



Résultats de la 5<sup>ème</sup> enquête OBERGO sur les impacts du télétravail

## **Télétravail 2018 : de plus en plus de qualité et de productivité avec de moins en moins de fatigue et de stress**

Cette nouvelle enquête, réalisée avec le soutien de la Cfdt Cadres, porte sur les conditions de travail et de vie des salarié(e)s qui ont une expérience RÉELLE du télétravail à domicile. Les quatre premières enquêtes de l'OBERGO en 2010, 2012, 2013 et 2015 ont permis de dresser la liste des conditions de réussite du télétravail concernant les salarié(e)s et les entreprises.

Cette cinquième enquête confirme les résultats des enquêtes précédentes sur les impacts concernant la qualité de vie mais, de plus, fait apparaître des évolutions spectaculaires concernant l'amélioration de la qualité et de la productivité du travail.

NOUVEAUTÉ 2018 : 26% des réponses viennent de salarié(e)s du secteur public

### **Impacts positifs en 2018 : Meilleure qualité de vie et meilleure qualité du travail**

Les principaux impacts positifs induits par le télétravail sur les conditions de vie et de travail sont :

- *meilleure qualité de leur vie personnelle (travail + hors travail) : 96% des réponses pour les femmes et 95% pour les hommes (90% en 2012)*
- *meilleure qualité de vie familiale : 88% pour les femmes et 90% pour les hommes (84% en 2012)*
- *meilleure répartition « temps professionnels/sociaux/familiaux/personnels » : 84% (le temps « gagné » sur le trajet du soir donne plus de possibilités)*
- *diminution de la fatigue physique liée aux transports : 89%*
- *diminution du stress liés aux transports : 82%*

Les principaux impacts positifs économiques sont :

- *augmentation de la productivité : 86% des réponses (77% en 2012)*
- *augmentation de la qualité du travail produit : 84% (70% en 2012)*

### **Impacts négatifs en 2018 : temps de travail plus long**

Les impacts négatifs sont partagés par un moins grand nombre de télétravailleurs mais sont la confirmation de l'existence du paradoxe du télétravail: « Plus de temps de travail/ Meilleure qualité de vie » :

- *Augmentation de leur temps de travail : 57% des réponses (temps du trajet du matin « échangé » contre temps de travail) (64% en 2012)*

- Augmentation des coûts personnels liés à l'activité professionnelle: 28% (35% en 2012)
- Augmentation de la charge de travail ressentie : 15% (22% en 2012)

## Conclusion : le télétravail 2018 est à consommer sans hésitation mais avec modération et précautions

- A consommer sans hésitation : cette enquête fait apparaître que les impacts positifs sont largement supérieurs aux impacts négatifs
- A consommer avec modération : les impacts négatifs apparaissent surtout pour les durées de télétravail supérieures à 2 jours par semaine
- A consommer avec précautions : le salarié en télétravail doit avoir des garanties ÉCRITES bien que la nouvelle loi du 29 mars 2018 ait supprimé l'obligation d'un avenant au contrat de travail

### Résultats de l'enquête annuelle OBERGO 2018 sur les impacts sociaux du télétravail

#### « Télétravail 2018 : de plus en plus de qualité et de productivité avec de moins en moins de fatigue et de stress »

Rapport d'Yves Lasfargue et Sylvie Fauconnier

(Rapport disponible sur le site <http://www.ergostressie.com>.)

Enquête 2018 sur les impacts du télétravail réel et les évolutions des conditions de vie des salarié(e)s réalisée par l'OBERGO (Observatoire du télétravail et de l'ERGOstressie) avec le soutien de la CFDT Cadres

**Informations sur ce rapport :** Yves LASFARGUE, directeur de l'OBERGO

+33 (0)6 81 01 98 72 [yves.lasfargue@wanadoo.fr](mailto:yves.lasfargue@wanadoo.fr)

<http://www.ergostressie.com/>



**Gwendal Ropars**  
**Attaché de presse**

**06 82 35 19 15**  
**01 56 41 55 10**

**47, avenue Simon Bolivar**  
**75950 Paris cedex 19**

**[presse@cadres.cfdt.fr](mailto:presse@cadres.cfdt.fr) - [www.cadrescfdt.fr](http://www.cadrescfdt.fr)**

---

**OBERGO (Observatoire du télétravail, et de l'ERGOstressie)**

Centre de recherche et d'information sur les évolutions de métiers et les conditions de travail liées aux technologies de l'information.  
yves.lasfargue@wanadoo.fr Site internet : [www.ergostressie.com](http://www.ergostressie.com) Téléphone +33 (0)6 81 01 98 72