

VIAVOICE

ENQUÊTE SANTÉ MENTALE - AVOCATS

PRÉSENTATION
AVRIL 2026



THOMAS GENTY
Directeur de clientèle
tg@institut-viavoice.com



Interviews effectuées du 6 au 27 janvier 2026.



Auprès d'un **échantillon de 6 083 avocat(e)s interrogé(e)s en ligne.**



L'enquête a été réalisée via l'envoi d'email à partir d'un fichier de 79 032 contacts fournis par le CNB (soit un taux de retour de 8%).

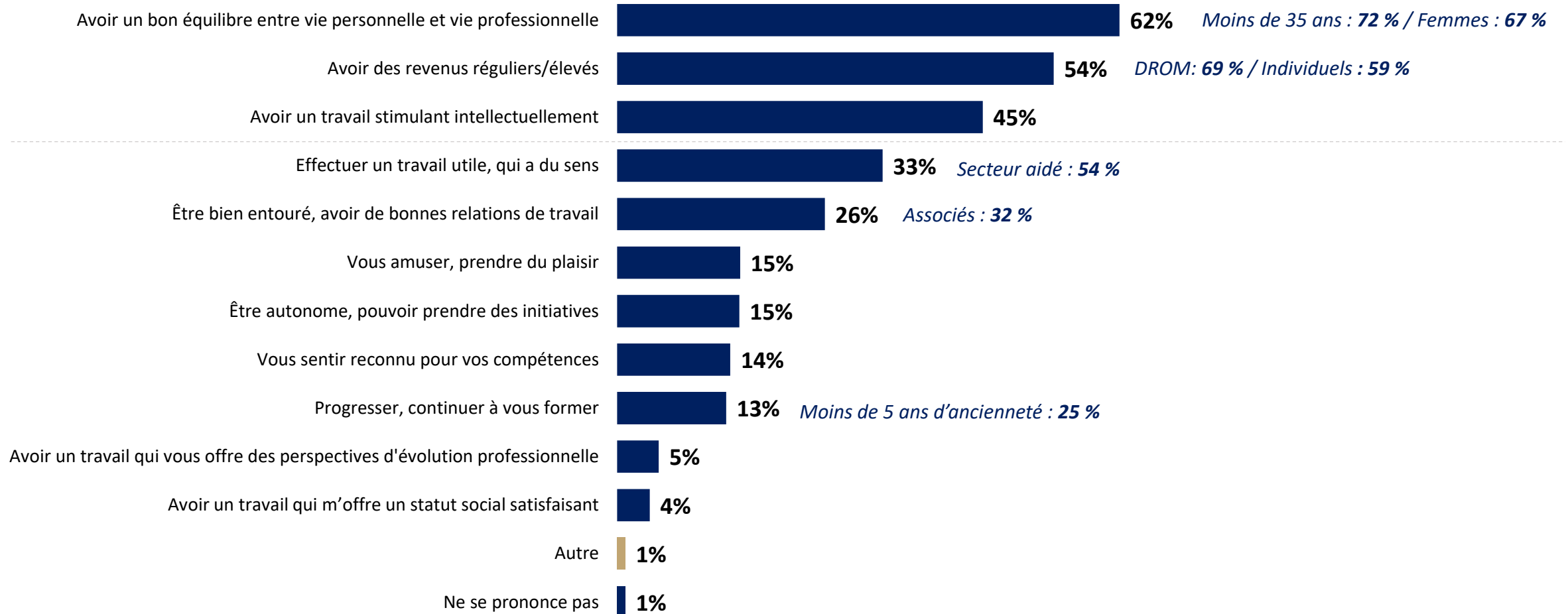
Cet échantillon a été redressé sur les critères : sexe, ancienneté, région, mode d'exercice par taille de barreau

Les rappels mentionnés dans ce rapport sont issus de la dernière édition de l'enquête emploi menée par Viavoice pour le CNB en mai 2024.

Afin de faciliter la lecture des enseignements, l'ordre de présentation des questions dans le rapport est différent de celui du questionnaire conçu pour l'enquête.

Quelles sont vos principales attentes à l'égard de votre vie professionnelle ?

Base : ensemble (6083 personnes). 3 réponses possibles, total supérieur à 100%.



De manière générale, êtes-vous satisfait(e) de votre qualité de vie au travail / de vos conditions de travail ?

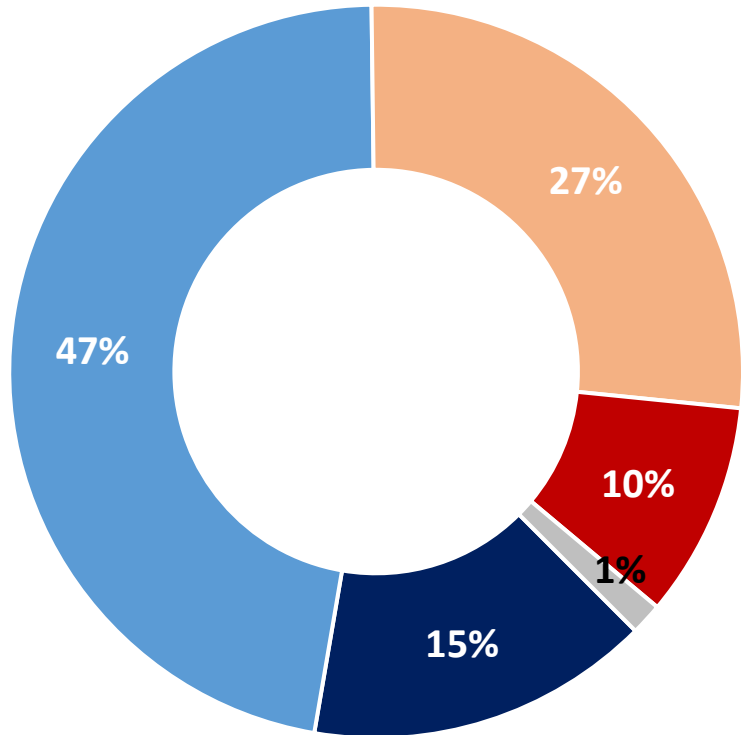
Base : ensemble (6083 personnes)

■ Oui tout à fait ■ Oui plutôt ■ Non plutôt pas ■ Non pas du tout ■ Ne se prononce pas

Satisfaits
62%
- 4 pts

Activité en développement : **71 %**
Ont une clientèle de professionnels : **65 %**

Associés : **67 %**
Collaborateurs : **62 %**
Individuels : **58 %**



Insatisfaits
37%
+ 5 pts

Individuels : **41 %**
Activité en recul : **59 %**

Hommes : **18 %** VS Femmes : **13 %**

De manière générale, êtes-vous satisfait(e) de votre équilibre vie professionnelle / vie personnelle ?

Base : ensemble (6083 personnes)

■ Oui tout à fait ■ Oui plutôt ■ Non plutôt pas ■ Non pas du tout ■ Ne se prononce pas

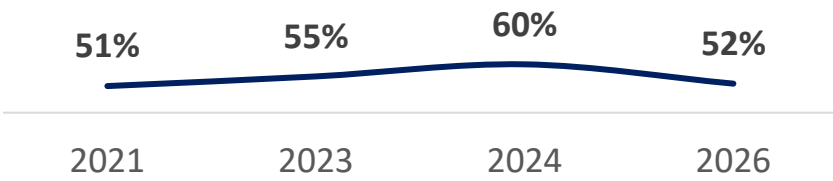
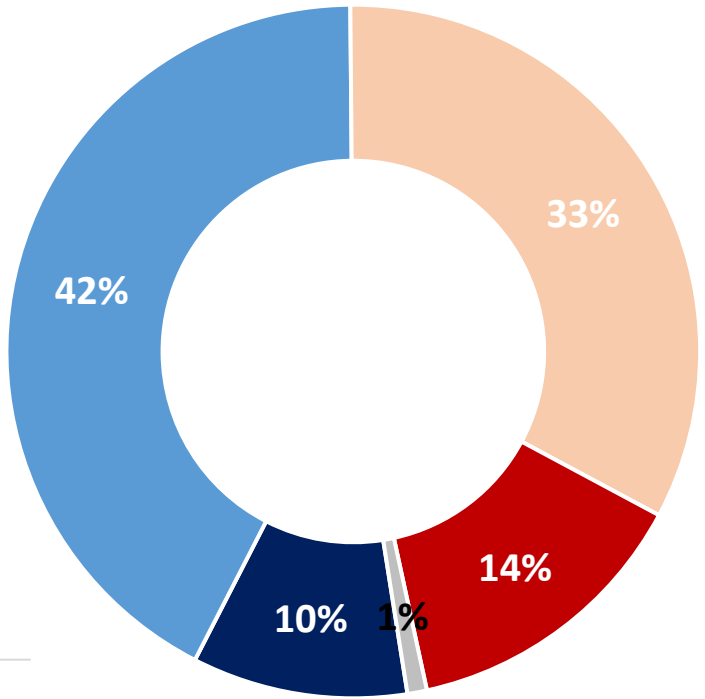
Satisfaits
52%
- 8 pts

Associés : 54 %
Individuels : 54 %
Collaborateurs : 50 %

Hommes : 55 % VS Femmes : 51 %

Insatisfaits
47%
+ 8 pts

Collaborateurs libéraux : 50 %
Activité en recul : 56 %
Secteur aidé : 53 %
Contentieux : 49 %



La santé mentale des avocats apparaît plus fragilisée encore que leur santé physique

De façon générale, comment évalueriez-vous...
1 correspond à une très mauvaise condition physique / santé mentale et 10 à une excellente condition physique / santé mentale.

Base : ensemble (6083 personnes)

■ 1 à 4 ■ 5 à 6 ■ 7 à 8 ■ 9 à 10 ■ Ne se prononce pas

Moyenne

Votre condition physique actuelle



6,2

Votre état de santé mentale aujourd'hui



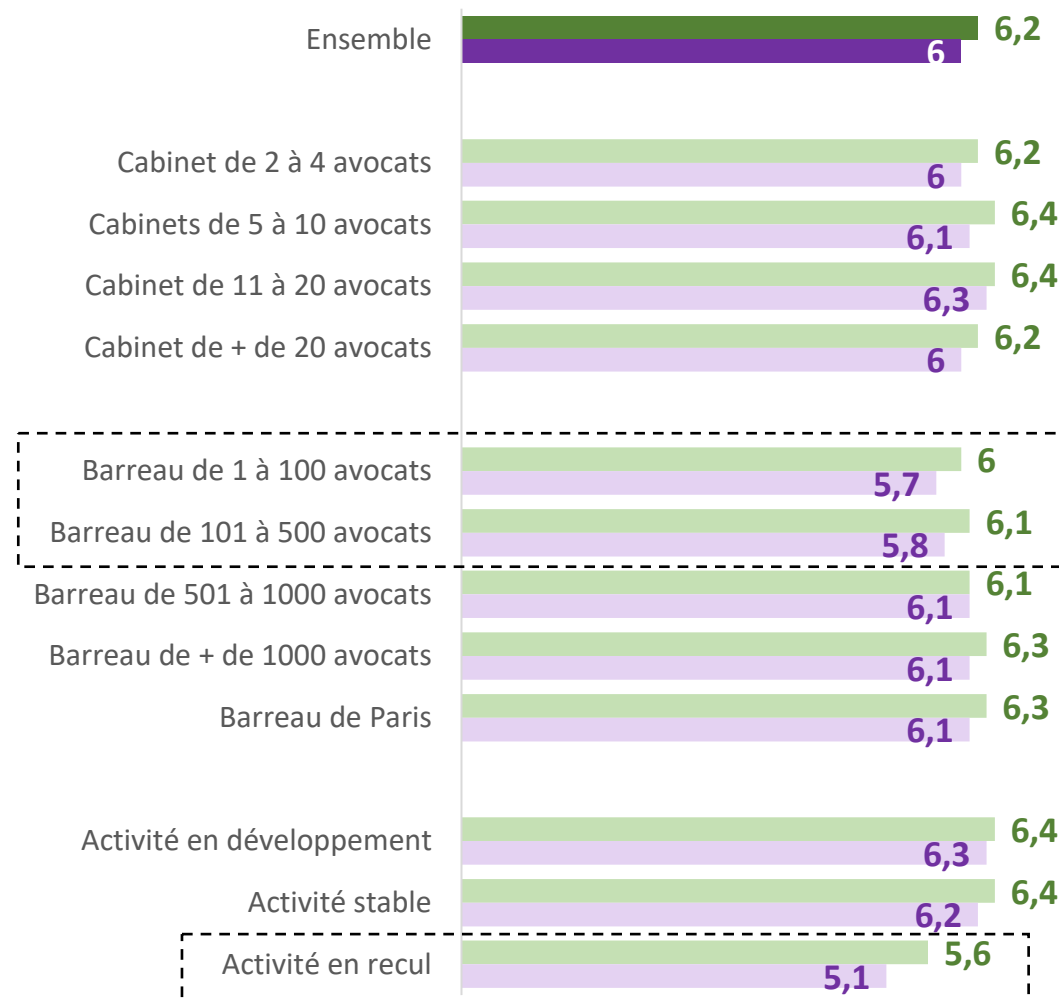
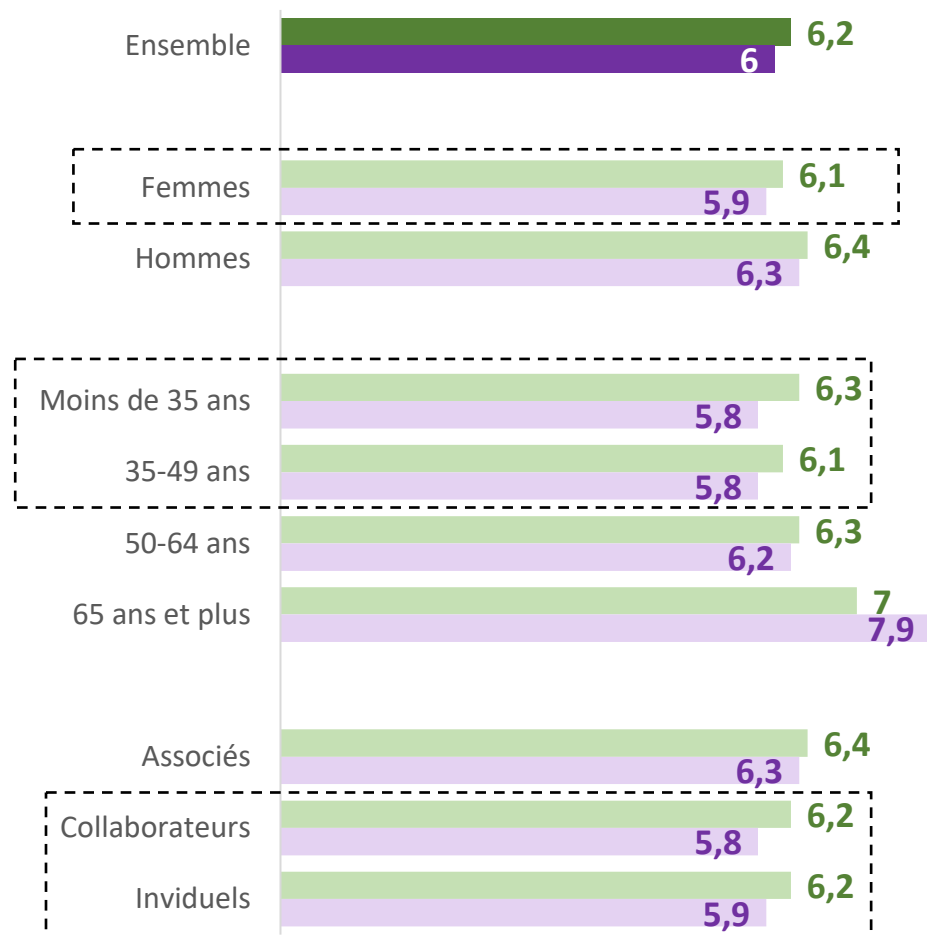
6

MOYENNE

1 correspond à une très mauvaise condition physique / santé mentale et 10 à une excellente condition physique / santé mentale.

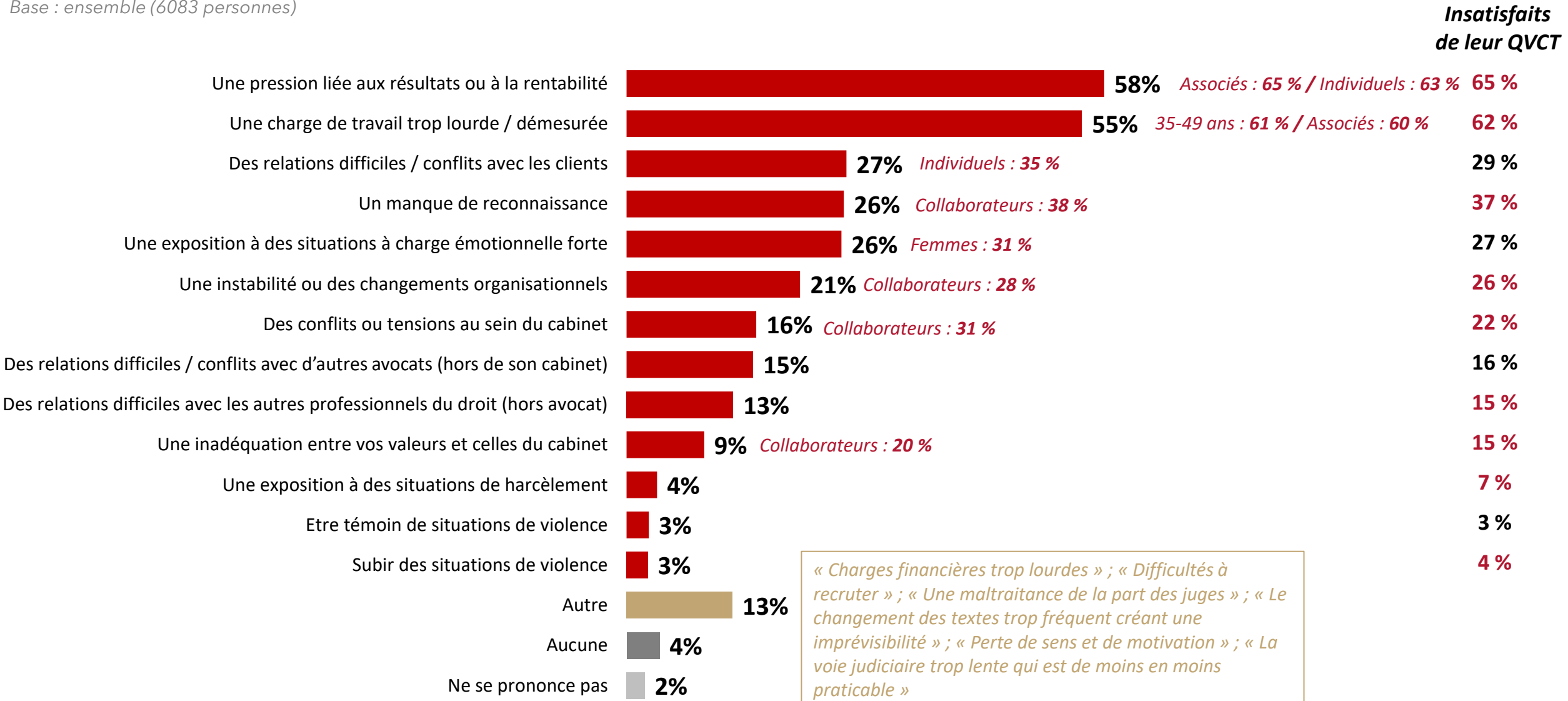
● Santé physique

● Santé mentale



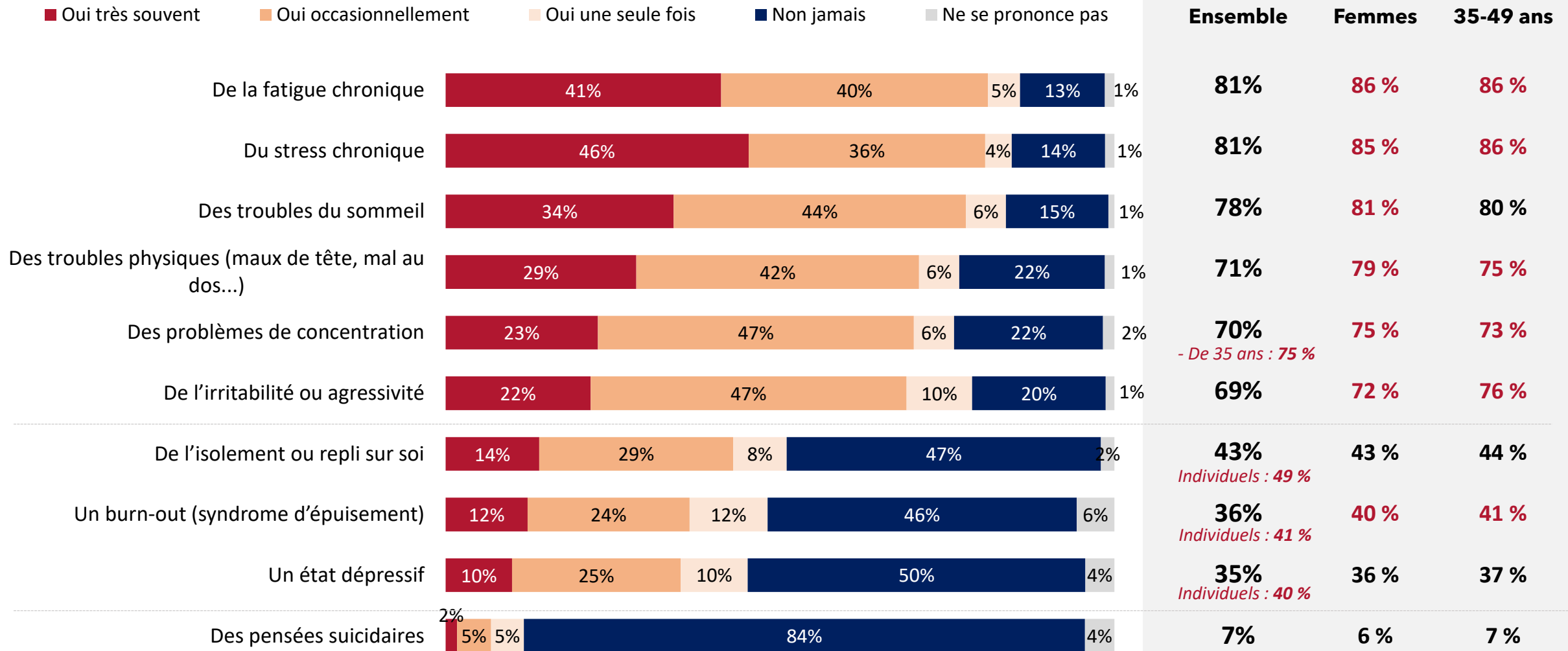
Parmi les éléments suivants, quels sont ceux qui nuisent actuellement le plus à votre bien-être au travail et votre santé mentale ?

Base : ensemble (6083 personnes)



Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà ressenti à cause de votre activité d'avocat(e)...

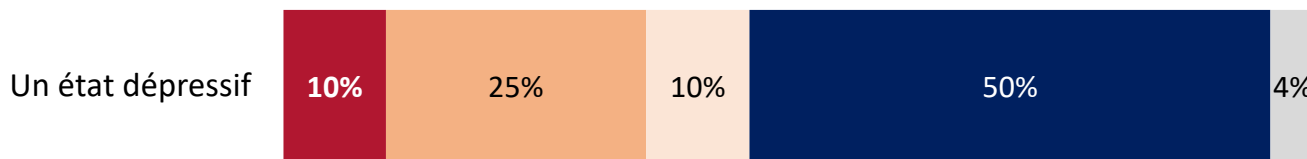
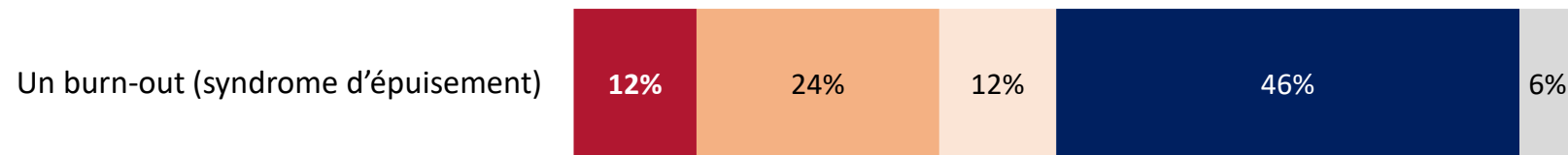
Base : ensemble (6083 personnes)



Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà ressenti à cause de votre activité d'avocat(e)...

Base : ensemble (6083 personnes)

■ Oui très souvent ■ Oui occasionnellement ■ Oui une seule fois ■ Non jamais ■ Ne se prononce pas



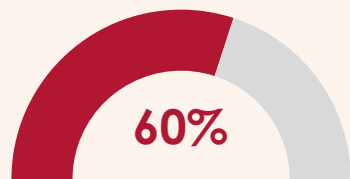
« Au moins une fois »

	Ensemble	Individuel	Activité en recul
	48%	52%	60%
	<i>Femmes : 52%</i>		<i>35-49 ans : 52%</i>
	46%	49%	62%
	<i>5 à 9 ans d'ancienneté : 51%</i>		
	<i>Barreaux de 1-100 avocats : 17%</i>		
	<i>5 à 9 ans d'ancienneté : 14%</i>		
	12%	13%	21%

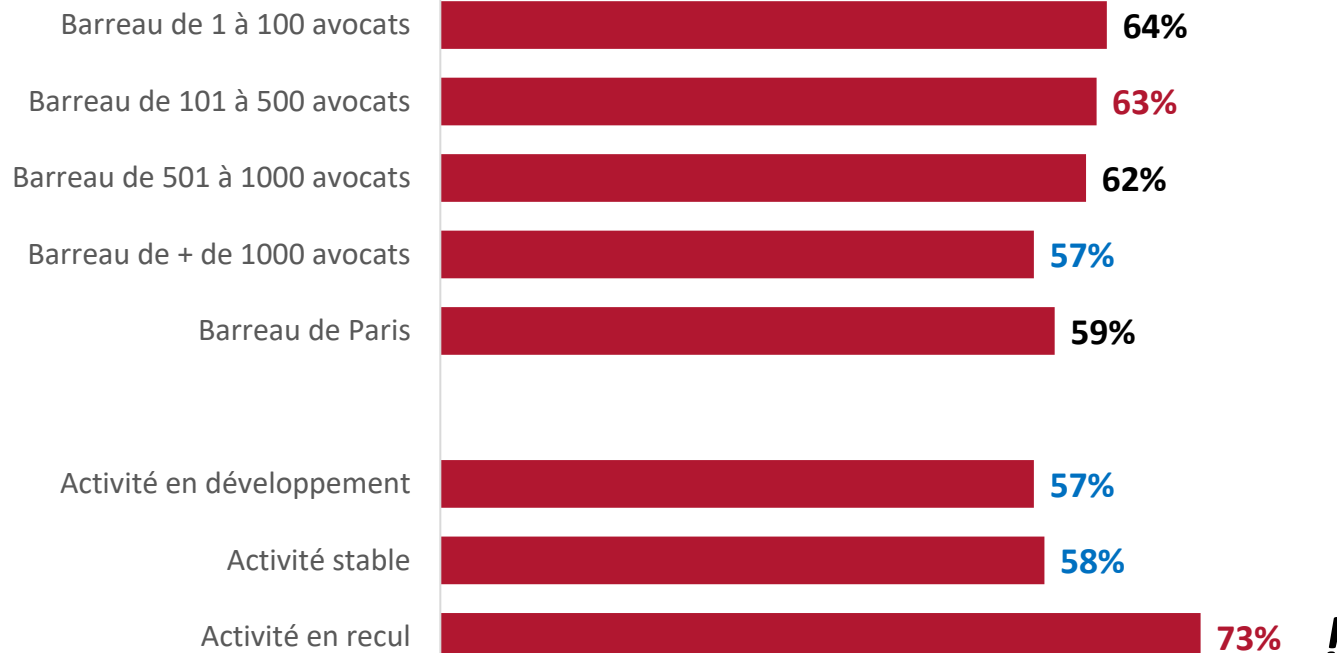
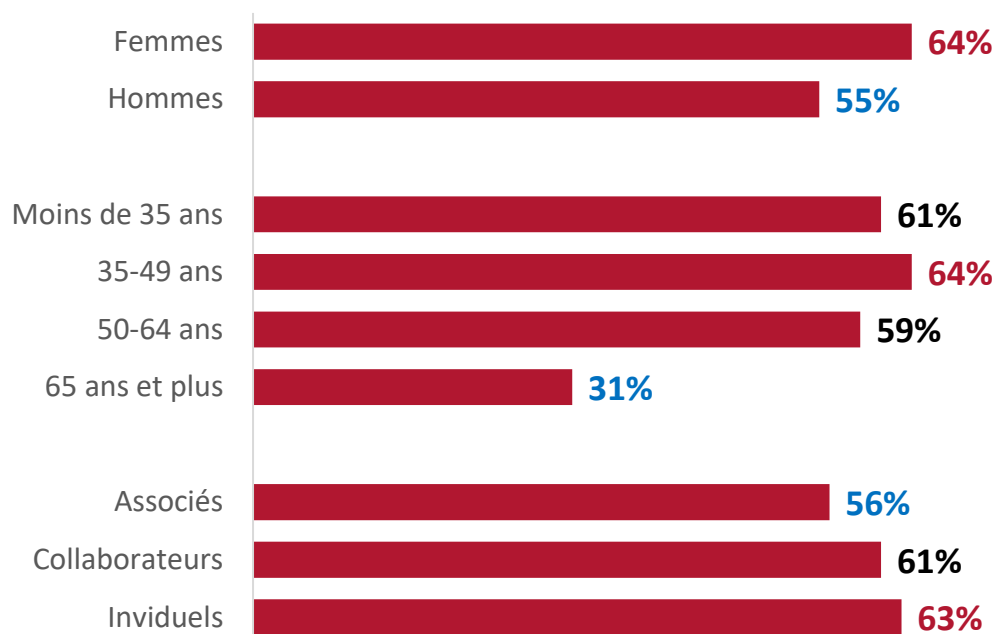
Prévalence pensées suicidaires en France au cours des 12 derniers mois en 2024* : **5,2%**
 Données Baromètre de Santé publique France 2024 – 18-79 ans

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà ressenti à cause de votre activité d'avocat(e)...

Base : ensemble (6083 personnes)

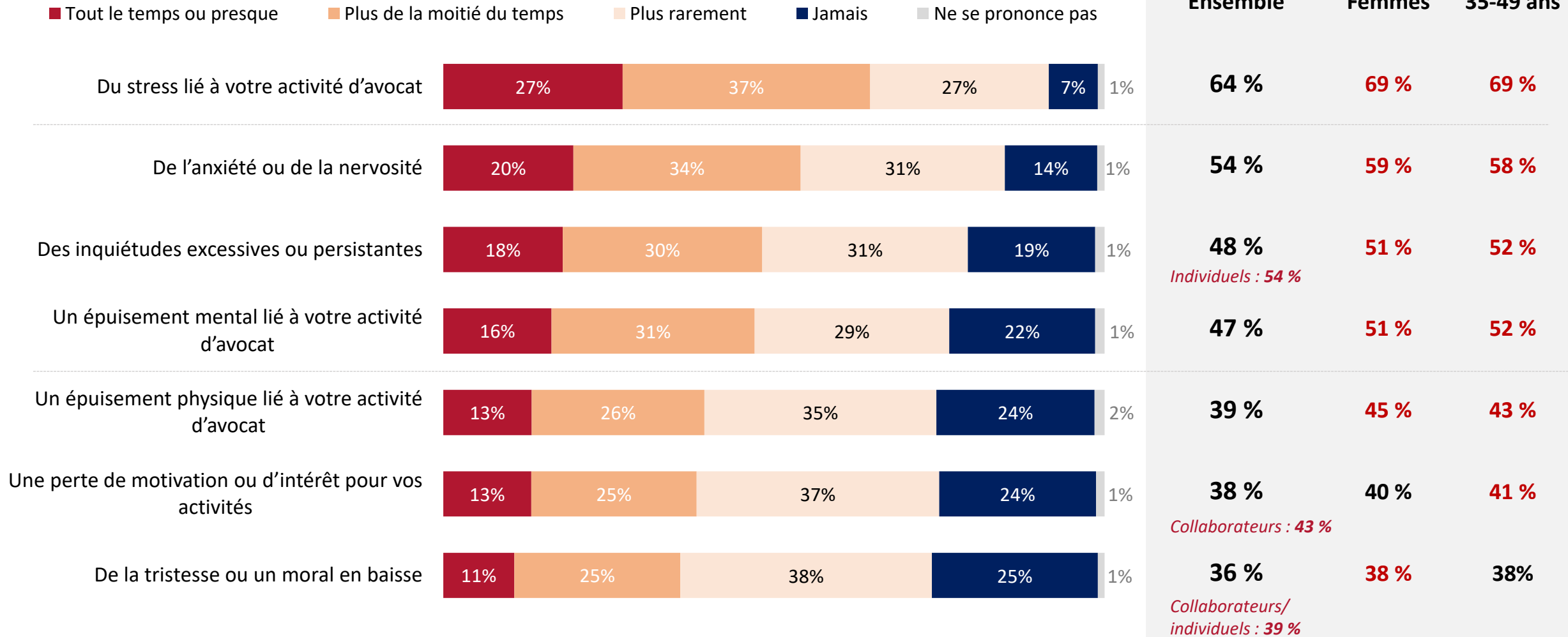


**Ressenti « Au moins 1 fois » :
Burn out ou Etat dépressif ou Pensées suicidaires**



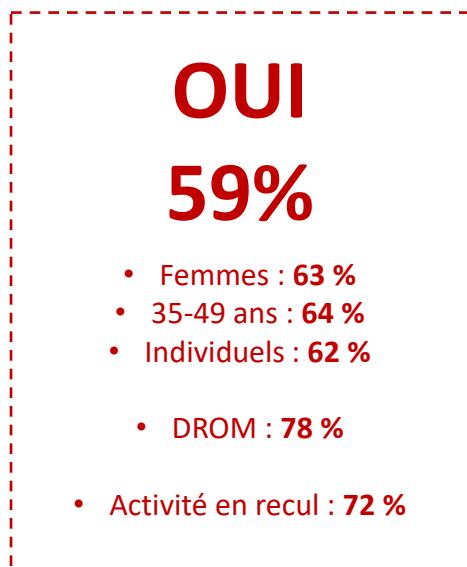
Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous ressenti un mal-être psychologique et plus précisément...

Base : ensemble (6083 personnes)

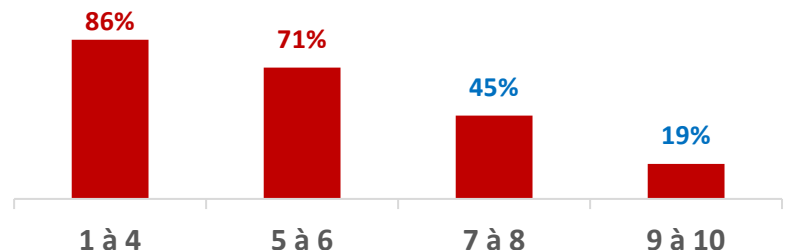


Au cours des 12 derniers mois, votre état de santé mentale a-t-il eu des conséquences professionnelles ?

Base : ensemble (6083 personnes)



Selon les notes données à l'état de santé mentale (oui)



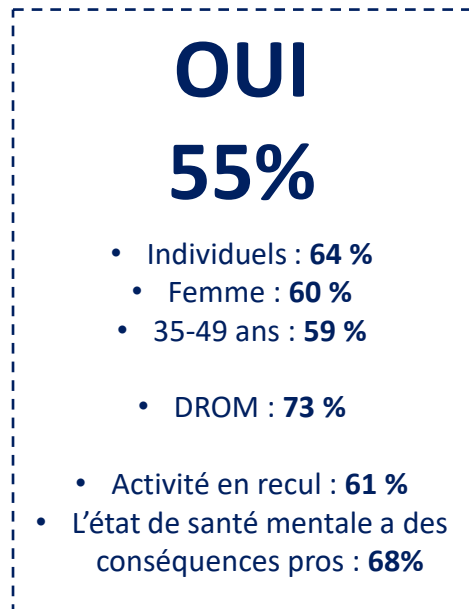
Détails

Plusieurs réponses possibles

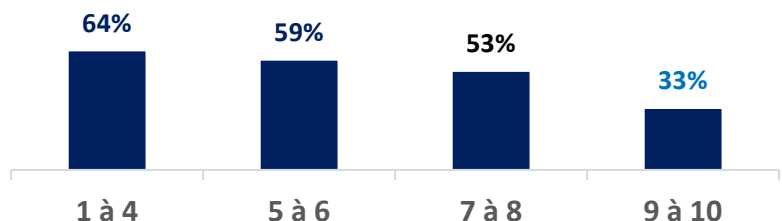
Des difficultés à respecter les délais ou à traiter les dossiers	38%	Femmes : 41 % / 35-49 ans : 44 % / Individuels : 42 %
Une diminution de la qualité du travail rendu	27%	Collaborateurs : 33 %
Un renoncement à des opportunités professionnelles (formation, évolution, association...)	14%	Individuels : 18 % Femmes : 16 % Activité en recul : 21 %
Un isolement social ou un retrait des activités collectives du cabinet	14%	Collaborateurs : 17 % Cabinets de plus de 20 avocats : 21 %
Des conflits répétés avec des collègues, associés ou clients	7%	Activité en recul : 10 % Collaborateurs : 9 %
Une absence prolongée ou répétée	4%	Activité en recul : 8 %
Une autre conséquence	5%	« Une perte du chiffre d'affaires » ; « Manque de motivation » ; « Désir de quitter la profession » ; « Retard administratif et facturation »...

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous modifié votre organisation de travail en raison de problèmes de stress, anxiété ou épuisement professionnel ?

Base : ensemble (6083 personnes)

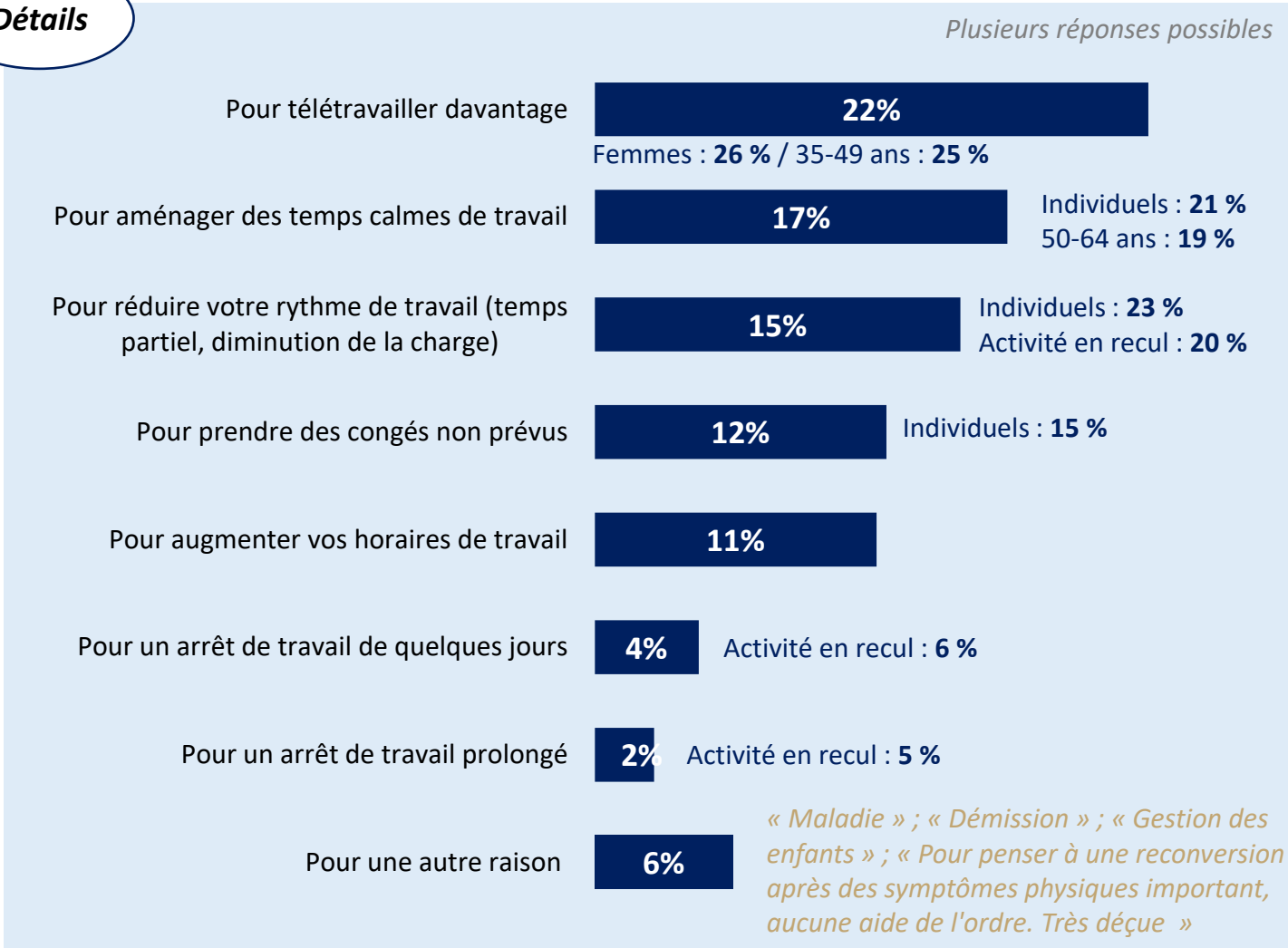


Selon les notes données à l'état de santé mentale (oui)



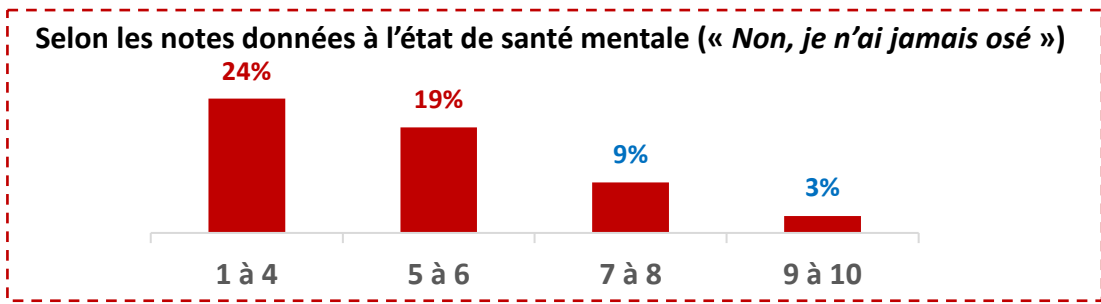
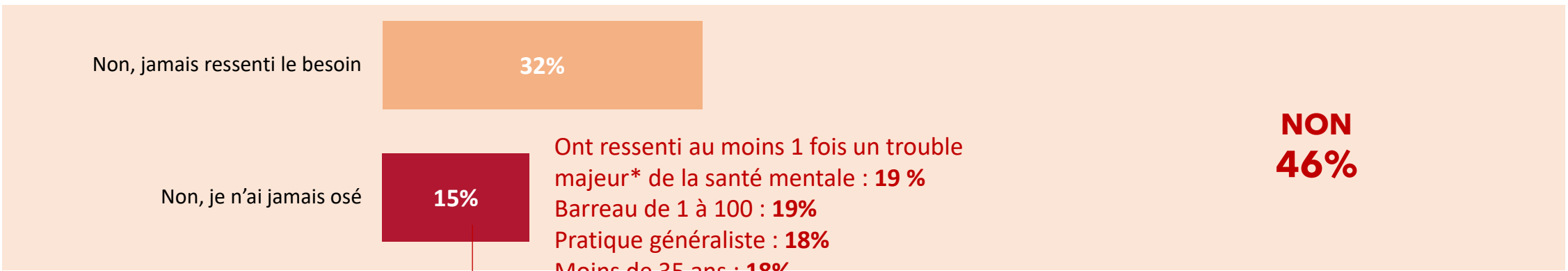
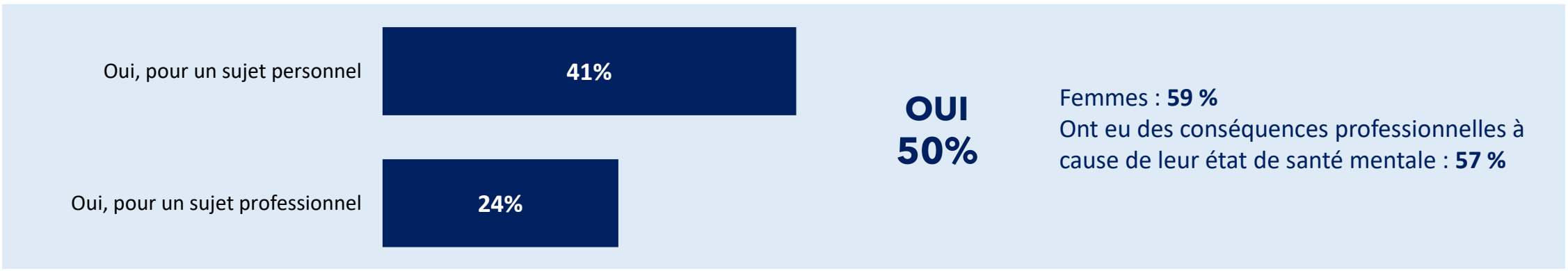
Détails

Plusieurs réponses possibles



Avez-vous déjà consulté un professionnel de santé mentale (psychologue, psychiatre, ...) ?

Base : ensemble (6083 personnes). Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%.



* Pensées suicidaires, état dépressif, burnout

PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS

UN ÉQUILIBRE VIE PRO/VIE PERSO PRÉCAIRE

Seuls 52% (-8) des avocats se disent satisfaits de leur équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle, alors qu'il s'agit de **la première attente exprimée par les avocats**.

UNE SANTÉ MENTALE PRÉOCCUPANTE, VOIRE ALARMANTE

25% des avocats attribue à sa santé mentale une note comprise entre 1 et 4/10.

- La charge de travail et la pression à la rentabilité arrivent très largement en tête **des facteurs de fragilisation**.
- Peuvent s'y ajoutent des conflits avec des clients, le manque de reconnaissance et des situations émotionnellement fortes.

Les troubles psychiques sont massivement répandus, en particulier ceux liés à la fatigue, au stress et aux troubles du sommeil. **60% évoquent un épisode de burnout, un état dépressif ou des pensées suicidaires dans l'année.**

DES PUBLICS PARTICULIÈREMENT EXPOSÉS

Certains profils apparaissent plus vulnérables : les femmes, les individuels, les collaborateurs, les 35–49 ans (période d'association, de forte charge professionnelle et de parentalité), les avocats dont l'activité est en recul (qui représentent 15% de la profession).

DES CONSÉQUENCES DIRECTES SUR L'EXERCICE PROFESSIONNEL

Ces troubles ne sont pas sans impact sur la pratique : 59% déclarent des conséquences professionnelles non souhaitées (retard, qualité moindre, renoncement à des opportunités...) et 55% en modifient leur organisation de travail.

UNE RÉTICENCE À TROUVER DE L'AIDE

Malgré ce tableau préoccupant, **seul 50% des avocats ont déjà consulté un professionnel de santé mentale**. Surtout, **15% déclarent ne pas oser consulter**, une proportion encore plus élevée parmi ceux ayant connu un trouble majeur (burnout, dépression, pensées suicidaires) (19%)



VIAVOICE

**Études conseil stratégie
pour l'avenir des entreprises et des institutions**

Les récentes études d'opinion Viavoice réalisées pour
HEC, Idinvest Partners, Harmonie Mutuelle, *Libération*, *Le Monde*, *Le Figaro*, *Les Échos* et France Inter
sont consultables sur www.institut-viavoice.com
9, rue Huysmans, 75 006 Paris. + 33 (0)1 40 54 13 90. Viavoice est une SAS indépendante.