

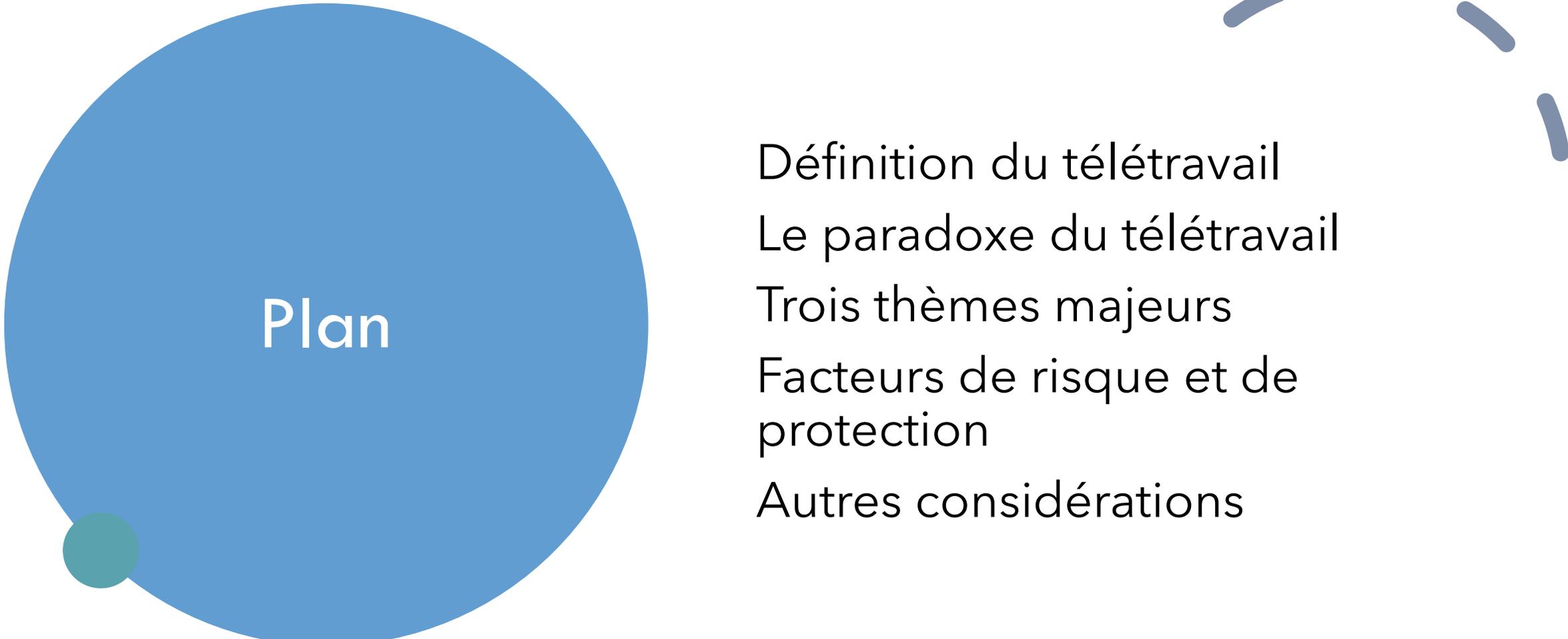
Atelier
OSMET
2021

Télétravail : Aspects positifs et négatifs

Université 
de Montréal

OSMET
Observatoire sur la santé
et le mieux-être au travail

Tania Saba
la Chaire BMO en diversité et
gouvernance, École de



Plan

Définition du télétravail
Le paradoxe du télétravail
Trois thèmes majeurs
Facteurs de risque et de protection
Autres considérations

Définition du télétravail

Télétravail: mode d'aménagement du temps de travail

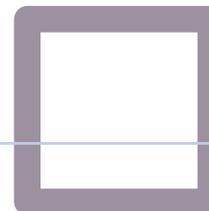
Le télétravail au temps de la pandémie

Télétravail: vers un mode d'organisation du travail

Deux éléments incontournables

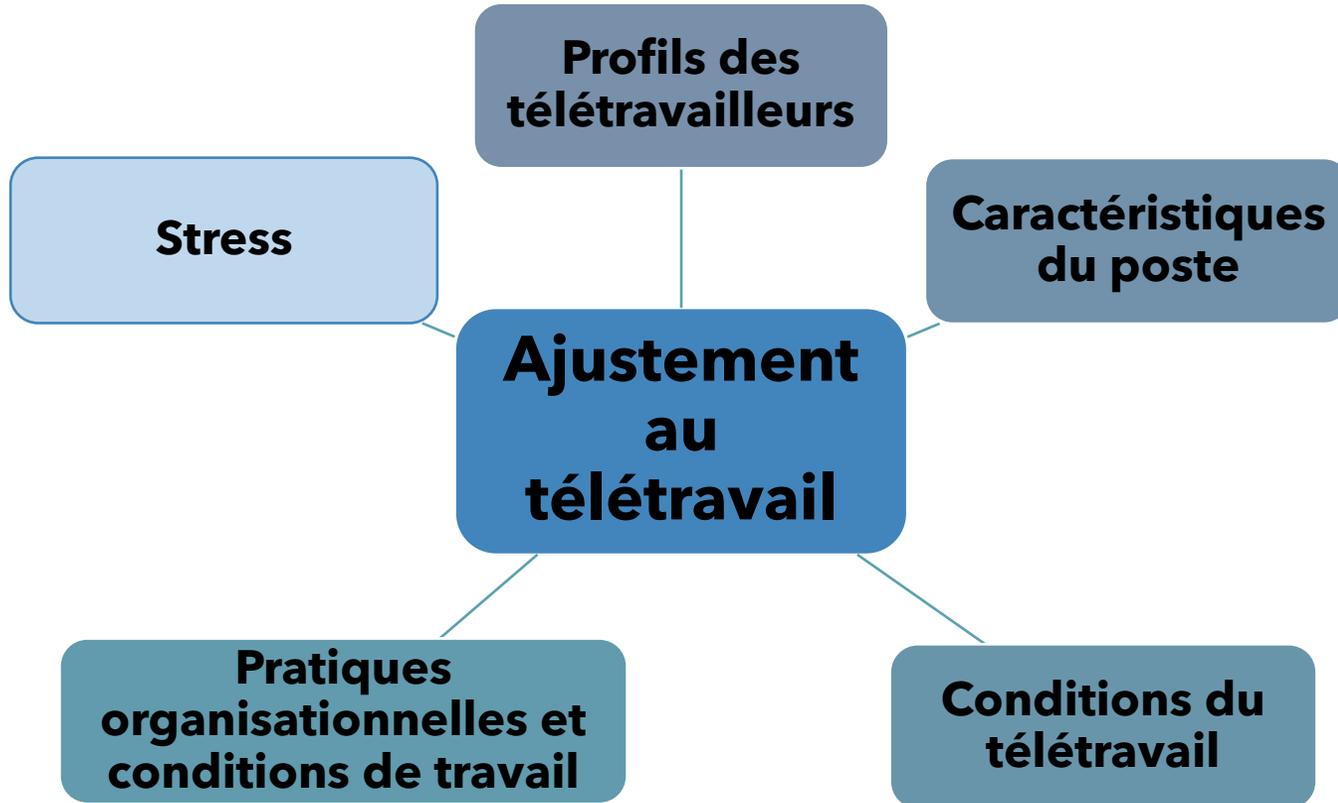
La distance

Les technologies

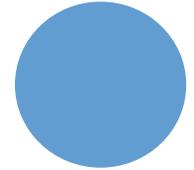
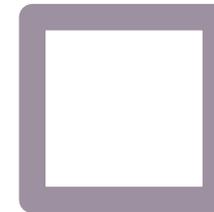


Saba et coll., 2020

Ajustement au télétravail

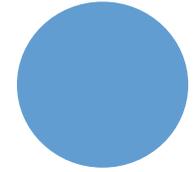


@ Saba et coll. (2020)



Le paradoxe du télétravail

Avantages	Inconvénients
Satisfaction	Isolement
Moins de déplacements	Carrière en cause
Autonomie	Conflit travail-famille
Moins de dérangements	Perte de repères



Trois thèmes majeurs

1. L'autonomie

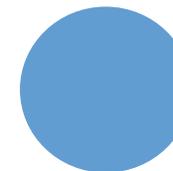
2. Le relationnel

3. Le conflit travail-vie hors travail

Gajendran, R. S., & Harrison, D. A. (2007). The good, the bad, and the unknown about telecommuting: Meta-analysis of psychological mediators and individual consequences. *Journal of Applied Psychology*, 92(6), 1524-1541.

<https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.6.1524>

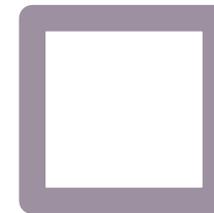
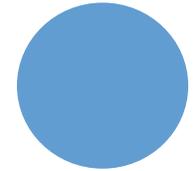
Saba T. et Cachat-Rosset C. (2020), "COVID-19 et télétravail : un remède universel ou une solution ponctuelle - Québec et comparaison internationale", Rapport de recherche, Montréal: Chaire BMO en diversité et gouvernance, Université de Montréal. https://diversite-gouvernance.umontreal.ca/wp-content/uploads/2020/10/Rapport-Teletravail-2020_OBVIA_PUB.pdf



Facteurs de risque et de protection

Aspects positifs. Le télétravail s'associe à un niveau plus élevé des facteurs de protection:

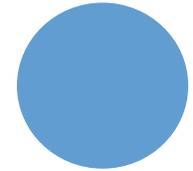
- Utilisation des compétences
- Autorité décisionnelle
- Soutien des collègues
- Soutien de la supervision
- Reconnaissance au travail
- Perspectives de carrière
- Justice procédurale



Facteurs de risque et de protection (suite)

Aspects négatifs. Le télétravail s'associe à un niveau plus élevé des facteurs de risque:

- Demandes psychologiques (charge de travail, rythme de travail, demandes conflictuelles)
- Nombre d'heures travaillées par semaine
- Conflits travail-famille



Autres considérations

1. Le temps passé à distance
2. Le télétravail n'est pas accessible à tous (biais)
 - Autonomie - Télétravail
 - Autonomie - Satisfaction
 - Télétravail - Satisfaction ???
3. Les autres formes de flexibilité
4. Les attentes de l'employeur

Merci!

