

# L'anxiété numérique des salariés s'est accentué avec le télétravail

*Une récente étude menée par l'entreprise experte en cybersécurité, F-Secure, révèle que deux tiers des télétravailleurs s'inquiètent pour leur sécurité et leur vie privée en ligne.*

Temps de lecture : minute

---

4 mars 2022

Depuis le début de la crise sanitaire, les entreprises ont dû, souvent à marche forcée, mettre en place une politique de télétravail pour limiter la propagation du virus entre leurs salariés. Une enquête de l'Ugict-CGT, publiée en septembre dernier, révélait d'ailleurs que 98% des salariés souhaitaient continuer de télétravailler au sortir de la crise sanitaire. Cependant, de nouvelles problématiques liées à ce mode de travail émergent et sont à surveiller.

C'est ce que révèle la dernière enquête publiée par F-Secure, société experte en cybersécurité, qui souligne que le télétravail a pu contribuer à augmenter l'anxiété numérique des salariés. Dans cette étude, qui a centralisé les réponses de plus de 7 000 salariés à travers neuf pays, 67% des télétravailleurs ont déclaré s'inquiéter davantage pour leur sécurité et leur vie privée en ligne depuis qu'ils travaillent en dehors du bureau, contre 58% des autres employés, qui travaillent sur site.

## Des inquiétudes exacerbées

*" Il n'est pas surprenant que les télétravailleurs aient commencé à s'inquiéter davantage pour leur cybersécurité. Beaucoup d'entre eux ont été propulsés dans le monde du télétravail sans réelle préparation,*

*formation ni équipement, rappelle Lee Hadlington, maître de conférences en cyberpsychologie à l'université de Nottingham Trent, par voie de communiqué. N'oublions pas qu'en présentiel, les employés comptent sur les équipes de sécurité pour les protéger. Par ailleurs, les environnements de télétravail sont souvent loin d'être idéaux (bureau situé dans des pièces très fréquentées de la maison, connexion internet restreinte, connaissance limitée de la technologie internet). Les craintes liées à la cybersécurité sont donc probablement le symptôme d'une combinaison de tous ces facteurs ".*



À lire aussi

**10 questions à se poser pour protéger votre entreprise des cyberattaques**

Sur différents points, les inquiétudes sont en effet systématiquement plus élevées chez les télétravailleurs que pour les autres salariés. Ainsi, 65 % d'entre eux ont déclaré qu'internet devenait un endroit plus dangereux, contre 54 % pour les autres individus interrogés. Ils sont également 71% à déclarer qu'ils craignaient que les nouveaux objets connectés

(vêtements, appareils ménagers connectés) constituent un danger pour leur vie privée, contre 64 % pour les travailleurs en présentiel. Enfin, plus des deux tiers d'entre eux hésitent à se connecter aux réseaux WiFi publics du fait des risques de sécurité encourus, contre 63 % pour les autres individus interrogés.

## Un changement d'habitudes

Cette anxiété numérique a cependant eu une conséquence positive : une meilleure sensibilisation aux dangers d'internet en matière de sécurité et de vie privée. Près de 80% des salariés ayant travaillé chez eux déclarent que le travail à distance les a sensibilisés aux risques de cybersécurité. 63% d'entre eux admettent, dans l'étude, que leurs inquiétudes relatives à la confidentialité des données a changé leur façon d'utiliser internet, contre 48% pour les autres individus interrogés.

*" Avec le télétravail, les employés ont pu se concentrer sur d'autres aspects de leur vie professionnelle. Ils ont eu davantage de temps pour réfléchir à leur propre fonctionnement, et ont pu mener une réévaluation des cyber-risques dans leur vie quotidienne, poursuit Lee Hadlington, qui a contribué à l'analyse des conclusions de l'étude. Parallèlement, la pandémie a eu pour effet d'isoler les individus. Beaucoup se sont tournés vers la seule chose à laquelle ils avaient accès : internet. Le fait de consacrer davantage de temps à une activité peut conduire à une plus grande perception du risque, et ce phénomène s'accroît lorsque le sujet reçoit des informations négatives ".*

*" Pour se protéger et protéger leur vie privée, les télétravailleurs doivent mettre à jour leurs logiciels et systèmes d'exploitation, s'assurer que leurs appareils personnels sont équipés de logiciels de sécurité, et prendre certaines mesures basiques de protection, conclut Tom Gaffney, consultant en sécurité chez F-Secure. Ils doivent aussi séparer les activités personnelles et professionnelles en ligne. Il leur faut limiter*

*l'utilisation de certains appareils à certaines activités et à certains horaires. C'est ainsi qu'ils peuvent atténuer l'anxiété numérique. "*



À lire aussi

Fatigue, solitude, stress... Ces cadres qui ne veulent plus manager

---

Article écrit par Heloïse Pons