

VIA VOICE

ENQUÊTE SANTÉ MENTALE - AVOCATS

PRÉSENTATION
JANVIER 2026



THOMAS GENTY
Directeur de clientèle
tg@institut-viavoice.com
Tel : +33(0)1 40 54 13 70

ELISE CATHALA
Consultante
ec@institut-viavoice.com
Tel : +33(0) 1 40 54 13 76

MANON DE BANIÈRES
Chargée d'études
mdb@institut-viavoice.com
Tel : +33(0) 1 40 54 13 74



Interviews effectuées du 6 au 27 janvier 2026.



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



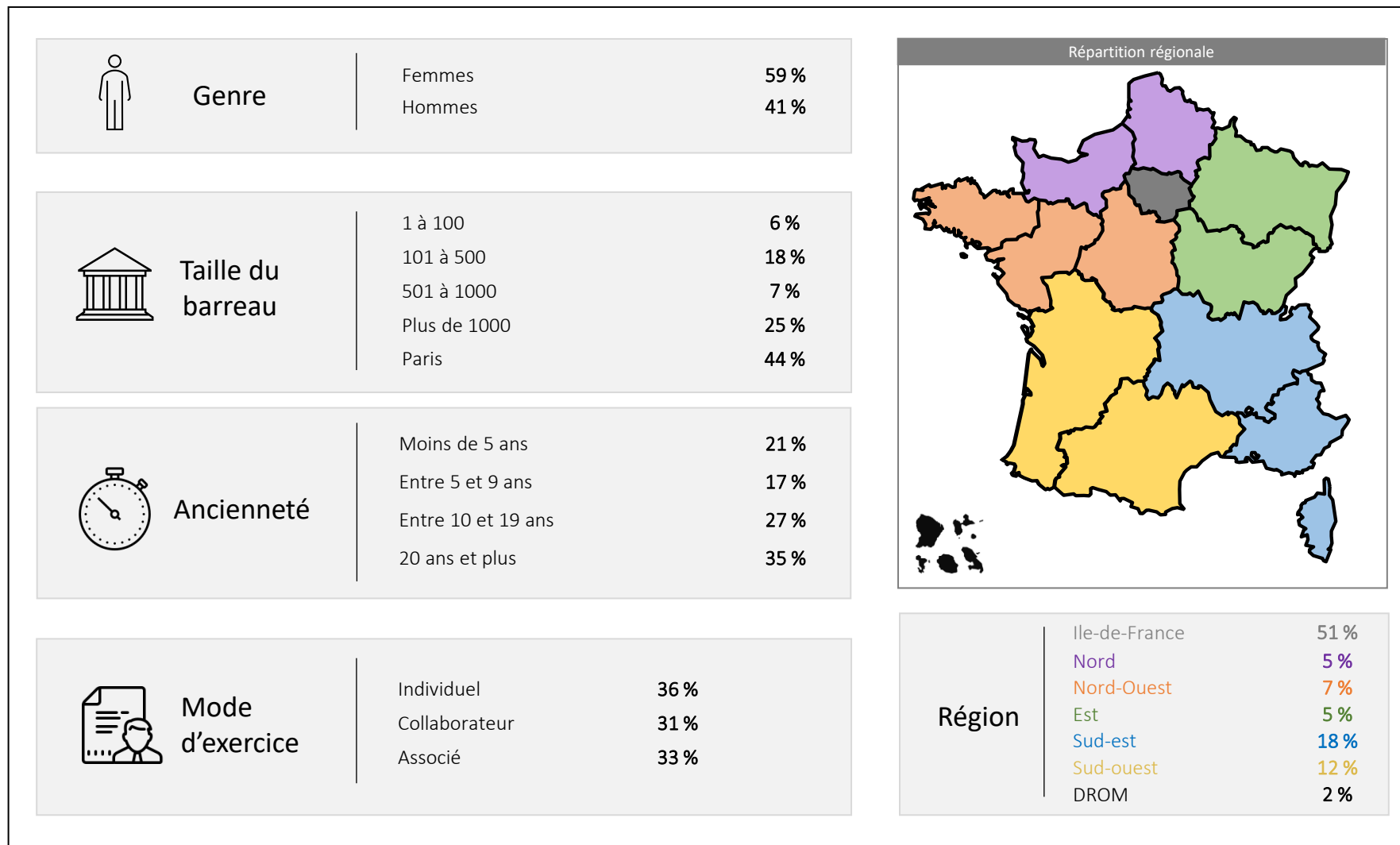
L'enquête a été réalisée via l'envoi d'email à partir d'un fichier de 79 032 contacts fournis par le CNB (soit un taux de retour de 8%).

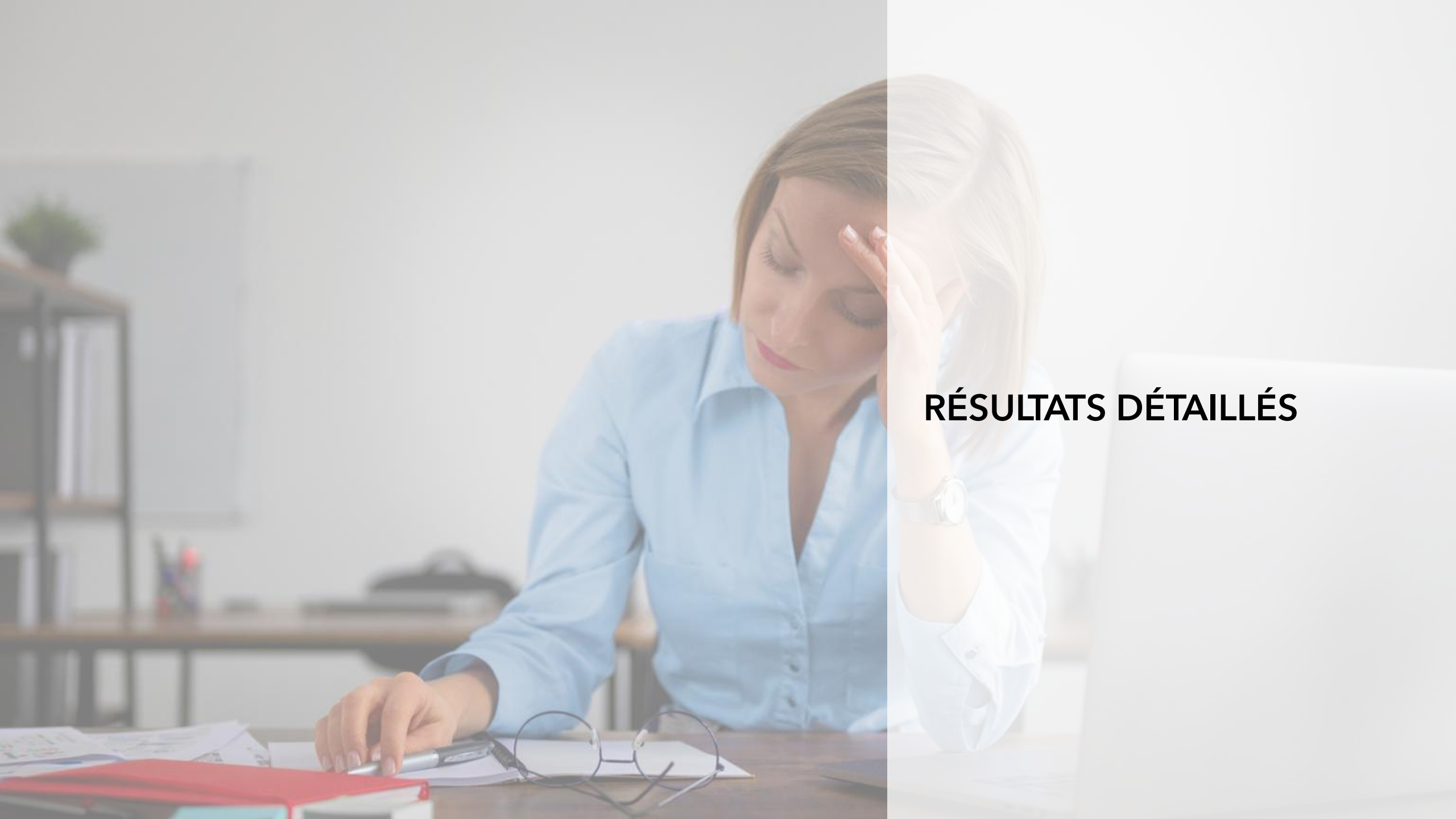
Cet échantillon a été redressé sur les critères : sexe, ancienneté, région, mode d'exercice par taille de barreau

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.

L'échantillon interrogé par internet a été redressé sur les variables suivantes :

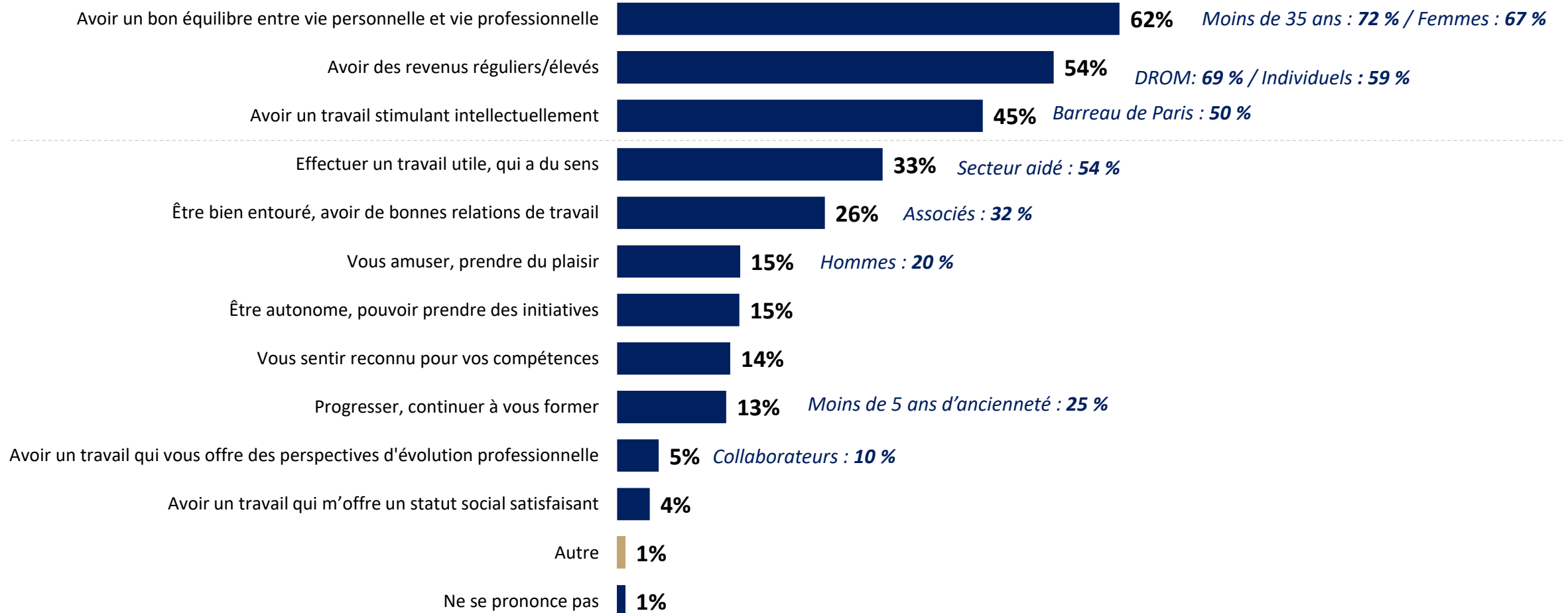




RÉSULTATS DÉTAILLÉS

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)

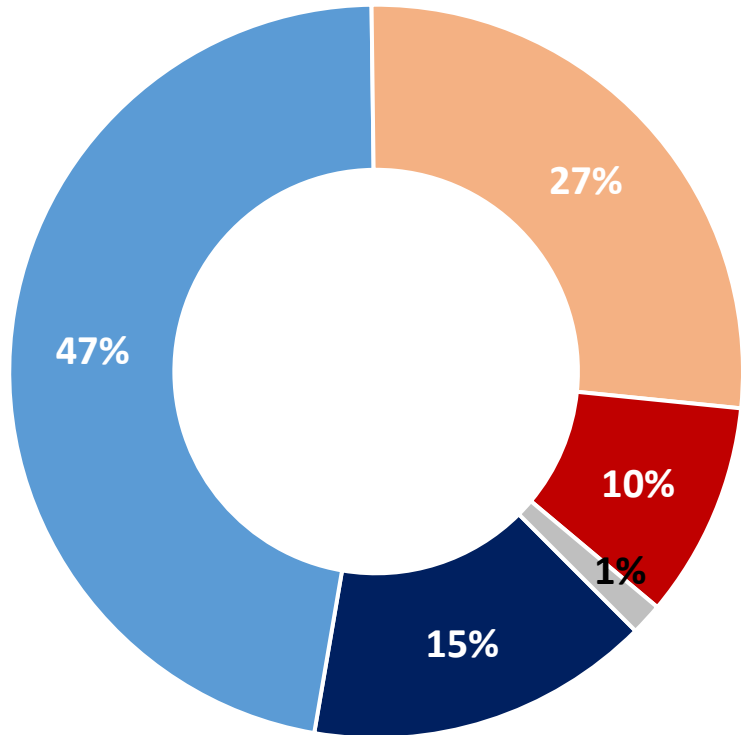
■ Oui tout à fait ■ Oui plutôt ■ Non plutôt pas ■ Non pas du tout ■ Ne se prononce pas

Satisfaits
62%
 - 4 pts

65 ans et plus : **80 %**
 Activité en développement : **71 %**
 Ont une clientèle professionnelle : **65 %**

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

Hommes : 63 % VS Femmes : 62 %



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

Insatisfaits
37%
 + 5 pts

Individuels : **41 %**
 Activité en recul : **59 %**
 Ont une clientèle de particuliers : **40 %**
 Contentieux : **40 %**

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

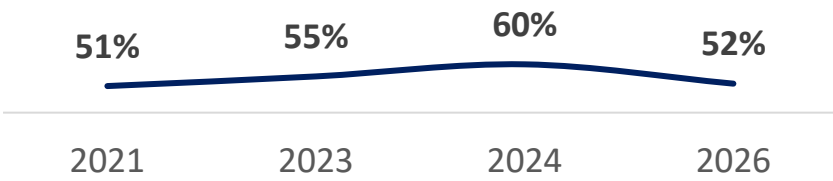
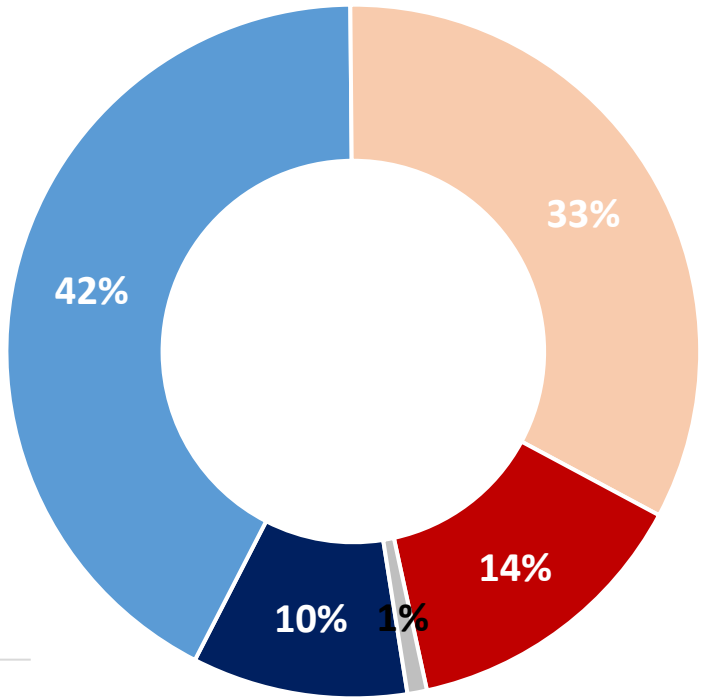
65 ans et plus : 76 %

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 %



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

Activité en recul : **31 %**
Secteur aidé : **27 %**

Femmes : **30 %**

Associés : **44 %**

65 ans et plus : **21 %**
Homme : **13 %**

Votre état de santé mentale aujourd'hui



6

Individuels : **28 %**
Activité en recul : **42 %**

Femmes : **31 %**
Moins de 35 ans : **33 %**
Collaborateurs libéraux : **32 %**

Associés : **38 %**

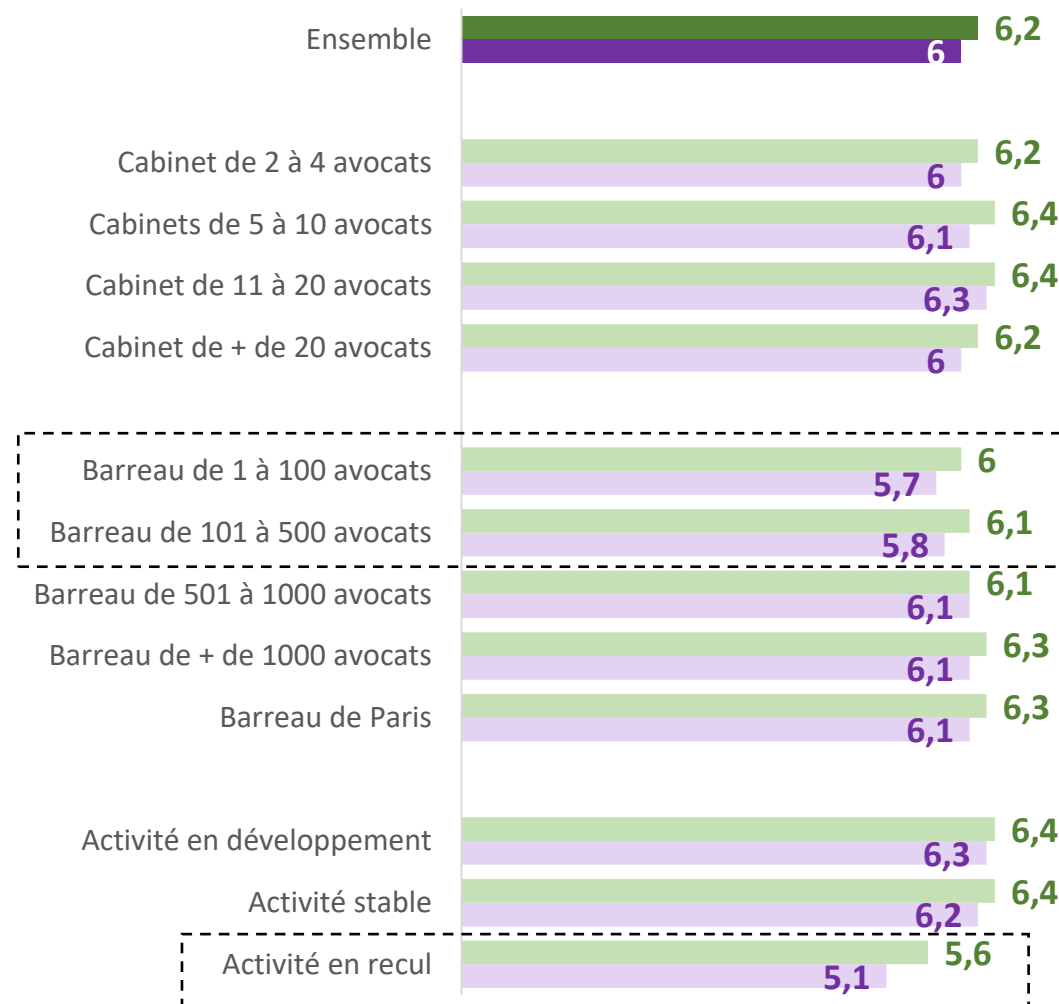
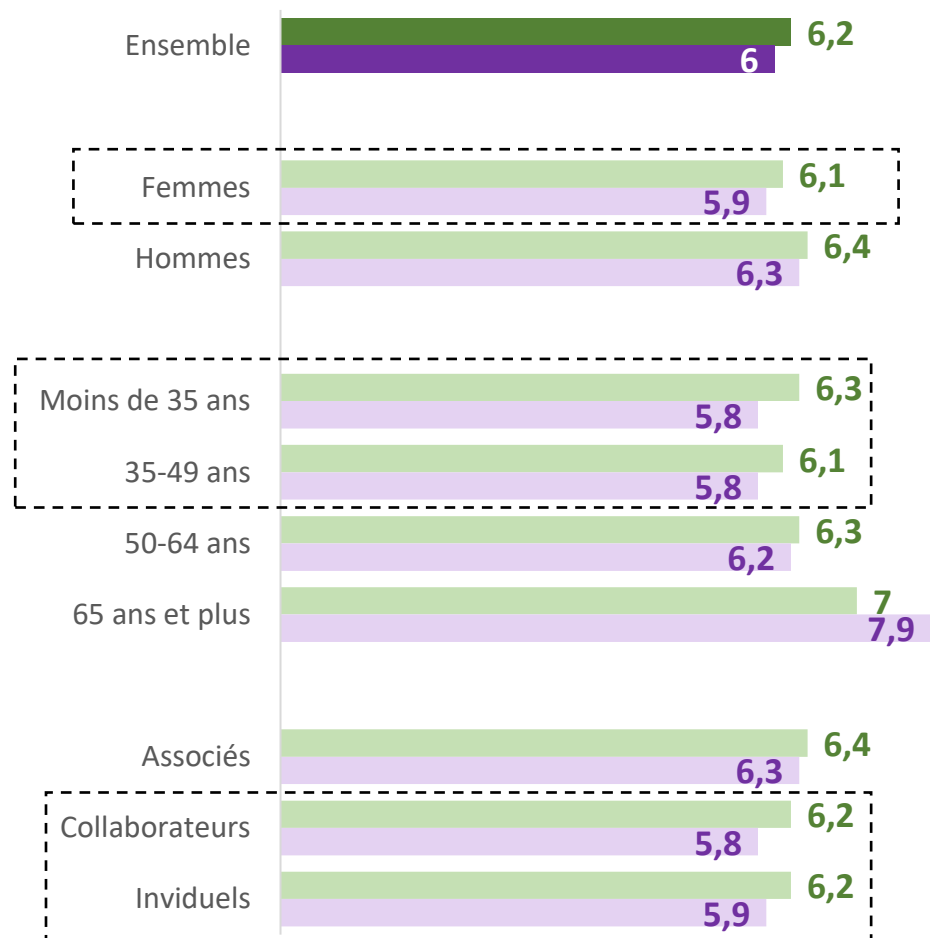
65 ans et plus : **46 %**
Hommes : **17 %**

MOYENNE

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

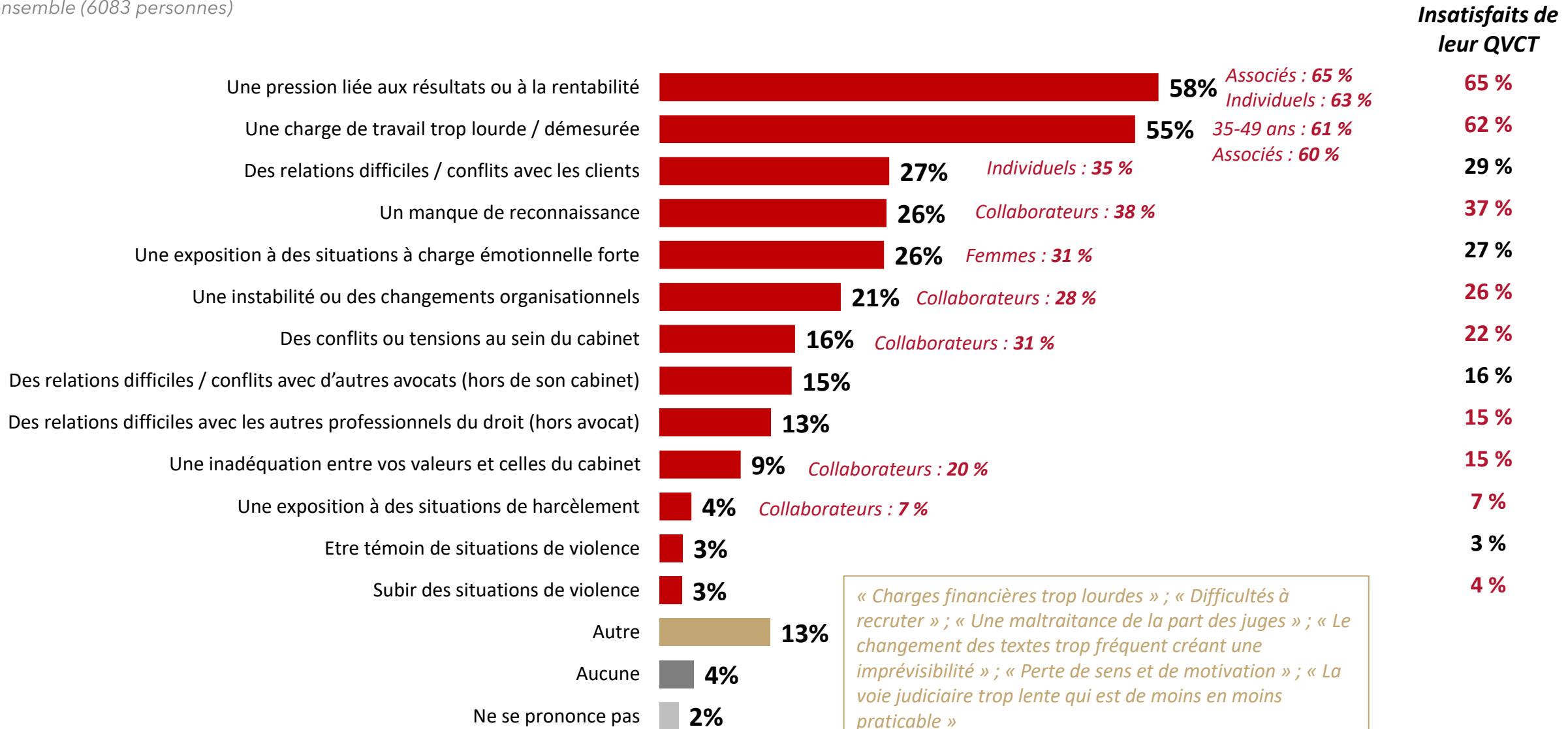
● Santé physique

● Santé mentale



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

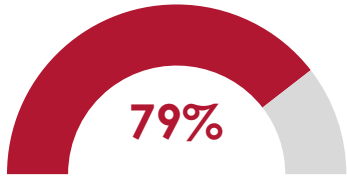
Base : ensemble (6083 personnes)



« Charges financières trop lourdes » ; « Difficultés à recruter » ; « Une maltraitance de la part des juges » ; « Le changement des textes trop fréquent créant une imprévisibilité » ; « Perte de sens et de motivation » ; « La voie judiciaire trop lente qui est de moins en moins praticable »

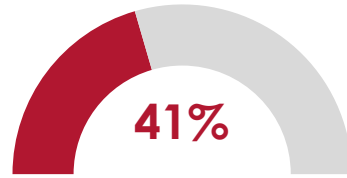
Parmi les éléments suivants, quels sont ceux qui nuisent actuellement le plus à votre bien-être au travail et votre santé mentale ?

Base : ensemble (6083 personnes)



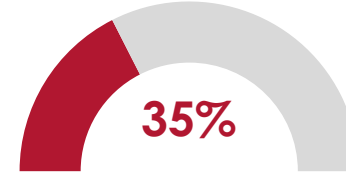
**PRESSION ET EXIGENCE
PROFESSIONNELLE**

*Une charge de travail trop lourde,
démessurée / Une pression liée aux
résultats ou à la rentabilité*



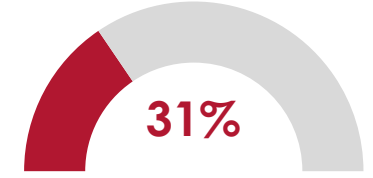
**CLIMAT RELATIONNEL
CONFLICTUEL EXTERNE AU
CABINET**

*Des relations difficiles / conflits avec
les clients, avec d'autres avocats (hors
de son cabinet), avec les autres
professionnels du droit (hors avocat)*



**ORGANISATION,
MANAGEMENT, CULTURE
DU CABINET**

*Des conflits ou tensions au sein du
cabinet / inadéquation avec les
valeurs du cabinet / instabilité ou
changements organisationnels*



**SITUATIONS DE VIOLENCE
OU À RISQUE**

*Une exposition à des situations de
harcèlement / Témoin ou victime de
situations de violence / Exposition à
des situations à charge
émotionnelle forte*



*Barreau de 1 à 100 avocats : 61 %
Barreau de 101 à 500 avocats : 50 %*

*Individuels : 54 %
Associés : 45 %
Clientèle de particuliers : 53 %*



*Collaborateurs : 54 %
Femmes : 38 %*

*Cabinets de + de 20
avocats : 53 %
Activité en recul : 44 %*

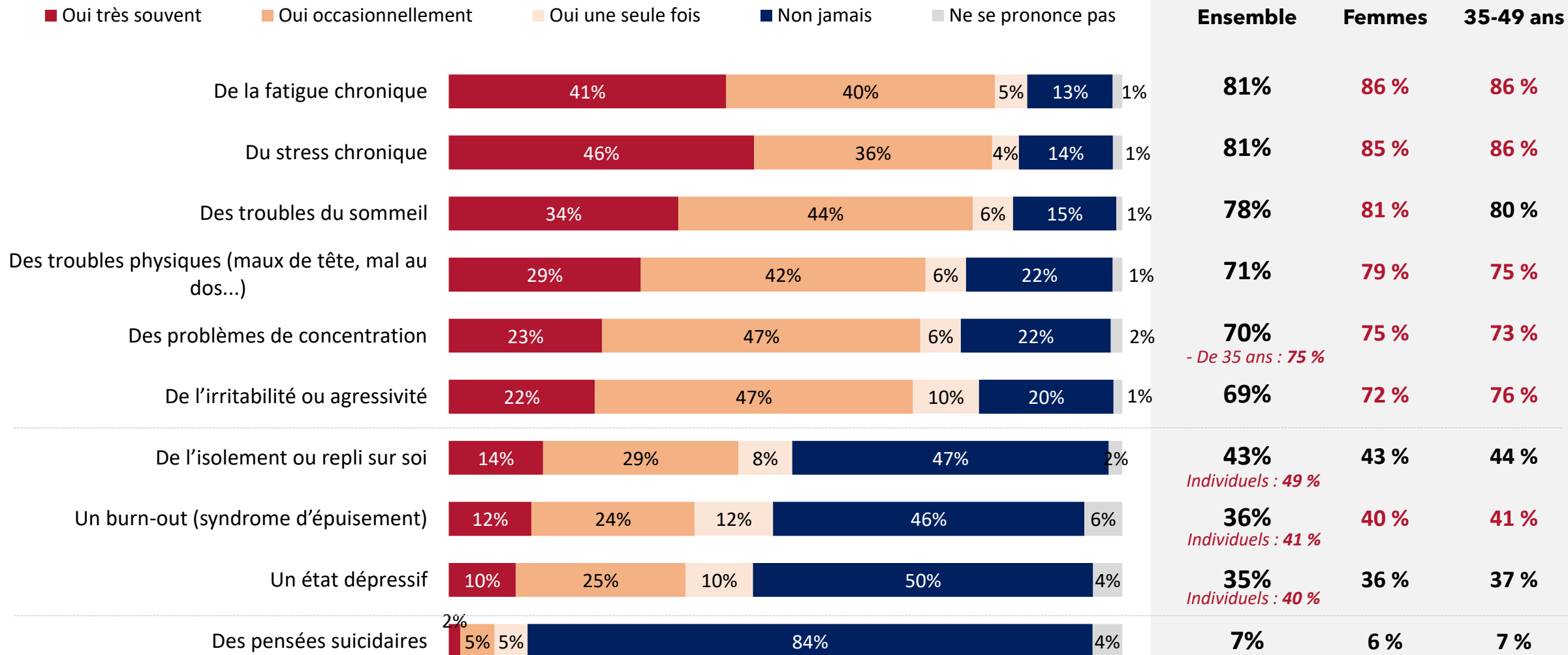


*Individuels : 39 %
Clientèle de particuliers : 40 %*

*Femmes : 36 %
Barreau de 101 à 500 avocats : 36 %*

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

Base : ensemble (6083 personnes)

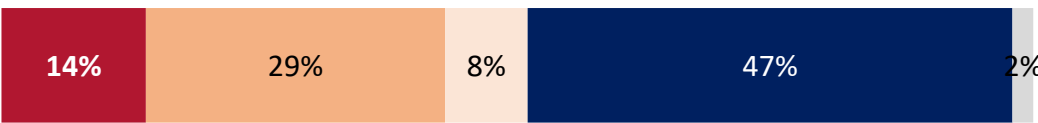


Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà ressenti à cause de votre activité d'avocat(e)...

Base : ensemble (6083 personnes)

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

De l'isolement ou repli sur soi



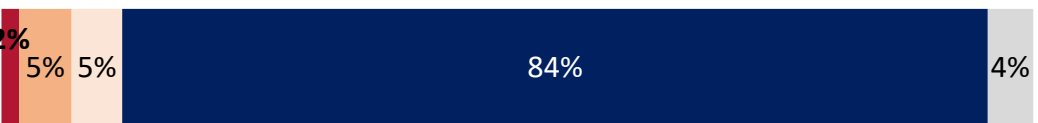
Un burn-out (syndrome d'épuisement)



Un état dépressif



Des pensées suicidaires



« Au moins une fois »

Ensemble Individuel Activité en recul

51% **56%** **68%**

Moins de 35 ans : 55%

48% **52%** **60%**

Femmes : 52%
 35-49 ans : 52%

46% **49%** **62%**

5 à 9 ans d'ancienneté : 51%

12% **13%** **21%**

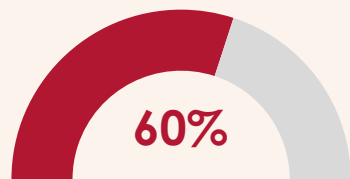
Barreaux de 1-100 avocats : 17%
 5 à 9 ans d'ancienneté : 14%

Prévalence pensées suicidaires en France au cours des 12 derniers mois en 2024* : **5,2%**

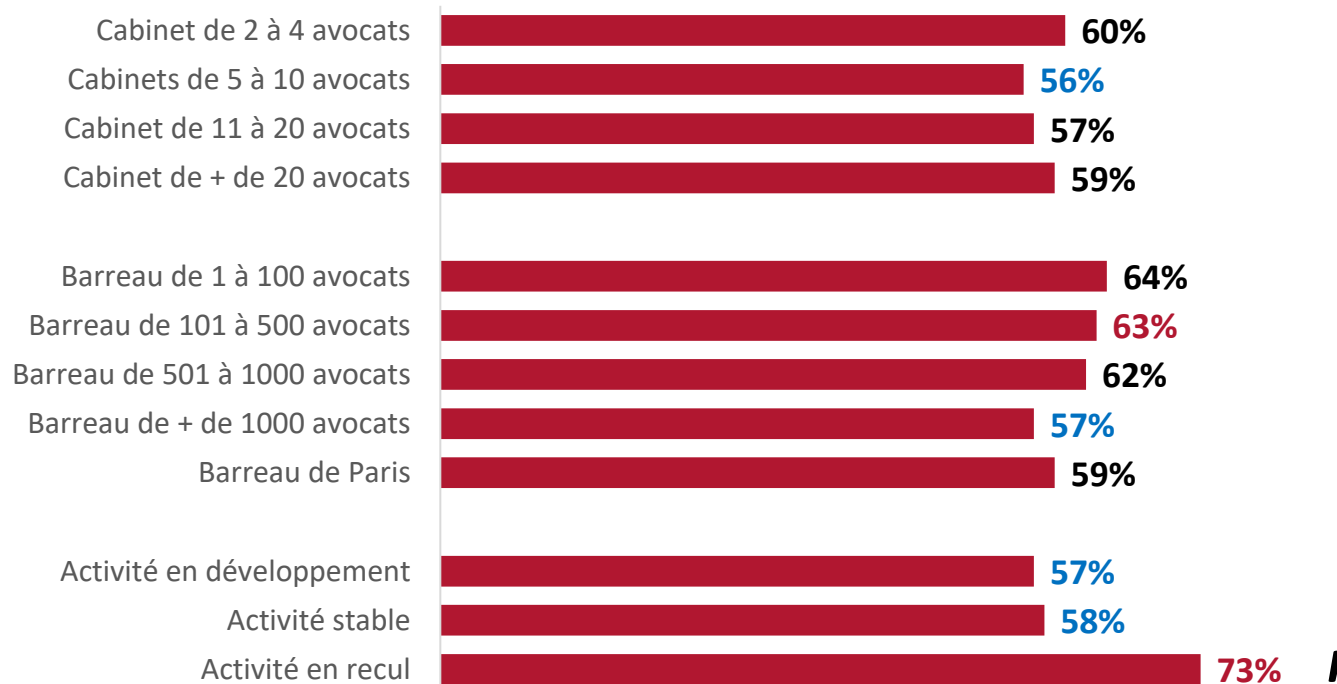
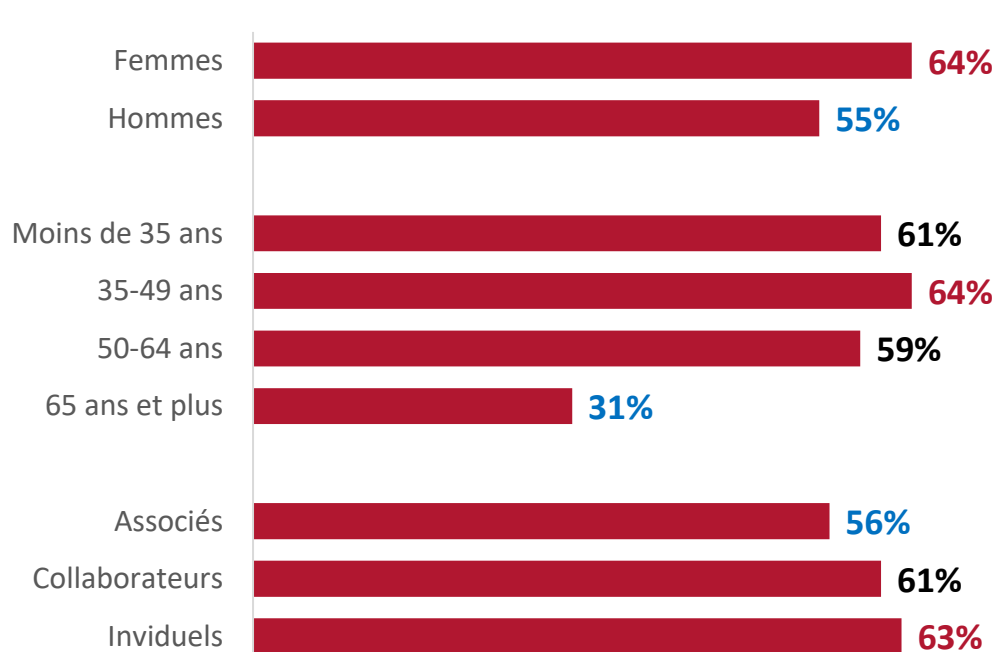
Données Baromètre de Santé publique France 2024 – 18-79 ans

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

Base : ensemble (6083 personnes)

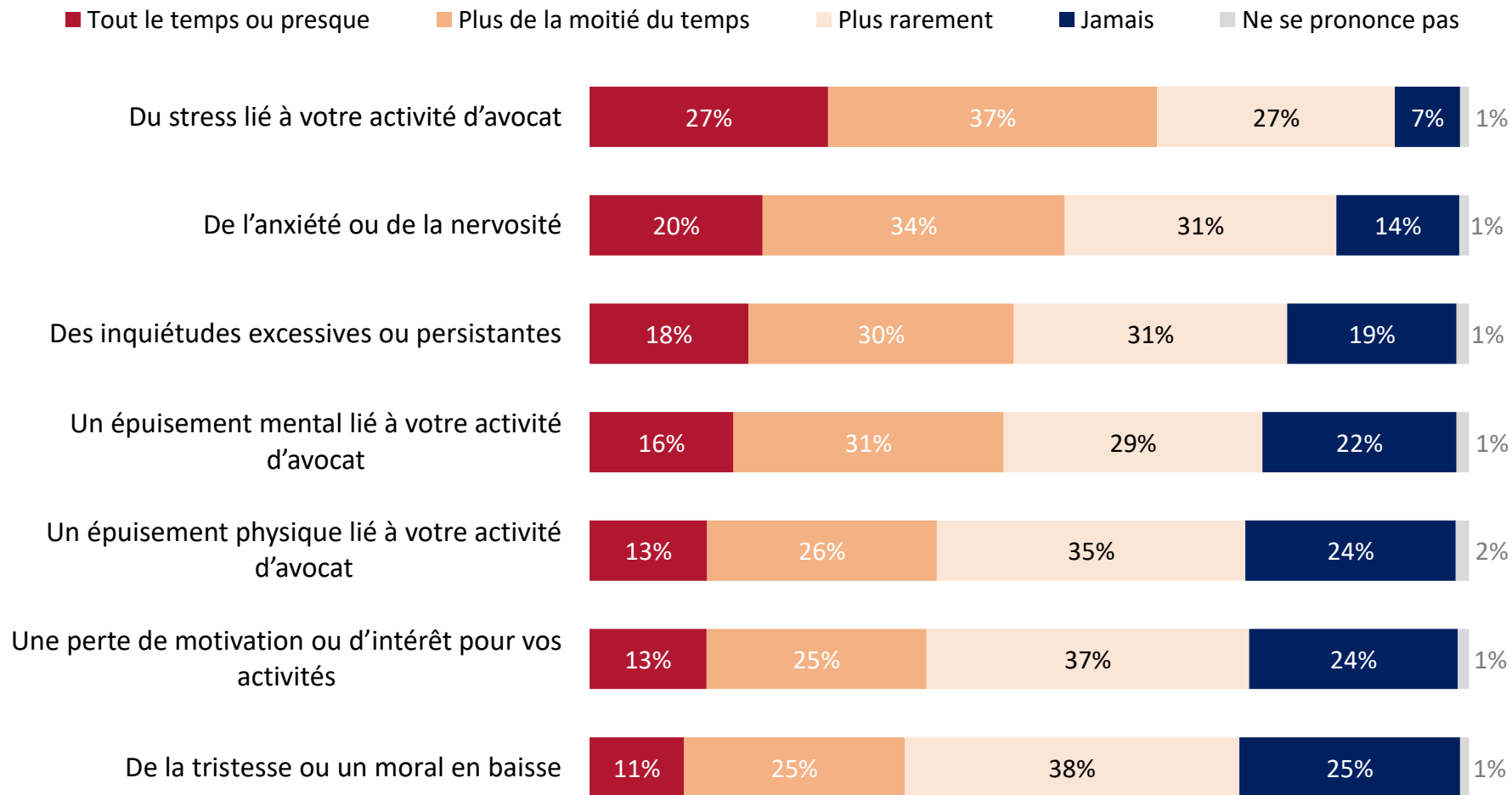


**Ressenti « Au moins 1 fois » :
Burn out ou Etat dépressif ou Pensées suicidaires**



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

Base : ensemble (6083 personnes)



« Au moins la moitié du temps »

	Ensemble	Femmes	35-49 ans
Du stress lié à votre activité d'avocat	64 %	69 %	69 %
De l'anxiété ou de la nervosité	54 %	59 %	58 %
Des inquiétudes excessives ou persistantes	48 %	51 %	52 %
Un épuisement mental lié à votre activité d'avocat	47 %	51 %	52 %
Un épuisement physique lié à votre activité d'avocat	39 %	45 %	43 %
Une perte de motivation ou d'intérêt pour vos activités	38 %	40 %	41 %
De la tristesse ou un moral en baisse	36 %	38 %	38 %

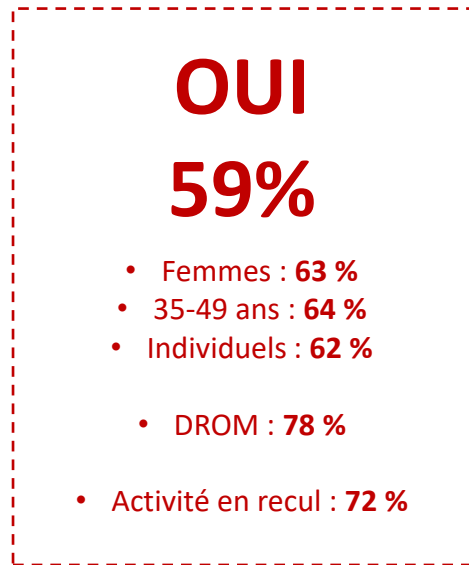
Individuels : 54 %

Collaborateurs : 43 %

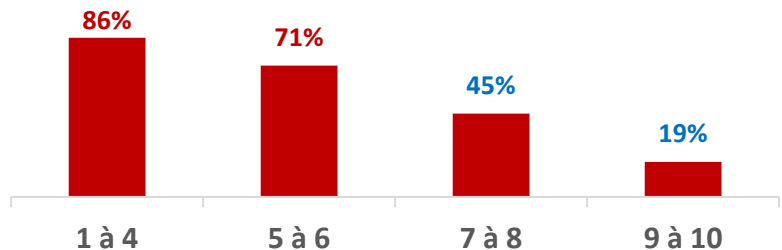
Collaborateurs/individuels : 39 %

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)



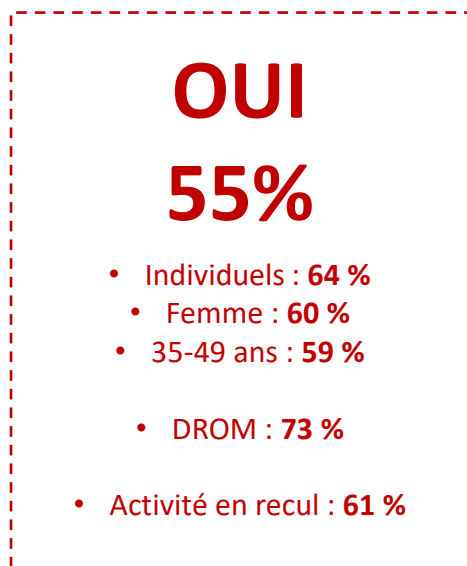
Détails

Plusieurs réponses possibles



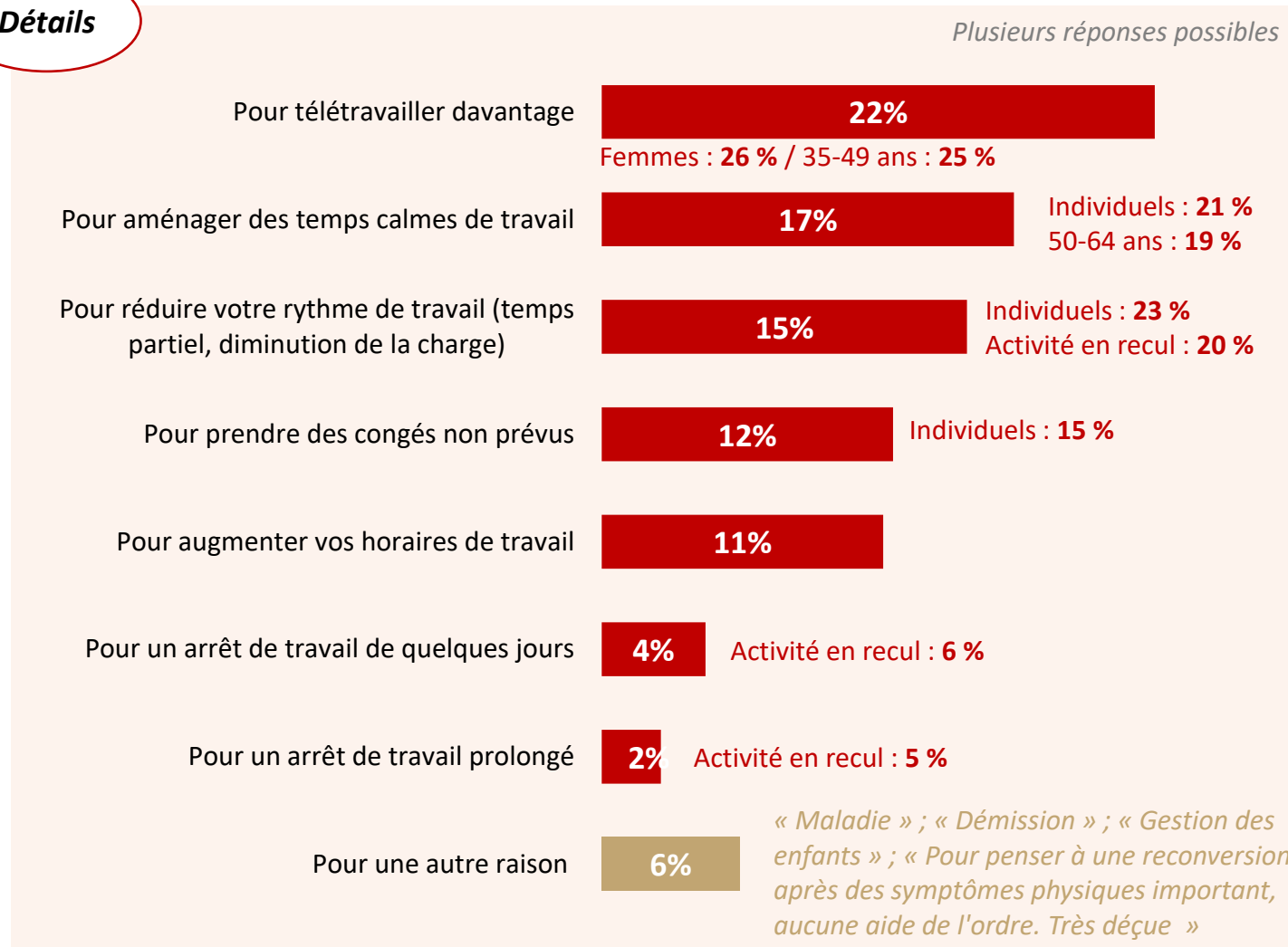
Au cours des 12 derniers mois, avez-vous modifié votre organisation de travail en raison de problèmes de stress, anxiété ou épuisement professionnel ?

Base : ensemble (6083 personnes)



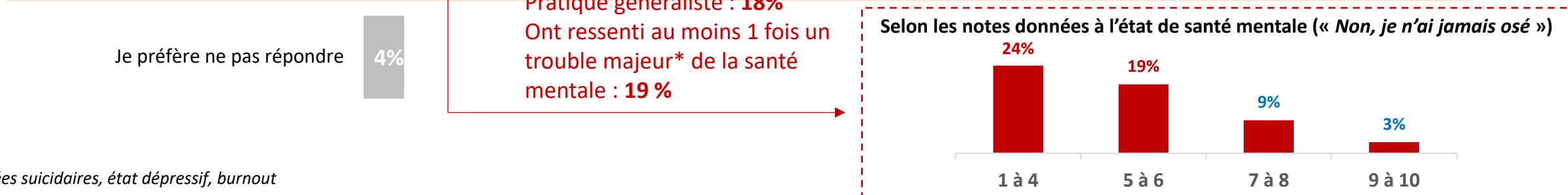
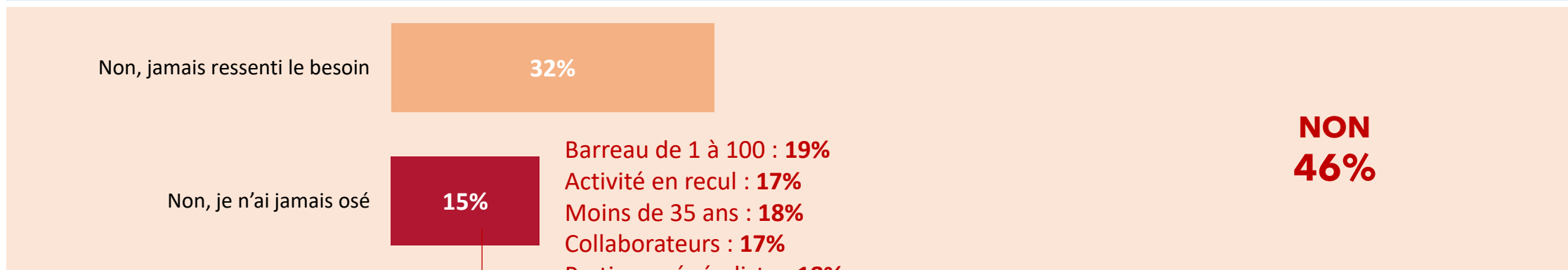
Détails

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

A woman with long brown hair, wearing a light blue button-down shirt, is sitting at a desk in an office. She has a stressed or tired expression, with her right hand pressed against her forehead. On the desk in front of her are several papers, a red folder, and a pair of glasses. A laptop is partially visible on the right side of the desk. The background shows a blurred office environment with a whiteboard and a bookshelf.

SYNTHÈSE DES ENSEIGNEMENTS

UN BIEN-ÊTRE TRÈS MOROSE DANS LA PROFESSION

Le niveau de bien-être des avocats apparaît globalement **morose et en baisse** :

- 62 % se disent satisfaits de leur qualité de vie et des conditions de travail (QVCT), soit – 4 points.
- À peine plus d'un sur deux (52%) se dit satisfait de son équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle, en baisse de 8 points.

Cette dégradation est d'autant plus préoccupante que **l'équilibre vie professionnelle / vie personnelle constitue la première attente exprimée par les avocats (62%)**, loin devant la rémunération (54%) et la stimulation intellectuelle (45%).

UNE SANTÉ MENTALE PRÉOCCUPANTE, VOIRE ALARMANTE

La santé mentale des avocats **apparaît plus dégradée encore que leur santé physique**. Un quart des avocats attribue à sa santé mentale une note comprise entre 1 et 4 sur 10.

Les facteurs de fragilisation sont identifiés clairement :

- La charge de travail et la pression à la rentabilité arrivent très largement en tête.
- Peuvent s'y ajouter des conflits avec des publics extérieurs au cabinet, certaines dimensions de la culture ou de l'organisation interne des cabinets, voire des situations de violence ou de harcèlement (ressenties par 3 avocats sur 10).

Les troubles psychiques sont massivement répandus, en particulier ceux liés à la fatigue, au stress et aux troubles du sommeil. Mais au-delà de ces signaux « ordinaires », une proportion très importante des avocats déclare avoir déjà vécu au moins un trouble majeur : **60% évoquent un épisode de burnout, un état dépressif ou des pensées suicidaires**.

DES CONSÉQUENCES DIRECTES SUR L'EXERCICE PROFESSIONNEL

Ces troubles ne sont pas sans impact sur la pratique : 55% déclarent avoir modifié leur organisation de travail.

Certains évoquent des difficultés à respecter les délais et signalent une diminution de la qualité ou du volume de travail fourni.

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).

Ces catégories cumulent souvent pression économique, responsabilités accrues et contraintes personnelles.

UN RECOURS ENCORE INSUFFISANT AUX DISPOSITIFS D'AIDE

Malgré ce tableau préoccupant, **seul un avocat sur deux a déjà consulté un professionnel de santé mentale**. Seul un quart l'a fait pour un motif lié à son activité professionnelle.

Plus préoccupant encore : **15% déclarent ne pas avoir osé consulter**, une proportion encore plus élevée parmi les publics à risque :

- 17% chez ceux dont l'activité est en recul
- 19% chez ceux ayant connu un trouble majeur (burnout, dépression, pensées suicidaires)
- 18% chez les moins de 35 ans

Ces chiffres soulignent **l'existence persistante de freins culturels, symboliques ou organisationnels à solliciter de l'aide** et montrent **qu'un rôle d'accompagnement, de déstigmatisation et de communication renforcée pourrait être pleinement investi par le CNB**.



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.