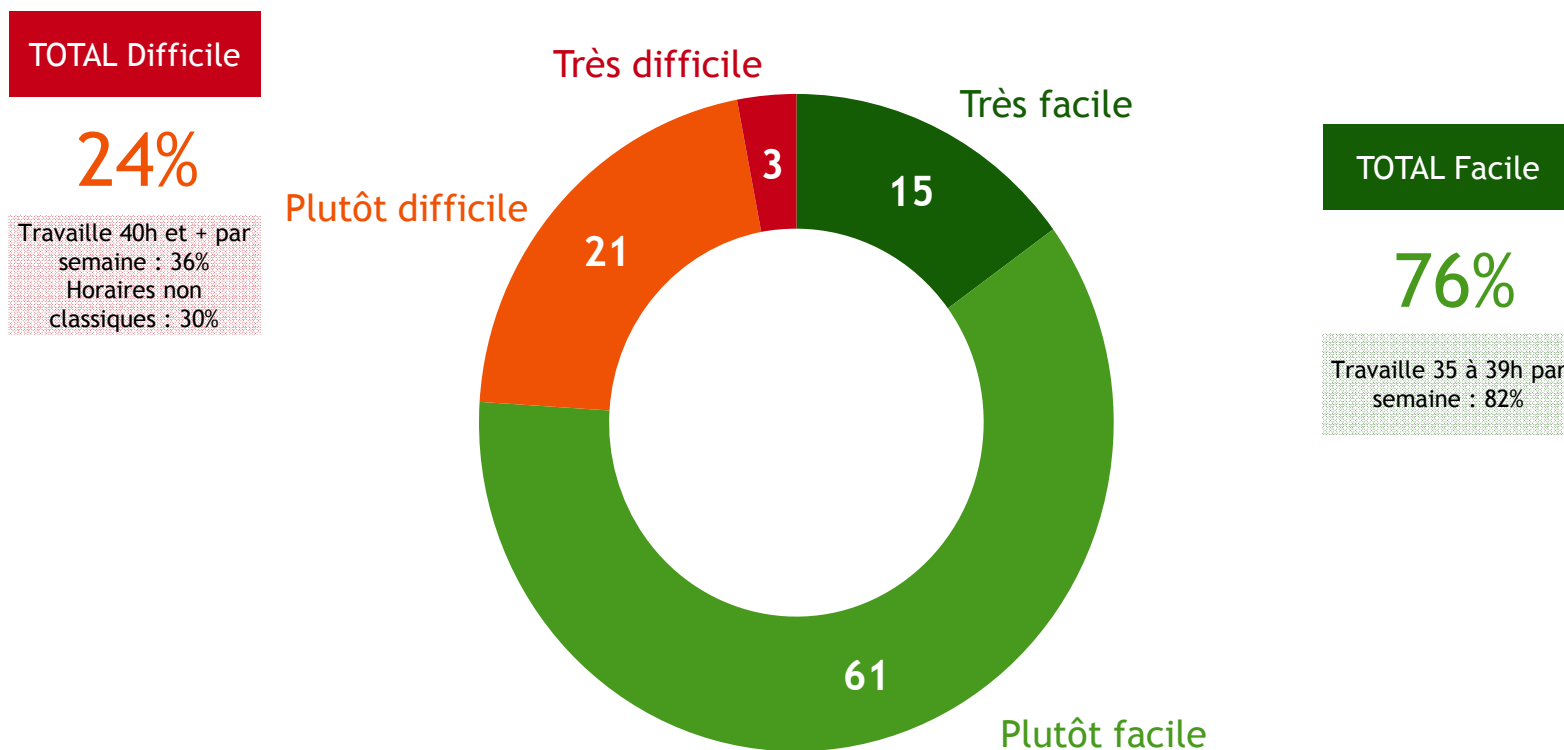


## 2 - Un équilibre qui reste à atteindre



Si les trois quarts des salariés estiment, de prime abord, parvenir assez aisément à concilier vie professionnelle et vie privée ...

QA2. Personnellement, diriez-vous que concilier votre vie professionnelle avec votre vie privée vous est...



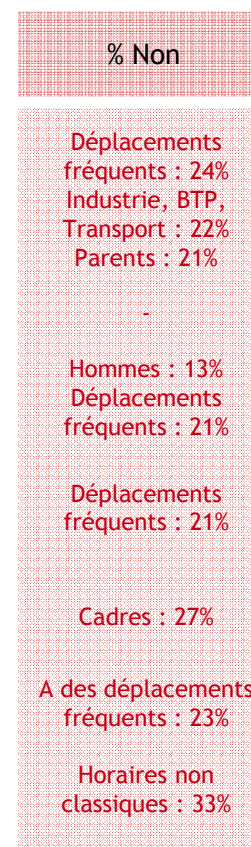
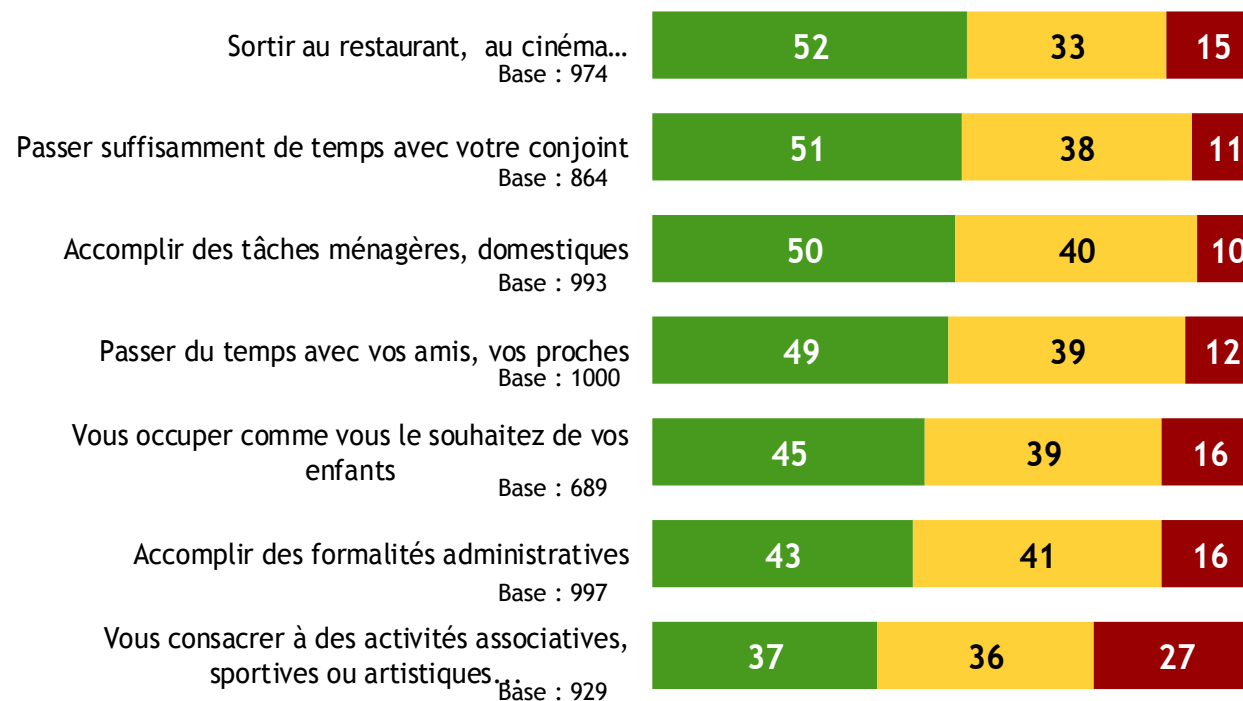
(Base : ensemble)





## ... la moitié reconnaît être confrontée à de réelles difficultés à gérer le quotidien

QA8. Votre vie professionnelle vous permet-elle de... ?



■ Non ■ Oui, mais difficilement ■ Oui, sans problème

(Base : se sentent concernés)



Rythme de travail, horaires et trajets constituent, avec la parentalité, les principales difficultés rencontrées

QA3. Aujourd'hui, qu'est-ce qui est pour vous le plus difficile pour concilier votre vie professionnelle et votre vie privée ?



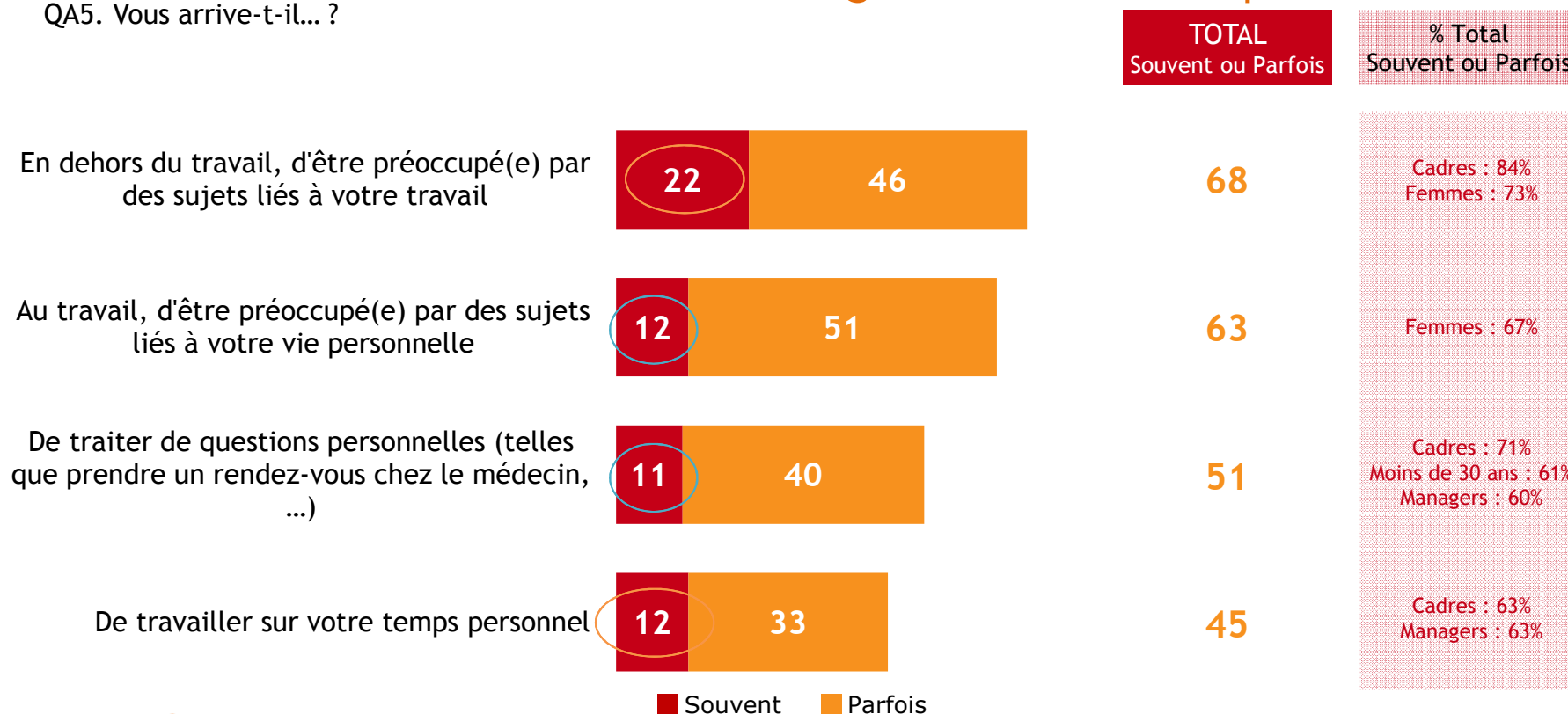
**22%** des salariés interrogés évoquent leurs horaires sans spécifier en quoi ils rendent difficiles leur conciliation entre vie professionnelle et vie privée.

**31%** des salariés ne se prononcent pas



Pour ¼ des salariés, leur vie professionnelle empiète fréquemment sur leur vie privée. Pour 19%, les préoccupations personnelles affectent régulièrement la vie professionnelle

QA5. Vous arrive-t-il... ?



**TNS** 26% des salariés ont répondu « souvent » à au moins une de ces deux modalités

19% des salariés ont répondu « souvent » à au moins une de ces deux modalités



Parallèlement, un tiers des salariés estime consacrer trop de temps à son travail (quand seul 1% estime l'inverse)

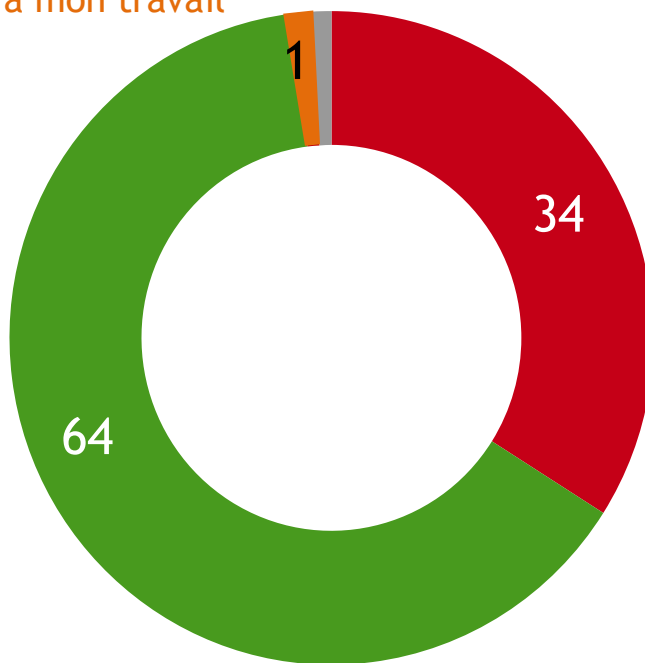
QA4. Laquelle de ces phrases correspond le mieux à votre situation ?

J'estime consacrer **trop de temps à ma vie privée** et pas assez à mon travail

NSP

1

1



J'estime avoir trouvé un **bon équilibre** entre mon travail et ma vie privée

Travaille à temps partiel : 72%

J'estime consacrer **trop de temps à mon travail** et pas assez à ma vie privée

Travaille 40h et + par semaine : 51%  
Managers : 39%  
A des horaires atypiques : 39%



## Un salarié sur dix, du fait de sa charge de travail ne parvient pas à prendre tous ses congés

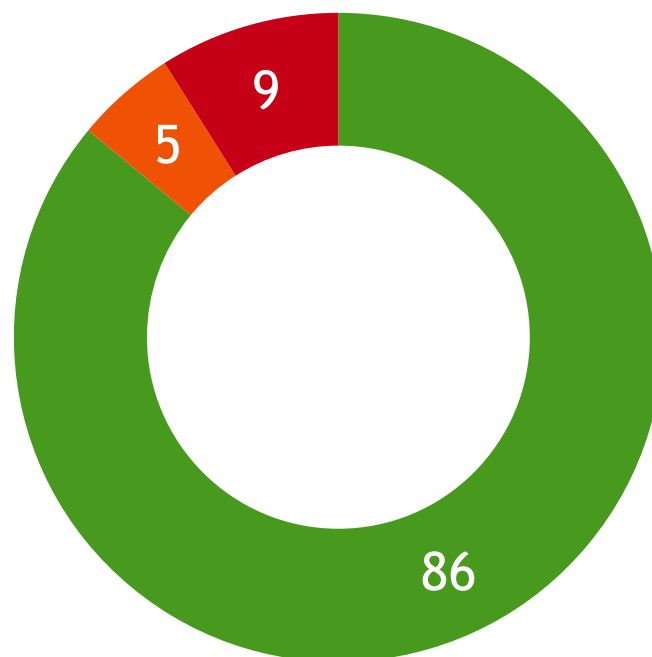
QA9. En général, prenez-vous tous les congés auxquels vous avez droit ?

QA10. Si non, est-ce parce que... ?

**Non, vous avez trop de travail**

Travaillent 40h et + par  
semaine : 19%  
Cadres : 19%

Non, vous préférez les convertir en  
salaire supplémentaire ou épargne  
salariale

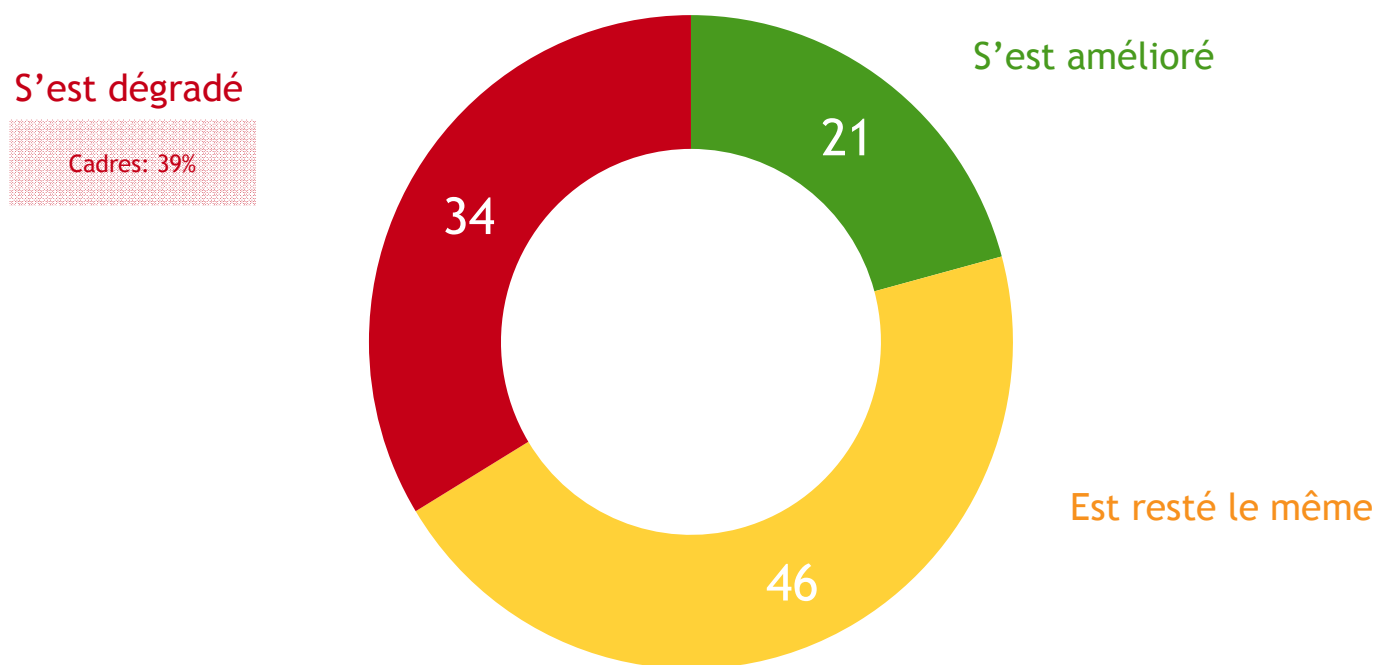


Oui



## In fine, pour un tiers des salariés, l'équilibre vie professionnelle - vie privée s'est dégradé

QA6. Au cours des dernières années, diriez-vous que votre équilibre vie privée / vie professionnelle...





### 3 - Des acteurs peu mobilisés sur le sujet

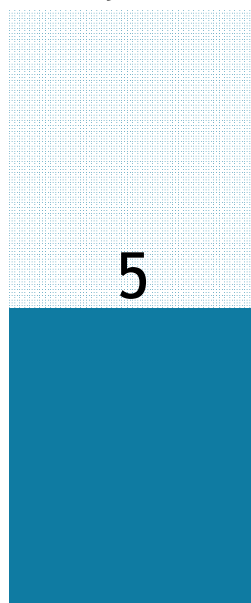


## Une mobilisation faible de la part des entreprises

QA7. Diriez-vous que votre entreprise (ou votre organisation) fait des efforts pour permettre à ses salarié(e)s d'avoir un bon équilibre vie privée / vie professionnelle ?

La note 0 signifie qu'elle ne fait selon vous aucun effort. La note 10 signifie qu'elle fait selon vous beaucoup d'efforts. Les notes intermédiaires vous permettent de nuancer votre jugement.

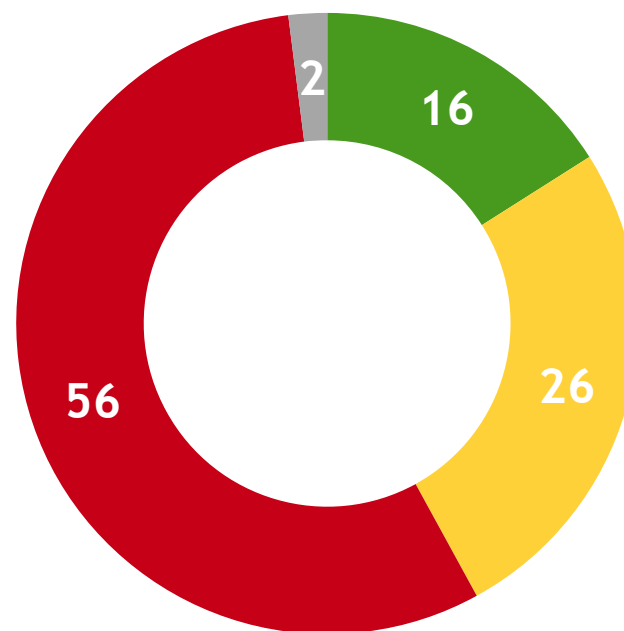
Note  
moyenne



0 à 5

Travaillent 50h et plus  
par semaine : 79%  
50 ans et + : 64%

Ne se  
prononce pas



8 à 10

Moins de 30 ans : 22%  
Managers : 20%  
Province : 18%

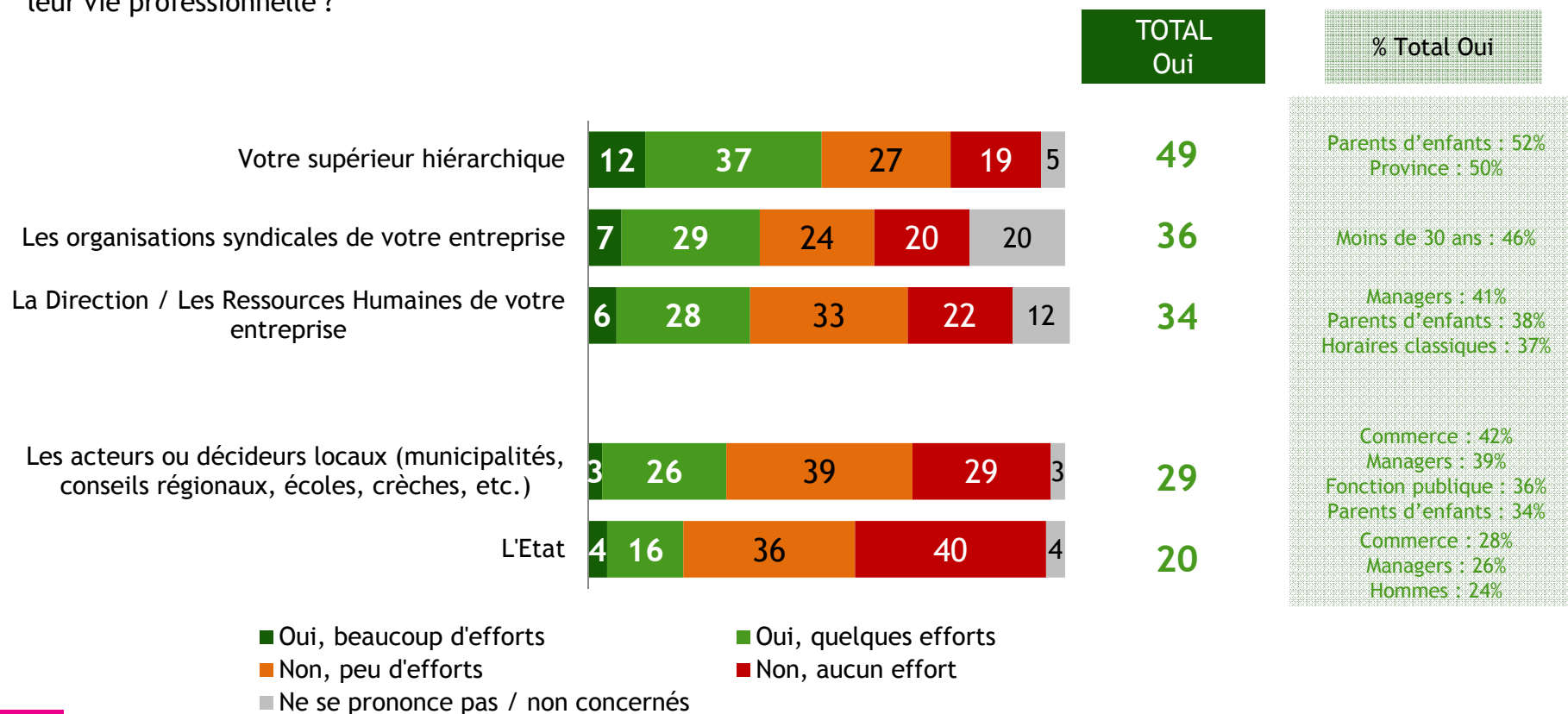
6 à 7





## Des efforts qui, quand ils existent, sont davantage portés par les managers de proximité qu'insufflés par la direction

QC4. Pensez-vous que les acteurs suivants font des efforts pour aider les salarié(e)s à mieux concilier leur vie privée et leur vie professionnelle ?





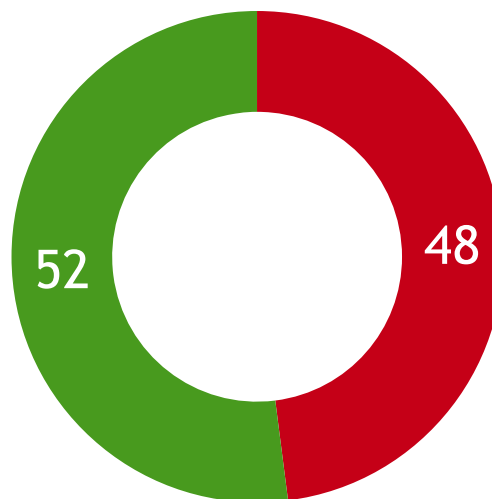
## De plus, pour près de la majorité des salariés, des mesures qui ne bénéficient qu'à certaines catégories de salariés

QC5. Les mesures mises en place pour une meilleure conciliation vie privée / vie professionnelle bénéficient-elles selon vous... ?

A ceux qui déclarent que des acteurs de leur entreprise font des efforts pour aider les salariés à mieux concilier leur vie privée et leur vie professionnelle, 64% soit 657 personnes

### A tous les salariés ou presque

Moins de 30 ans : 68%  
A des horaires classiques : 55%  
Commerce : 66%



### Seulement à certaines catégories de salariés

50 ans et plus : 58%  
A des horaires non classiques : 55%  
Industrie, BTP et Transport : 51%  
Service : 51%



4 - Sentiment qu'un meilleur équilibre vie professionnelle-vie personnelle bénéficierait à tous, aux entreprises comme aux salariés

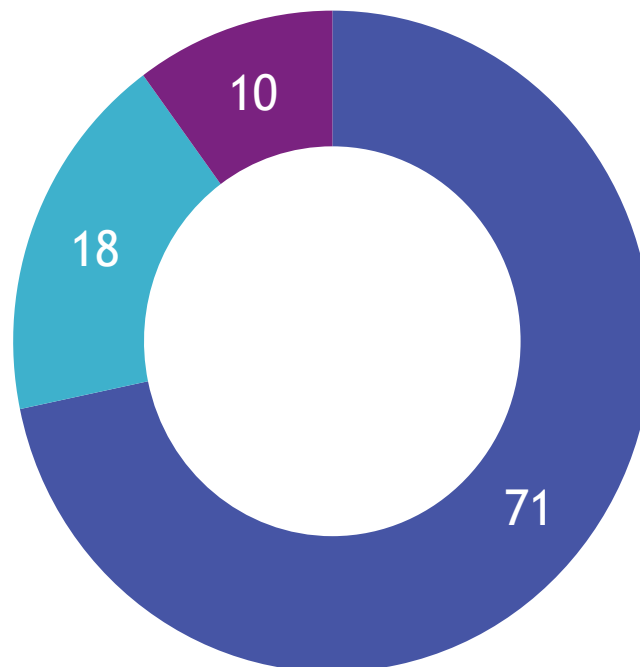


## Des bénéfices à la fois pour l'entreprise et les salariés

QC1. Selon vous, un bon équilibre vie privée / vie professionnelle bénéficie...

Avant tout aux **entreprises / organisations**

Avant tout aux **salariés**



**Autant** aux salariés qu'aux entreprises

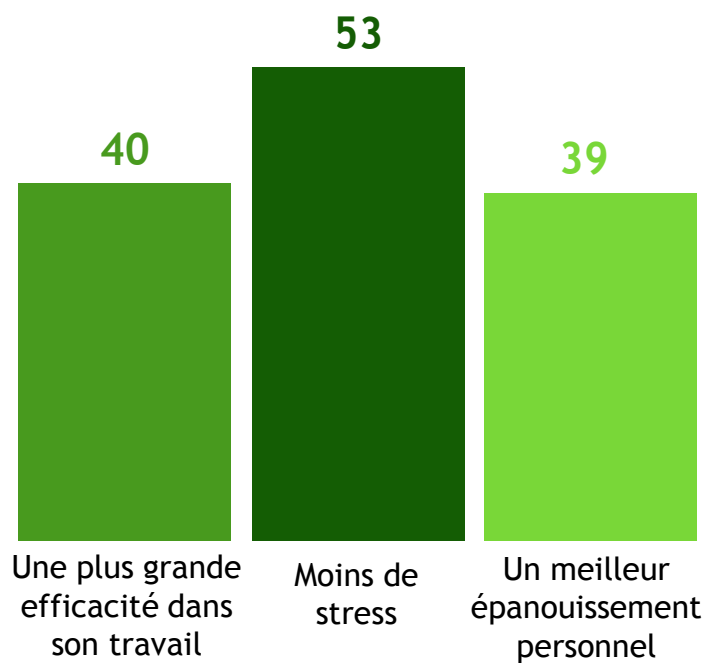
Cadres : 79%  
Services : 77%  
Femmes : 76%  
Horaires classiques : 74%



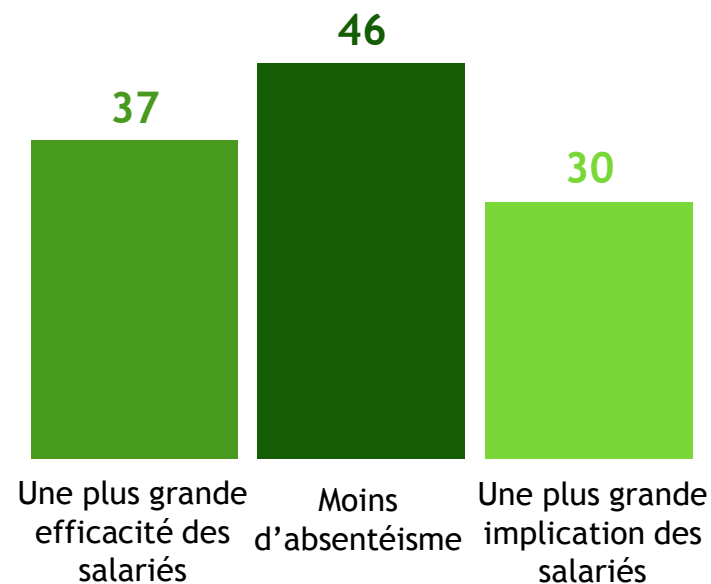
## ...et similaires pour les entreprises et les salariés : une santé plus solide et une plus grande efficacité

QC2/3. Quels sont selon vous les 3 principaux bénéfices d'un bon équilibre vie privée / vie professionnelle...?

...pour les salarié(e)s



...pour les entreprises



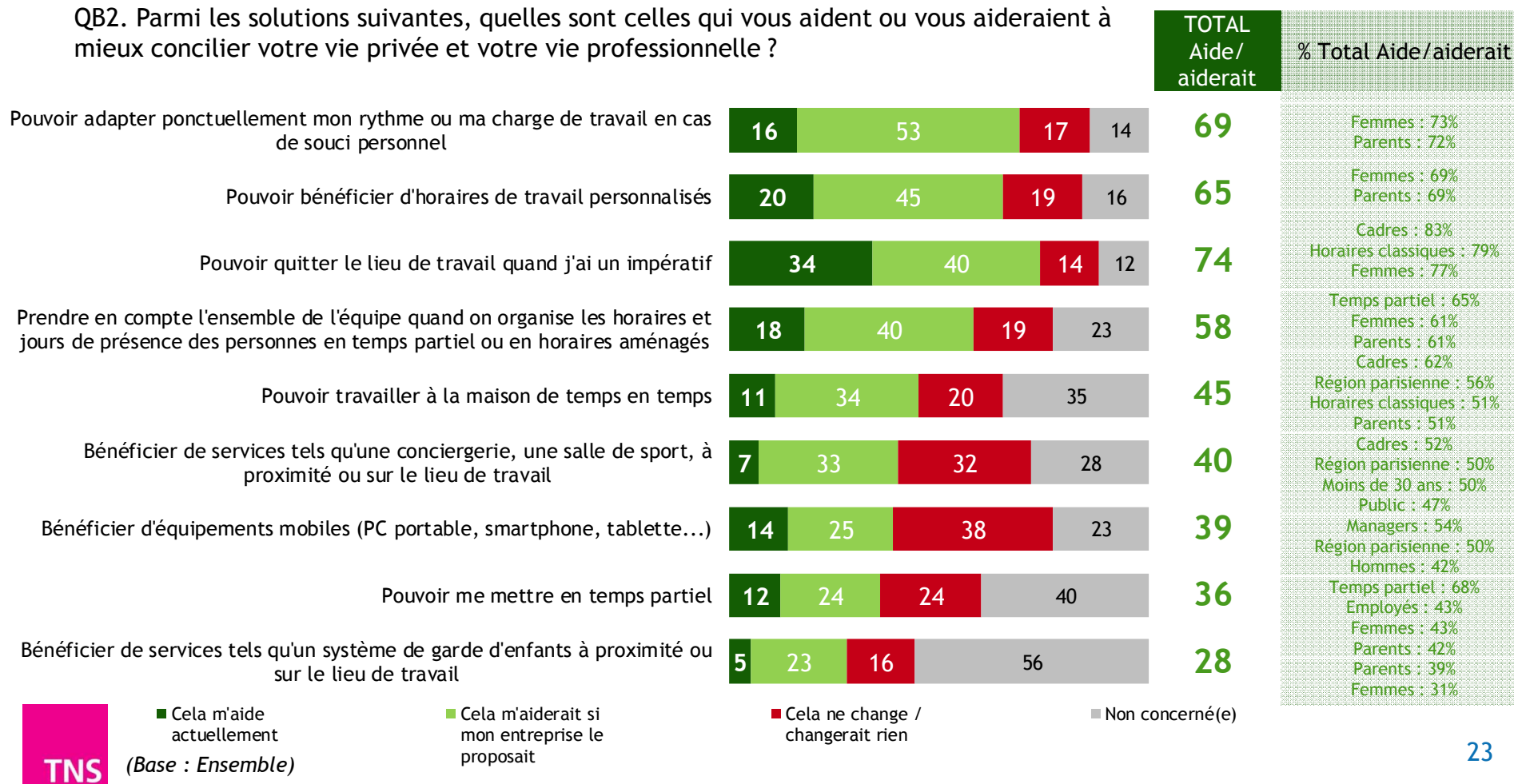


5 - Assouplir l'organisation  
du travail, la clé pour un  
meilleur équilibre vie  
professionnelle - vie privée  
?



## Pour renforcer la conciliation entre vie professionnelle et vie privée les salariés plébiscitent souplesse des horaires et modalités de travail

QB2. Parmi les solutions suivantes, quelles sont celles qui vous aident ou vous aideraient à mieux concilier votre vie privée et votre vie professionnelle ?

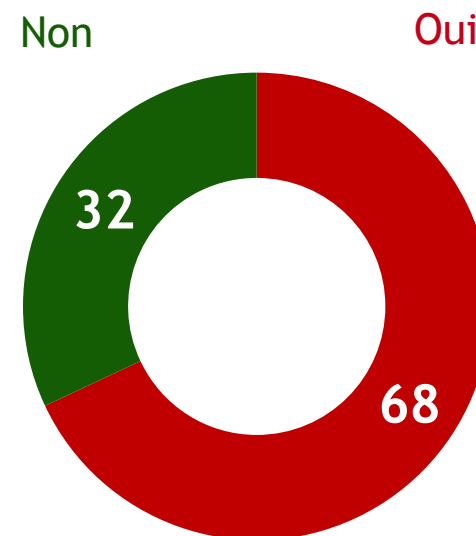
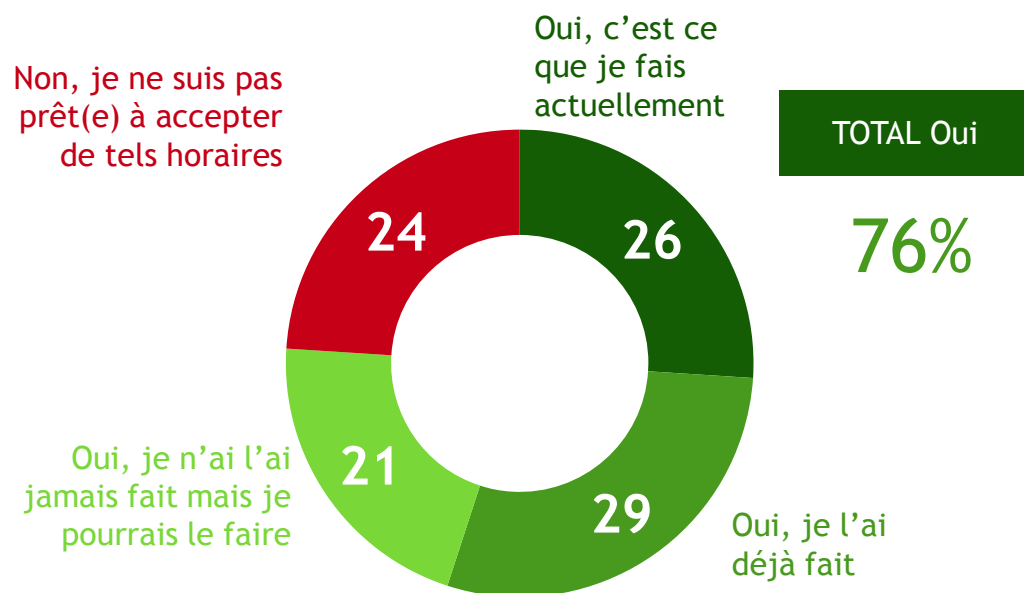




## Une majorité de salariés prête à accepter des horaires atypiques, malgré les effets négatifs pressentis sur la santé

QB3. Pour mieux concilier vie professionnelle et vie privée, seriez-vous prêt(e) à accepter des horaires de travail atypiques (comme par exemple travailler très tôt le matin, tard le soir, de nuit, le samedi, le dimanche, en horaires décalés, coupés, etc.) ?

QB4. Pensez-vous que ces horaires de travail atypiques (travailler très tôt le matin, tard le soir, de nuit...) puissent avoir des effets négatifs sur la santé ?



(Base : ensemble)





## Annexes



## Structure de l'échantillon

### Sexe

Hommes	Femmes
50%	50%

### Age

18 à 24 ans	25 à 34 ans	35 à 49 ans	50 ans et +
9%	24%	41%	26%

### Profession de l'interviewé

Cadres, professions libérales	Professions intermédiaires	Employés	Ouvriers
18%	27%	32%	23%

### Secteur d'activité

Industrie	BTP	Transport	Commerce	Services privés	Administration publique, enseignement, santé et action sociale
16%	6%	5%	16%	25%	32%

### Régions

Région Parisienne	Nord	Est	Bassin parisien est	Bassin parisien ouest	Ouest	Sud-Ouest	Sud-Est	Méditerranée
21%	6%	9%	7%	9%	14%	11%	12%	11%



## Structure de l'échantillon

### Secteur public / secteur privé

Salarié de l'Etat ou d'une collectivité locale	Salarié d'une entreprise publique ou nationalisée	Salarié d'une entreprise privée
22%	12%	66%

### Taille de l'entreprise

Moins de 10 personnes	10 à 49 personnes	50 à 499 personnes	500 à 999 personnes	1000 à 4999 personnes	5 000 pers. et plus	Je ne sais pas
11%	15%	30%	9%	12%	22%	1%

### Type de contrat

CDI	CDD	Intérim	Contrat d'apprentissage ou de professionnalisation
88%	9%	2%	0,4%

### Encadrement

Oui, 1 à 5 personnes	Oui, 6 à 20 personnes	Oui, plus de 20 personnes	Total Oui	Non
19%	7%	4%	30%	70%



## Structure de l'échantillon

### Temps de travail

Temps plein	Temps partiel choisi volontairement	Temps partiel imposé par l'employeur
86%	9%	5%

### Heures de travail hebdomadaires

Moins de 20 heures	20 à 34 heures	35 à 39 heures	40 à 49 heures	Plus de 50 heures
4%	12%	54%	24%	5%

### Type d'horaires

En horaire classique de jour	En horaire de nuit ou posté	En horaire décalé	Cela dépend
65%	5%	18%	12%

Qui décide de ces horaires variables

Vous	L'employeur
29%	71%



## Structure de l'échantillon

### Fréquence des déplacements de plus de 50 km

Tout le temps ou presque	Souvent	De temps en temps	Rarement	Jamais
7%	7%	13%	21%	52%

### Statut marital

Célibataire	Marié, pacsé, vivant maritalement	Séparé, divorcé, veuf
24%	67%	9%

### Participation du conjoint aux tâches ménagères

Oui, beaucoup	Oui, assez	Non, pas tellement	Non, pas du tout
41%	39%	16%	4%

### Nombre d'enfants à charge dans le foyer

0	1	2	3 et +
50%	23%	20%	7%



Concilier vie privée et vie professionnelle : un équilibre désirable mais complexe à atteindre et qui pour certains implique une distinction nette

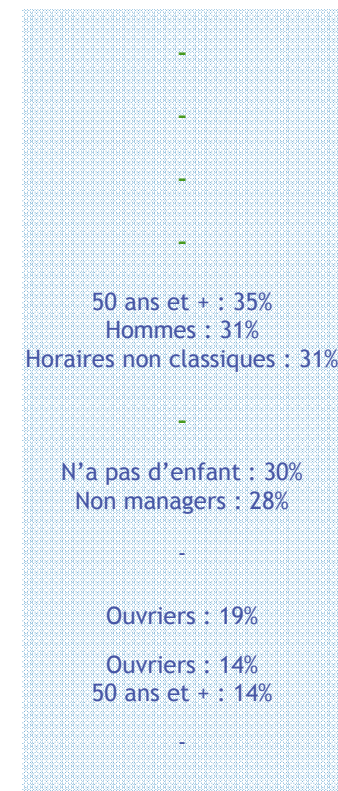
QB1. Quels mots, quels sentiments associez-vous à « réussir à concilier vie privée et vie professionnelle » ?





## Bénéfices pour les entreprises d'un bon équilibre vie privée-vie professionnelle - Détail

QC2. Quels sont selon vous les 3 principaux bénéfices d'un bon équilibre vie privée / vie professionnelle pour les entreprises ?





## Bénéfices pour les salariés d'un bon équilibre vie privée-vie professionnelle - Détail

QC2. Quels sont selon vous les 3 principaux bénéfices d'un bon équilibre vie privée / vie professionnelle pour les salariés ?

