

## **La moitié des salariés écoutent de la musique au travail et se montrent ainsi plus productifs**

Radio Contact et Nostalgie sont les stations radio les plus populaires au travail

**Bruxelles, 30 septembre 2024 – Appréciez-vous d’écouter de la musique pop ou du heavy métal en travaillant? Vous n’êtes pas le seul! La moitié des Belges francophones (49,6%) écoutent de la musique pendant le travail et cela se traduit par plusieurs points positifs. Ils sont plus productifs (49,5%), ont davantage de plaisir au travail (51,5%) et sont de bonne humeur (70,4%). Tout ceci ressort d’une enquête\* du prestataire de services RH Tempo-Team en collaboration avec la professeure Anja Van den Broeck, experte en motivation au travail à la KU Leuven. Pourtant, nous ne sommes pas tous fans des rythmes, beats et autres ballades. Près d’un travailleur sur cinq (18,4%) est parfois dérangé par la musique diffusée au boulot.**

Demain (1er octobre), on "célébrera" la Journée internationale de la musique. À cette occasion, Tempo-Team a conduit une enquête portant sur le volume de musique entendue au travail et l'effet qui en résulte. Il en ressort qu'environ la moitié des salariés (49,6%) écoute de la musique lorsqu'ils sont au travail. Ils sont environ un tiers (34,7%) à utiliser pour ce faire un casque ou des écouteurs afin de ne pas déranger leurs collègues, tandis que 14,9% profitent de la musique diffusée pour tous via des haut-parleurs. À noter: davantage d'hommes (55,2%) écoutent de la musique que les femmes (42,9%). L'utilisation de casques ou d'écouteurs est également bien plus répandue chez les hommes (40%, contre 28,4% chez les femmes).

### **Radio Contact est la plus populaire**

Selon l'enquête, notre station radio favorite au travail est Radio Contact (15,6%), suivie de près par Nostalgie (15,3%). Classic 21 (9,3%) complète le podium.

#### Top 5: quelle est votre station radio préférée au travail?

1. Radio Contact (15,6%)
2. Nostalgie (15,3%)
3. Classic 21 (9,3%)
4. NRJ (8%)
5. Bel RTL (5,8%)

### **La musique améliore votre journée de travail**

La musique améliore clairement les performances des travailleurs. Selon la moitié des personnes interrogées, la musique les rend plus productifs (49,5%) et stimule leur créativité et leur inspiration (49,9%).

De plus, elle les met de bonne humeur (70,4%) et favorise une meilleure ambiance au travail (61%).

*“La littérature scientifique montre que la musique sur le lieu de travail peut améliorer les performances”, déclare la professeure Anja Van den Broeck. “En outre, elle induit un effet positif sur notre capacité à apprendre et à aider les autres. La musique stimule notre cerveau et génère*



Communiqué de presse

*des sentiments positifs. Il est cependant important que les travailleurs puissent choisir eux-mêmes la musique qu'ils écoutent. Et pour des tâches plus complexes, il est souvent préférable de privilégier le silence.”*

### **Ne pas déranger, s'il vous plaît!**

Pourtant, à peine un sixième des personnes interrogées (17,2%) conviennent avec leurs collègues de la musique à écouter. Et c'est là que le bât blesse parfois. Alors qu'un travailleur sur cinq (20,1%) déclare que ses collègues partagent les mêmes goûts musicaux au travail, plus du double des répondants (42,7%) indiquent que les goûts en matière de musique diffèrent considérablement. Ils ne sont qu'un quart (25,1%) à se mettre d'accord quant à la programmation musicale.

*“L'alchimie entre la musique et le travail fonctionne. Elle peut cependant susciter des irritations lorsque certains sont dérangés ou distraits par la musique au bureau, ou s'ils ont des goûts musicaux différents,”* déclare Wim Van der Linden, porte-parole de Tempo-Team. *“Pour éviter ce problème, on peut opter pour un casque ou des écouteurs éventuellement à réduction de bruit active lorsqu'on travaille au bureau. Les espaces de calme constituent aussi une bonne alternative pour s'isoler et se concentrer davantage. Il est important que les opinions de chacun soient respectées. Voilà pourquoi il est essentiel de se mettre d'accord quant au choix de la musique dans les espaces communs, comme les ateliers.”*

Un peu plus d'un tiers des personnes interrogées (34,7%) écoutent de la musique avec des écouteurs ou un casque afin de ne pas déranger leurs collègues. Si environ quatre travailleurs sur 10 (41,3%) approuvent la méthode, elle est jugée asociale par 21,3%.

Enfin, il faut aussi évoquer les collègues qui – pas toujours avec beaucoup de retenue – accompagnent la chanson de leur voix personnelle. Trois travailleurs sur dix (30,3%) succombent parfois à cette tentation. Malheureusement, ces prouesses vocales sont décriées par 37,3% de leurs collègues. Que vous chantiez ou utilisiez des écouteurs au travail, un constat s'impose: lorsqu'on parle de préférences musicales, la diversité et le nombre des avis sont souvent plus élevés que ceux des décibels.

*\*Ceci ressort de l'enquête RED Report 2024 de Tempo-Team, conduite en collaboration avec la professeure Anja Van den Broeck, experte en motivation au travail à la KU Leuven. L'enquête a été menée auprès d'un échantillon représentatif, par un bureau de recherche indépendant qui a sondé les expériences de 1.000 travailleurs belges francophones à propos de divers sujets en rapport avec leur lieu de travail.*

**Pour plus d'informations (presse uniquement: merci de ne pas publier), veuillez contacter:**  
Wavemakers PR, Emanuel Sys - 0486 17 52 65, [emanuel@wavemakers.eu](mailto:emanuel@wavemakers.eu)