

Insight paper – acoustique

Comment résonne un environnement de travail idéal ?

introduction

Fermez les yeux. Imaginez que vous entrez dans un bureau comme un autre. Partout, des personnes travaillent. Vous entendez des conversations, des appels téléphoniques, des réunions, le bruit des claviers, des échanges près de la machine à café. Tous ces sons font partie de la vie au travail. Mais que se passe-t-il lorsque le bruit des uns commence à perturber le travail des autres ?

Comment doit sonner un environnement de bureau optimal ?

Dans cet 'insight paper', nous explorons cette question de fond. À partir d'études et de l'avis d'experts, nous abordons trois grandes thématiques.

1. performance —

Comment le bruit peut nous gêner, mais aussi nous aider dans l'accomplissement de nos différentes tâches

2. évolution —

De nouvelles activités et technologies transforment l'environnement sonore au travail

3. personnes —

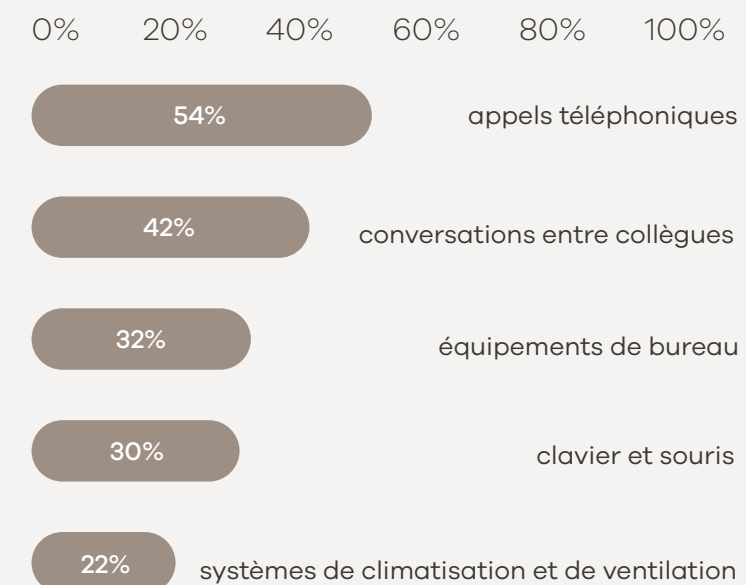
Un environnement acoustique adapté favorise à la fois la productivité et le bien-être



comment le son peut nous gêner et nous aider dans ce que nous faisons

Vous essayez de vous concentrer, mais vous entendez mot pour mot la conversation qui se déroule trois bureaux plus loin. Les études montrent que tous les bruits ne se valent pas. La parole, en particulier, est difficile à ignorer. Le problème ne se résume donc pas au niveau sonore dans les bureaux. Ce qui fait la différence, c'est à quel point les conversations sont intelligibles.

Quels bruits nous dérangent le plus au bureau ?



Dans quelle mesure sommes-nous gênés ?



36% sont fortement gênés par les perturbations acoustiques

50% sont gênés par les perturbations acoustiques

14% sont à peine gênés par les perturbations acoustiques

la parole pose un problème particulier

La parole affecte davantage nos performances cognitives que les autres bruits. Autrement dit : entendre des conversations en arrière-plan est particulièrement gênant lorsqu'il faut réfléchir. Même si la conversation n'a rien à voir avec votre propre tâche, votre cerveau est sollicité malgré nous. La mémoire à court terme et l'attention sont particulièrement touchées.

La professeure Sabine Schlittmeier de la RWTH Aachen University ajoute que les bruits inattendus peuvent automatiquement détourner notre attention de la tâche en cours. Par exemple, lorsqu'un téléphone sonne. Il faut ensuite ramener son attention sur la tâche.

Source : OFFICE ROXX

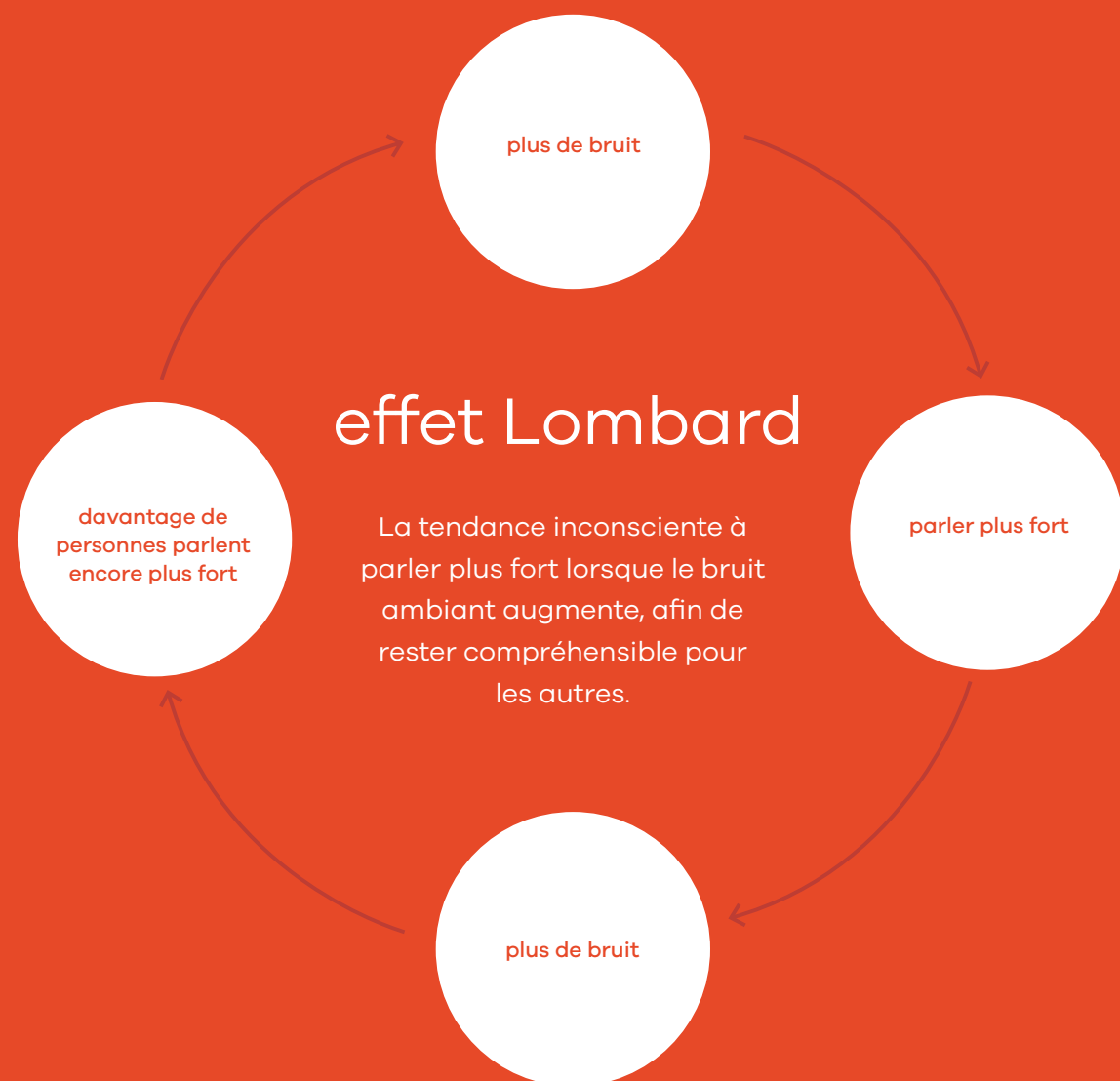
1. performance

moins de bruit n'est pas forcément mieux

Dans l'expérience de Schlittmeier, l'effet négatif sur la mémoire verbale à court terme n'a pas disparu lorsque le niveau d'une parole intelligible a été réduit de 55 à 35 dB(A). En revanche, cet effet diminuait lorsque la parole devenait plus difficile à comprendre.

« Les performances cognitives diminuent effectivement en présence de conversations en arrière-plan. »

Prof. Dr Sabine Schlittmeier, RWTH Aachen University



parfois, davantage de son peut, au contraire, s'avérer bénéfique

Les recherches sur le 'sound masking' montrent qu'un bruit de fond constant et dépourvu d'information peut rendre la parole moins intelligible. La situation acoustique peut ainsi s'améliorer, même si le niveau sonore global augmente en réalité.

[Source](#)

Une autre expérience a abouti à un résultat comparable : dans un environnement acoustique bien conçu, les participants étaient plus satisfaits et moins distraits, alors même que le niveau sonore global était plus élevé en raison du bruit de fond masquant. Dans les deux situations, les conversations provenant des postes de travail voisins restaient la principale source de distraction.

[Source](#)



Que pouvez-vous faire ?

créez des zones de Calme, de Bruit de fond & d'Animation

Nous ne faisons pas tous la même chose toute la journée. Et toutes les activités n'exigent pas la même acoustique. Répartissez votre environnement de travail en zones de Calme, de Bruit de fond et d'Animation. Chaque activité trouve ainsi l'endroit qui lui convient.

calme

se concentrer sans distraction

Lorsque la concentration et une attention prolongée sont nécessaires. Peu de conversations et d'activités audibles.

Écrire, lire, analyser, programmer, préparer, effectuer des tâches administratives.

Des cloisons acoustiques et du mobilier permettent de limiter la propagation des conversations.

Les appels téléphoniques et les conversations confidentielles méritent un espace dédié, par exemple des cabines insonorisées.

animation

de la place pour l'interaction

Là où le son fait partie du travail. Ici, on peut parler, échanger, téléphoner et brainstormer.

Réunions, réunions de projet, appels, réunions en ligne, échange d'idées, collaboration et rencontres.

bruit de fond

travailler avec un fond sonore

On entend que l'on travaille. Un bruit de fond et de brèves conversations sont tout à fait acceptables, sans dominer l'espace.

Travail de bureau quotidien, répondre aux e-mails, planifier, traiter des dossiers, échanger brièvement.



l'environnement sonore au travail évolue

Appels téléphoniques, visioconférences, sons de notification, écouteurs intra-auriculaires et casques font partie du quotidien sonore au bureau. Les technologies vocales et l'IA pourraient y ajouter une nouvelle dimension à mesure que parler avec des chatbots devient plus courant. Une augmentation des interactions vocales doit donc aller de pair avec la possibilité de se concentrer.

la principale source de distraction va-t-elle encore prendre de l'ampleur ?

Le fait que les appels et les conversations constituent une source importante de distraction apporte un nouvel éclairage sur les outils à commande vocale comme l'IA. Aujourd'hui, nous saisissons encore souvent nos questions et nos instructions au clavier. Mais que se passera-t-il si, demain, nous parlons de plus en plus à notre ordinateur ? Et si celui-ci nous répond à voix haute ? La parole pourrait alors prendre une place encore plus importante dans l'environnement de travail.

Nous ne savons pas encore si cela entraînera réellement davantage de perturbations acoustiques. Mais une question pertinente se pose : notre environnement de travail est-il prêt pour une journée où nous ne parlerons plus seulement à nos collègues et à nos clients, mais aussi à des bots et à des agents IA ?



les réunions en ligne nécessitent des espaces bien adaptés

Un appel vidéo n'ajoute pas seulement des conversations et du bruit au bureau. La technologie a également un impact sur nos besoins en matière d'acoustique des espaces. Ainsi, une petite salle de réunion doit également offrir un son de qualité pour les personnes à distance. De plus, les microphones et les assistants IA doivent pouvoir distinguer correctement toutes les personnes présentes afin de garantir la qualité des comptes rendus ou des transcriptions.



problèmes audio lors des visioconférences

bruit de fond

d'écho

intervenants difficiles à comprendre

Les systèmes modernes tentent de résoudre ces problèmes par la technologie, notamment grâce à la réduction du bruit par IA, à la suppression de l'écho et aux microphones à formation de faisceaux (beamforming). Mais une mauvaise acoustique reste une mauvaise acoustique : une réverbération excessive peut même compromettre les performances de bons microphones.

[Source](#)

Y a-t-il suffisamment d'espace pour parler ?

« On attend des collaborateurs qu'ils utilisent des cabines insonorisées pour leurs appels téléphoniques et leurs calls, afin de ne pas déranger les autres. Mais, la plupart du temps, il n'y en a pas assez. Parallèlement, les marathons de visioconférences ont pour effet que les collaborateurs travaillent trop longtemps dans de très petits espaces. Ces deux évolutions contribuent à ce que les gens téléphonent moins et préfèrent travailler davantage chez eux. »

Robert Nehring, OFFICE ROXX

14% → 18%

hausse de l'utilisation de cabines insonorisées de 2024 à 2025, selon OFFICE ROXX

2. évolution

le travail sollicite de plus en plus notre cerveau

La technologie et l'IA prennent en charge un nombre croissant de tâches routinières. Le travail qui reste devient plus complexe et demande davantage de capacités d'analyse et d'esprit critique. La volonté d'accroître la productivité a donc aussi son revers.



Que pouvez-vous faire ?

observez régulièrement ce qui se passe au bureau

Quels espaces sont utilisés pour téléphoner, discuter, travailler avec concentration ou lors de réunions en ligne ? Regardez quelles activités ont lieu simultanément et quelles nouvelles habitudes sont adoptées par une équipe qui arrive. Adaptez votre environnement de travail en conséquence.

ne transformez pas une cabine téléphonique en poste de travail pour toute la journée

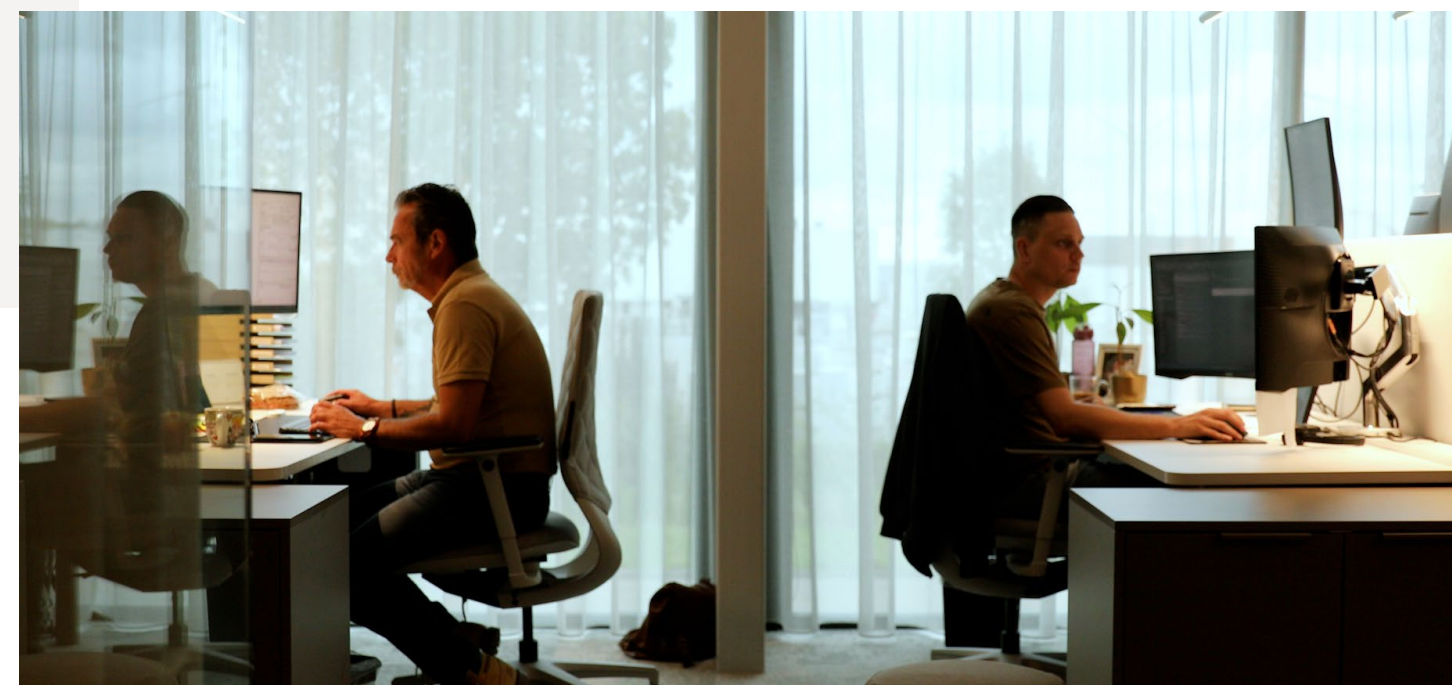
Une cabine est pratique pour un appel, mais pas pour un marathon de visioconférences. Prévoyez également des espaces plus grands où les réunions en ligne de longue durée peuvent se dérouler confortablement.

aménagez l'environnement de travail de manière flexible

Nous ne savons pas encore précisément comment l'IA et les nouvelles technologies vont transformer le bureau. Ne partez donc pas uniquement de notre manière de travailler aujourd'hui. Avec des écrans mobiles, des cabines et du mobilier flexible, vous pouvez adapter les espaces lorsque les habitudes évoluent.

44% — des employeurs s'attendent à ce que
le travail devienne plus complexe

33% — des employeurs s'attendent à une
nouvelle augmentation de la charge mentale



3. personnes

la productivité et le bien-être tirent profit d'un environnement acoustique adapté

Spoiler : il n'existe pas de solution universelle pour l'environnement de travail.

Parfois, nous avons besoin de silence et d'intimité. Parfois, nous devons échanger. Et parfois, un peu d'animation nous donne justement de l'énergie. Ce qui fonctionne varie aussi d'une personne à l'autre. L'intérêt croissant pour la neurodiversité et le bien-être au travail rend les différenciations en matière de besoins sensoriels d'autant plus pertinentes.

bien-être au travail

le bruit ne fait pas que distraire

Le bruit au travail n'influence pas seulement notre concentration. Une étude française menée auprès de salariés établit un lien entre le bruit au travail et la fatigue, l'irritabilité, le stress et l'inconfort auditif. L'acoustique de l'environnement de travail ne touche donc pas seulement la concentration et la productivité, mais aussi la façon dont nous nous sentons pendant et après une journée de travail.

L'inverse est également vrai. Une étude menée auprès de femmes actives atteintes de TDAH montre qu'un excès comme un manque de stimulations sensorielles au travail peuvent poser problème. La solution ne consiste donc pas simplement à rendre le bureau aussi silencieux que possible.

[Source](#)

89%

ressentent de la fatigue, de l'abattement ou de l'irritabilité.

79%

rencontrent des problèmes de concentration.

74%

ressentent du stress.

Parmi les salariés qui subissent souvent des nuisances sonores au travail.

[Source](#)

« Les différences liées au travail, à la personnalité et au comportement jouent un rôle dans la relation entre le bien-être et l'environnement de travail. »

Dr Jan Gerard Hoendervanger, chercheur et consultant en environnement de travail

le Person-Environment Fit

Hoendervanger l'explique à partir de la théorie du Person-Environment Fit : plus l'environnement de travail correspond à l'activité et aux besoins personnels d'un collaborateur, meilleure est l'adéquation ressentie.

Le besoin d'intimité, notamment, joue un rôle important. Lors de tâches complexes dans un environnement de travail ouvert, un décalage apparaît plus rapidement chez les personnes attachées à leur intimité. Un même poste de travail peut donc parfaitement convenir à l'un et ne pas convenir du tout à l'autre.

[Source](#)

3. mensen

adapter, ça paie

Dans le Benchmark Nederlandse Werkomgeving BNW 2026, des experts soulignent que l'aménagement d'un environnement de travail nécessite un ajustement individualisé entre l'organisation et les collaborateurs.

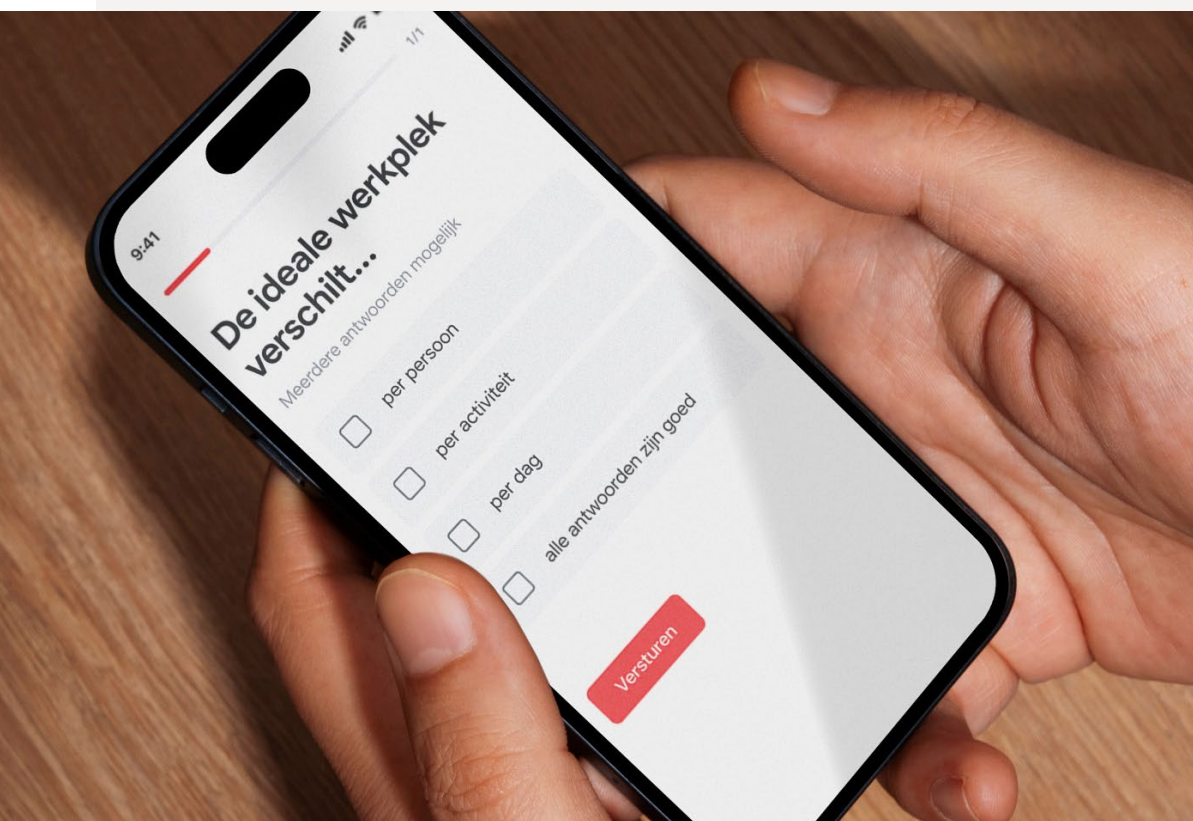
« Si vous voulez créer un environnement de travail qui fonctionne réellement, vous devez comprendre les besoins des collaborateurs. Ceux-ci découlent en partie du travail, mais aussi de la personnalité et des préférences. »

Theo van der Voordt
Maître de conférences émérite en Corporate Real Estate & Facilities Management



« Le concept ne fonctionne que si les utilisateurs s'y reconnaissent. »

Bernadette Nooij
Enseignante en sciences de l'administration et des organisations à la Vrije Universiteit Amsterdam



concevoir pour offrir du choix

Aujourd'hui, un collaborateur peut avoir besoin de calme et demain vouloir collaborer. Une personne facilement distraite par les conversations peut, pour un autre type de tâche, une personne facilement distraite par les conversations peut, pour un autre type de tâche, apprécier un environnement plus animé. Les besoins varient également fortement au sein des groupes de collaborateurs neurodivergents.

Il vaut donc mieux concevoir en fonction des choix individuels plutôt qu'en fonction d'un employé moyen imaginaire. Plusieurs études s'accordent sur un point : il est recommandé de donner aux collaborateurs davantage de contrôle sur leur environnement de travail physique.

3. personnes

Que pouvez-vous faire ?

offrez du choix, pas une solution standard

Veillez à ce que les collaborateurs puissent choisir entre des espaces calmes, modérément animés et actifs. Nous ne travaillons pas tous au mieux dans les mêmes conditions.

facilitez le changement de poste ou espace de travail

Le choix a peu de valeur si l'espace calme se trouve trois étages plus loin ou s'il est toujours occupé. Les différentes zones acoustiques doivent être réellement utilisables et accessibles.

demandez aux collaborateurs comment ils perçoivent leur environnement sonore

Une mesure du bruit ne raconte pas toute l'histoire. Demandez aux collaborateurs où ils sont distraits, où ils travaillent agréablement et ce qui leur manque. Ces informations sont à portée de main.

pensez en termes de Calme, Bruit de fond et Animation

Regroupez les activités ayant des besoins acoustiques similaires. Du Calme pour le travail concentré, du Bruit de fond pour le travail quotidien avec un peu de son ambiant et de l'Animation pour collaborer et se rencontrer.

rendez les ajustements possibles

Des écrans, du mobilier mobile, des cabines et un plan d'aménagement flexible permettent de modifier l'équilibre lorsque les besoins évoluent.

scénario pratique : Velmora Works

09 h 08

Nous sommes mardi matin. Environ soixante personnes travaillent au bureau.

Sofia essaie de finaliser une proposition. Deux bureaux plus loin, Thomas participe à une réunion Teams. Il porte un casque et ne se rend pas compte qu'il parle de plus en plus fort. De l'autre côté de l'allée, trois collègues discutent d'un projet. Pendant ce temps, Samir se dirige vers une cabine téléphonique avec son ordinateur portable. Occupée.

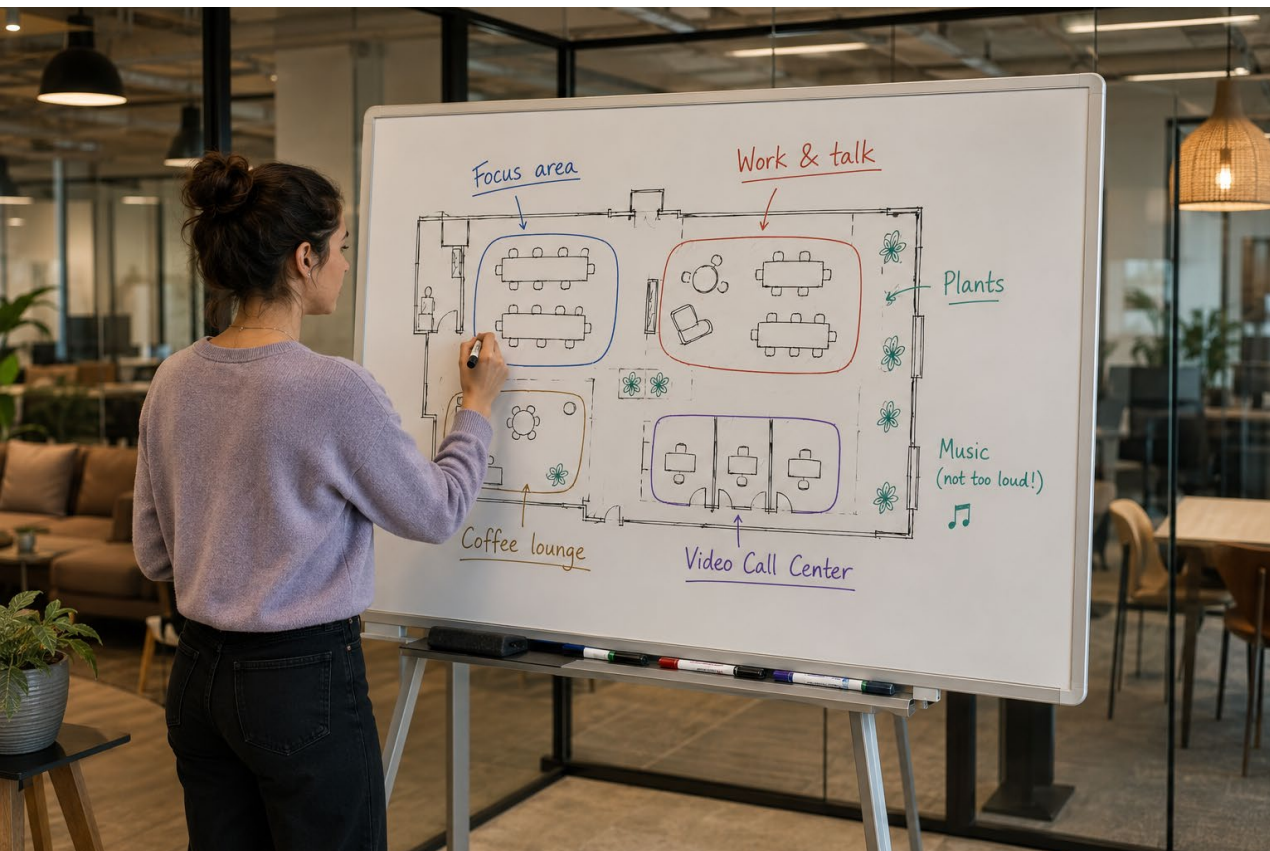
Sofia met son casque à réduction de bruit.

11 h 00

Thomas a son prochain appel vidéo. La petite cabine téléphonique est désormais libre, il s'y installe donc. Une heure et demie plus tard, il en ressort. Son rendez-vous suivant commence dans dix minutes. Il décide de rester à son bureau.

Emma, elle, recherche justement un peu de convivialité. Dans la zone silencieuse, elle se sent isolée de ses collègues. Elle travaille mieux lorsqu'il y a un peu de mouvement et de bruit de fond autour d'elle. Mais pas trop, sinon elle se laisse distraire. Quatre collègues. Le même environnement de travail. Des activités différentes et des besoins différents.





14 h 15

Les RH et l'équipe Facilities discutent des plaintes liées au bruit. Depuis quelque temps, ils réfléchissent à des panneaux acoustiques. Peut-être en faut-il davantage. Quelqu'un suggère de meilleurs casques. Ou peut-être des cabines téléphoniques supplémentaires ?

Après avoir observé pendant une semaine où les collègues travaillent, ce qu'ils y font et à quels moments les problèmes apparaissent, ils remarquent autre chose.

« En réalité, notre bureau n'est pas constamment trop bruyant. Le bruit se trouve surtout au mauvais endroit. »

Aux heures de pointe, appels vidéo, échanges informels et travail concentré ont lieu côte à côte. Les cabines téléphoniques sont pleines, tandis que d'autres espaces sont à peine utilisés. Et la plupart des personnes restent au même endroit, quelle que soit l'activité qu'elles vont effectuer.

la solution

Au lieu d'essayer de rendre tout le bureau plus silencieux, l'aménagement est adapté.

Une zone calme clairement identifiée pour le travail nécessitant de la concentration.

D'autres postes de travail ont besoin de davantage de vie : une musique de fond y est désormais diffusée.

Réunions, appels téléphoniques et visioconférences ? Désormais dans des espaces où ils ne dérangent pas les autres.

Le mobilier et les écrans acoustiques sont déplacés.

La salle de présentation, qui n'était utilisée que deux fois par semaine, est désormais aménagée pour les appels vidéo de longue durée.

pourquoi cela fonctionne pour toute l'équipe

Thomas peut parler normalement. Emma n'est pas obligée de travailler dans le silence d'une bibliothèque. Samir dispose d'un endroit adapté pour son appel. Et Sofia n'a pas besoin de mettre un casque pour terminer une proposition.

La première évaluation avec l'équipe est prévue le mois prochain.

Ce scénario pratique est un exemple fictif, basé sur des expériences issues d'environnements de travail.



pour conclure

avoir le choix sonne toujours juste

L'environnement de travail idéal n'est pas totalement silencieux partout. Parfois, nous avons besoin de calme et d'intimité, parfois un bruit de fond est acceptable et parfois l'animation fait tout simplement partie du travail.

Le défi consiste à faire coexister ces différents besoins. Pour que chacun puisse choisir un endroit adapté à son activité et à sa manière de travailler. Une bonne acoustique ne consiste pas à réduire le bruit à tout prix, mais à avoir le bon son au bon endroit.

inutile de penser tout de suite aux travaux

Pas besoin de déplacer immédiatement des murs. Avec le bon aménagement, des éléments de décoration adaptés, des écrans acoustiques et des cabines, vous pouvez mieux répartir le calme, le bruit de fond et l'animation dans l'environnement de travail.

l'environnement de travail parfait n'existe pas

Parce que le travail et les besoins continuent d'évoluer, un aménagement n'est en réalité jamais permanent. Avec du mobilier flexible, vous pouvez tester différentes solutions, les adapter et les réutiliser. Les données et les retours des utilisateurs fournissent des informations qui permettent d'ajuster l'aménagement. Ne considérez pas l'acoustique comme un projet ponctuel : continuez à l'adapter aux besoins de votre organisation.

améliorez l'acoustique sans investir

Avec le mobilier en location d'Alvero, vous adaptez l'environnement de travail dès que le travail ou l'équipe l'exige. Aussi souvent que nécessaire. Votre bureau continue ainsi d'évoluer avec vous.



« La location permet de tester les solutions acoustiques et de les adapter aux besoins des équipes. »

« Nous accompagnons souvent des clients qui souhaitent améliorer le confort acoustique de leur open space et offrir des espaces plus intimes aux collaborateurs. La location leur permet de tester une cabine insonorisée pour vérifier si sa taille, son équipement et son emplacement conviennent. Un client au Luxembourg était très satisfait de sa nouvelle cabine, mais souhaitait revoir son emplacement. Nous lui avons proposé de venir à deux pour la réinstaller selon ses nouveaux plans, en six heures maximum.

Nous constatons aussi une envie de s'isoler dans des espaces confortables, sans se sentir enfermé. Cela peut passer par des panneaux transparents plutôt qu'opaques, mais aussi par des tapis, des plantes ou des cloisons mobiles pour compléter l'aménagement. L'essentiel est de tester avec les collaborateurs les solutions adaptées à leurs activités quotidiennes, puis de faire évoluer les espaces selon leurs besoins. »

Sylvie Tache
Administration des ventes, Alvero

à propos d'Alvero

Alvero est une entreprise de location de mobilier de bureau implantée aux Pays-Bas, en France, en Belgique et en Allemagne. Depuis 1986, l'entreprise croit à l'usage plutôt qu'à la possession : un environnement de travail qui évolue avec vous. D'un bureau pour une journée à l'aménagement complet de bureaux pour plusieurs années.

Des questions sur cet insight paper ?

Contactez Valérie Combrun
valerie.combrun@alvero.fr

Parlons de votre environnement de travail ou bureau ?



E-mail : info@alvero.fr
Tél. : +33 1 82 82 13 91
Web : alvero.fr

sources

Benchmark Nederlandse Werkomgeving (BNW) (2026). Benchmark Nederlandse Werkomgeving 2026.

[BNW Index – Benchmark Nederlandse Werkomgeving](#)

Hoendervanger, J. G., Van Yperen, N. W., Mobach, M. P. & Albers, C. J. (2019). Perceived fit in activity-based work environments and its impact on satisfaction and performance. Journal of Environmental Psychology, 65, 101339.

[Publicatie via Rijksuniversiteit Groningen](#)

Hoendervanger, J. G., Van Yperen, N. W., Mobach, M. P. & Albers, C. J. (2022). Perceived Fit and User Behavior in Activity-Based Work Environments. Environment and Behavior, 54(1), 143–169.

[Publicatie via DOI](#)

TNO (2024). Werkgevers Enquête Arbeid 2024 (WEA).

[TNO – Werkgevers Enquête Arbeid](#)

OFFICE ROXX (2025). Raumakustik 2025. Enquête onder 457 Duitse kantoormedewerkers naar akoestische verstoringen in de werkomgeving.

Schlittmeier, S. J., Hellbrück, J., Thaden, R. & Vorländer, M. (2008). The impact of background speech varying in intelligibility: effects on cognitive performance and perceived disturbance. Ergonomics, 51(5), 719–736.

[Publicatie via PubMed](#)

Schreuer, N. & Dorot, R. (2017). Experiences of employed women with attention deficit hyperactive disorder: A phenomenological study. Work, 56(3), 429–441.

[Publicatie via DOI](#)

Weber, C., Krieger, B., Häne, E., Yarker, J. & McDowall, A. (2024). Physical workplace adjustments to support neurodivergent workers: A systematic review. Applied Psychology, 73(3), 910–962.

[Publicatie via DOI](#)

Lombard Effect and Group Speech: Adapting Our Voices to Ambient Noise.

[Audiocare – Lombard Effect and Group Speech](#)

Association Nationale de l'Audition (ANA) / Ifop (2025). Bruit, santé auditive et qualité de vie au travail – Vague 9, édition 2025.

[Association Nationale de l'Audition – onderzoek 2025](#)