

Observatoire MNH vague 5

« Etat de santé physique et mental des soignants et des personnels hospitaliers »

*Une enquête Odoxa pour la Mutuelle Nationale des Hospitaliers (MNH) et Le Figaro Santé,
avec le concours scientifique de la Chaire Santé de Sciences Po*

LEVÉE D'EMBARGO IMMEDIATE

Sondage réalisé par ODOXA avec SciencesPo pour la MNH diffusé dans Santé

Méthodologie



Recueil

- Enquête réalisée auprès d'un échantillon de Français interrogé par Internet les **12 et 13 mars 2025**.
- Enquête réalisée auprès d'un échantillon de professionnels de santé interrogé par Internet du **5 mars au 20 mars 2025**.



Echantillon

Echantillon de **1 005 personnes** représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.

La représentativité de l'échantillon est assurée par la méthode des quotas appliqués aux variables suivantes : sexe, âge, niveau de diplôme et profession de l'interviewé après stratification par région et catégorie d'agglomération.

Echantillon de **1 164 professionnels de santé**.

Précisions sur les marges d'erreur

Chaque sondage présente une incertitude statistique que l'on appelle marge d'erreur. Cette marge d'erreur signifie que le résultat d'un sondage se situe, avec un niveau de confiance de 95%, de part et d'autre de la valeur observée. La marge d'erreur dépend de la taille de l'échantillon ainsi que du pourcentage observé.

	Si le pourcentage observé est de ...					
Taille de l'Echantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10,0
200	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
300	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500	1,9	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600	1,8	2,4	3,3	3,7	4,0	4,1
800	1,5	2,5	2,8	3,2	3,5	3,5
900	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
1 000	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
2 000	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
3 000	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8

Lecture du tableau : Dans un échantillon de 1000 personnes, si le pourcentage observé est de 20% la marge d'erreur est égale à 2,5% : le pourcentage réel est donc compris dans l'intervalle [17,5 ; 22,5].

Les enseignements-clés de l'Observatoire

Gaël Sliman, Président d'Odoxa

Les professionnels de santé sont moins satisfaits au travail et plus exposés à la violence et à l'altération de leur santé physique et surtout mentale : les soignants sont 2 à 3 fois plus exposés que les autres actifs

1. 35% des professionnels de santé sont insatisfaits au travail, soit le double des autres actifs (18%). Toutefois, la situation s'améliore depuis 5 ans : 6 sur 10 étaient insatisfaits en 2020
2. Cette moindre satisfaction au travail s'explique : 75% ont trop de charge de travail et 54% sont confrontés à des situations de violence au travail. C'est deux fois plus que la population active
3. Résultat, ils sont deux fois plus nombreux à être en mauvaise santé physique que les autres actifs : au cours des derniers mois, 45% des PS ont eu un problème de santé
4. C'est encore pire sur leur mauvaise santé mentale : 35% des soignants se sentent en mauvaise santé mentale et 56% ont ressenti une charge mentale ou un stress excessif à cause de leur travail. C'est 2 à 3 fois plus que la population active !
5. D'ailleurs, les soignants savent que leur travail a un impact énorme sur leur santé : 84% assurent qu'il a un impact important sur leur bien-être psychologique, 89% sur leur sommeil et 80% sur leurs comportements alimentaires
6. Pourtant, ils font remarquablement face : ils adoptent les bons réflexes et pensent disposer des bonnes compétences et connaissances pour gérer les situations complexes. En moyenne, ils s'attribuent une note de 7,3/10 sur les différentes dimensions testées dans ces domaines
7. Ils sont aussi positifs sur l'avenir : plus de 8 sur 10 sont convaincus qu'il existe des solutions qui pourraient efficacement mieux les préparer au stress et à la préservation de leur santé mentale

I) Le travail et son impact sur la santé



64% des professionnels de santé (PS) se disent satisfaits de leur travail... mais 35% en sont insatisfaits, soit le double de ce que l'on enregistre chez les autres actifs ! L'écart de satisfaction (près de 30 points) est toujours particulièrement important entre les médecins (89%) et les infirmières et aides-soignantes (60 à 61%)



Globalement, diriez-vous que vous êtes très satisfait(e), plutôt satisfait(e), plutôt insatisfait(e), ou très insatisfait(e) de votre travail ?

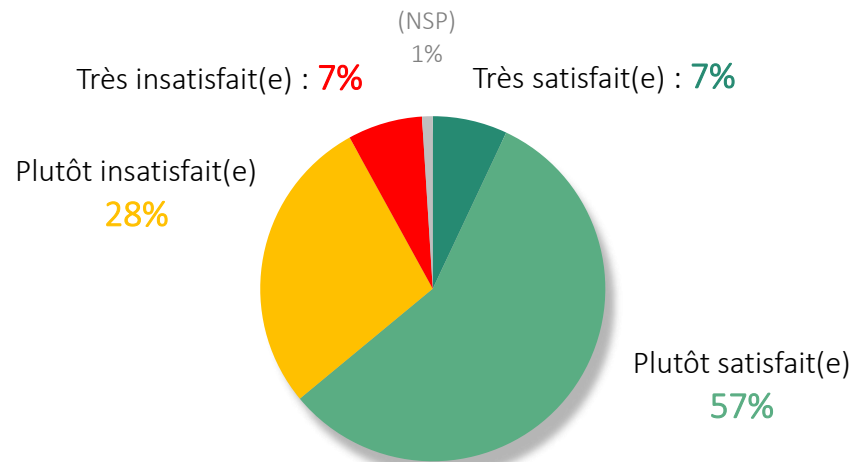


Professionnels de santé (PS)

% Insatisfait(e) : 35%

% Satisfait(e) : 64%

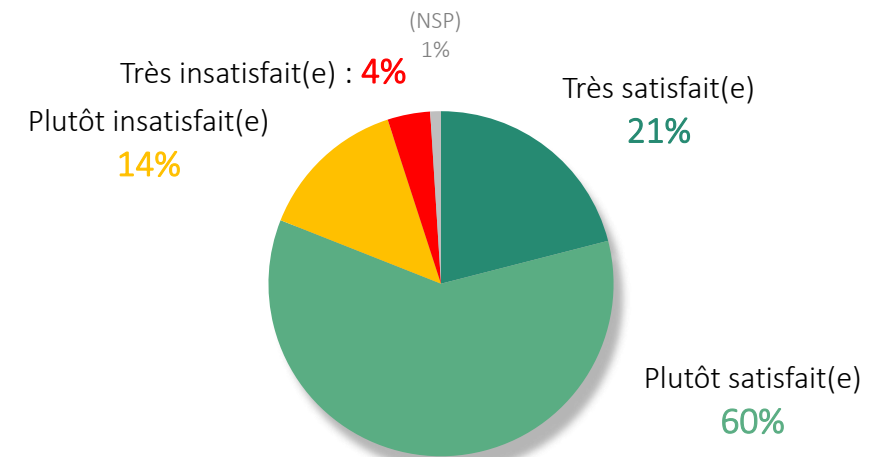
Médecins : 89%
Infirmières : 61%
Aides-soignantes : 60%



Actifs en emploi

% Insatisfait(e) : 18%

% Satisfait(e) : 81%



Par rapport aux actifs en emploi
L'écart de satisfaction est de 17 pts,
presque 2 fois plus d'insatisfaits

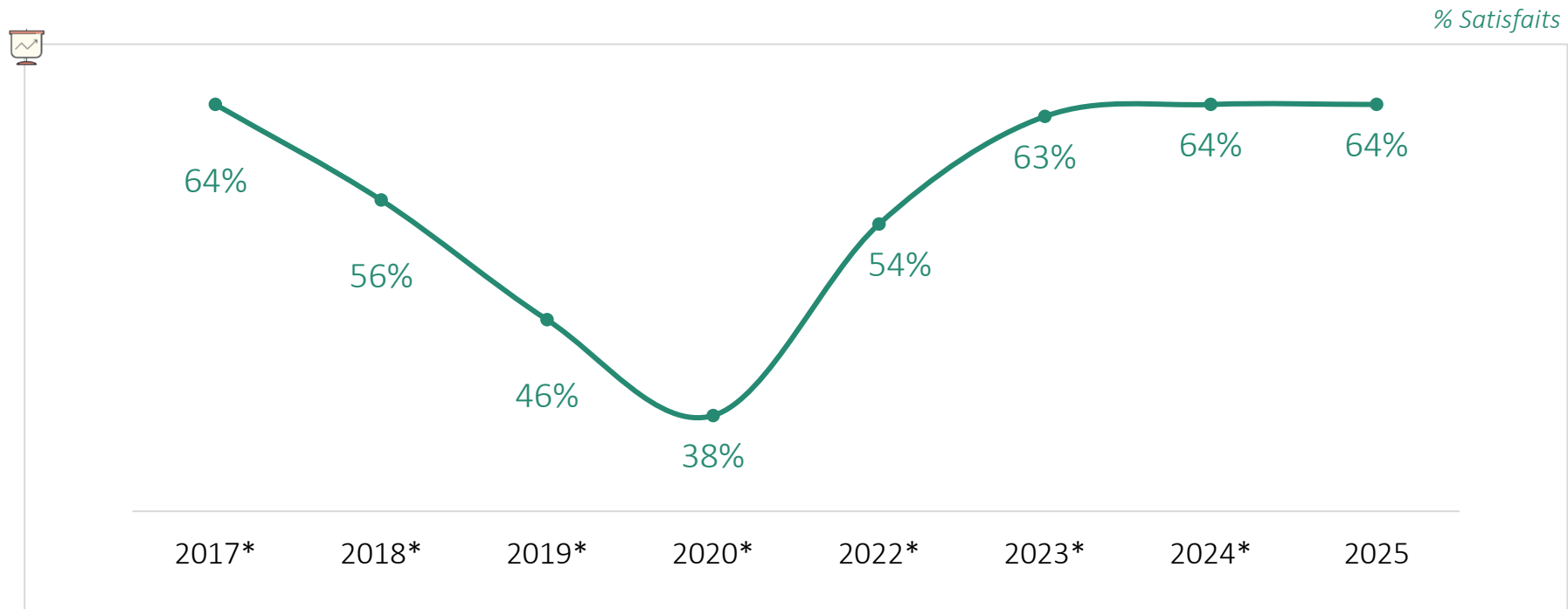
La satisfaction au travail des professionnels de santé se stabilise à un bien meilleur niveau que ceux enregistrés ces 5 dernières années : +10 points depuis 2022 et +26 points depuis 2020. Nous sommes face à une courbe en V : après une inexorable chute jusqu'au Covid, leur satisfaction est progressivement remontée à son niveau antérieur



Globalement, diriez-vous que vous êtes très satisfait(e), plutôt satisfait(e), plutôt insatisfait(e), ou très insatisfait(e) de votre travail ?



Professionnels de santé



* 2017 : Carnet de santé Odoxa pour la MNH, Le Figaro et France Inter, réalisé en décembre 2017
2018 : Carnet de santé Odoxa pour la MNH, Le Figaro et France Info, réalisé en mai 2018
2019 : Carnet de santé Odoxa pour la MNH, Le Figaro Santé et France Info, réalisé en juin 2019
2020 : Carnet de santé Odoxa pour la MNH, Le Figaro Santé et France Info, réalisé en avril 2020
2022 : Observatoire Odoxa pour la MNH et Le Figaro Santé, avec la Chaire Santé de Sciences Po, réalisé en septembre 2022
2023 : Observatoire Odoxa pour la MNH et Le Figaro Santé, avec la Chaire Santé de Sciences Po, réalisé en septembre 2023
2024 : Observatoire Odoxa pour la MNH et Le Figaro Santé, avec la Chaire Santé de Sciences Po, réalisé en octobre 2024

Les PS vivent très/trop souvent et bien plus que les autres actifs des situations de stress professionnel : 75% disent avoir souvent un volume de travail important... c'est deux fois plus que les salariés français et 30% des PS font face à l'agressivité physique des patients, soit 50% de plus (11 pts) de plus que les salariés



Professionnels de santé - Pour chacune des situations suivantes que peuvent rencontrer des professionnels de santé, dites-nous si elle vous arrive toujours, très souvent, assez souvent, parfois, rarement ou jamais :



Professionnels de santé

% Souvent

Écart par rapport aux salariés

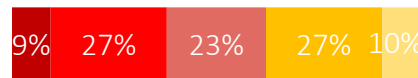
Vous avez un volume de travail trop important



75%

+37 pts

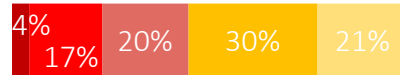
Vous avez tellement de travail que vous ne pouvez pas tout faire convenablement



59%

+31 pts

Vous faites face à l'incivilité des patients*



41%

+16 pts

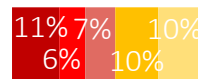
Vous faites face à l'agressivité physique de certains patients*



30%

+11 pts

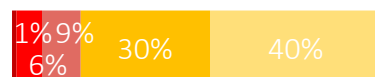
Vous travaillez de nuit



24%

+11 pts

Vous avez des relations conflictuelles avec certains de vos collègues



16%

-1 pt

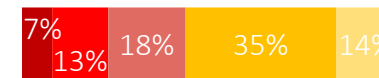
■ Toujours ■ Très souvent ■ Assez souvent ■ Parfois ■ Rarement

Salariés - Pour chacune des situations suivantes que vous pouvez rencontrer au travail, dites-nous si elle vous arrive toujours, très souvent, assez souvent, parfois, rarement ou jamais :

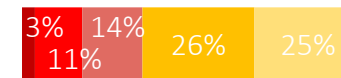


Salariés

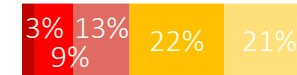
% Souvent



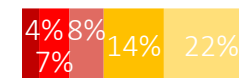
38%



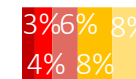
28%



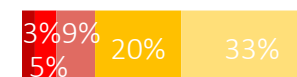
25%



19%



13%



17%

54% des professionnels de santé sont souvent confrontés à des situations de violence au travail. Ce niveau culmine même à 66% auprès des aides-soignant(e)s... soit deux fois plus que le niveau relevé chez les salariés français



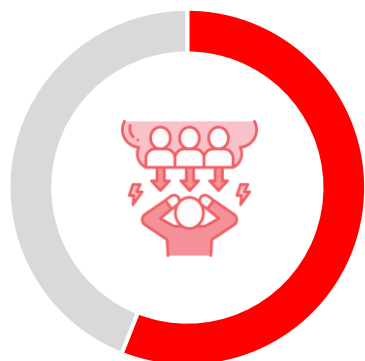
Professionnels de santé - Pour chacune des situations suivantes que peuvent rencontrer des professionnels de santé, dites-nous si elle vous arrive toujours, très souvent, assez souvent, parfois, rarement ou jamais :



Professionnels de santé

En moyenne,
41% des professionnels de santé déclarent rencontrer « souvent » l'une des 6 situations de stress au travail testées dans l'étude

Près de 2x plus
par rapport aux salariés



54%
des professionnels de santé déclarent rencontrer souvent au moins une situation « violente »*

20 points d'écart
par rapport aux salariés

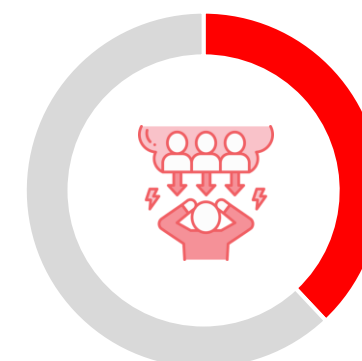
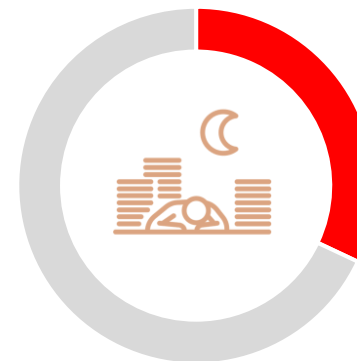
Médecins : 38%
Infirmières : 56%
Aides-soignantes : 66%

Salariés - Pour chacune des situations suivantes que vous pouvez rencontrer au travail, dites-nous si elle vous arrive toujours, très souvent, assez souvent, parfois, rarement ou jamais :



Salariés

En moyenne,
23%
des salariés déclarent rencontrer souvent l'une de ces situations

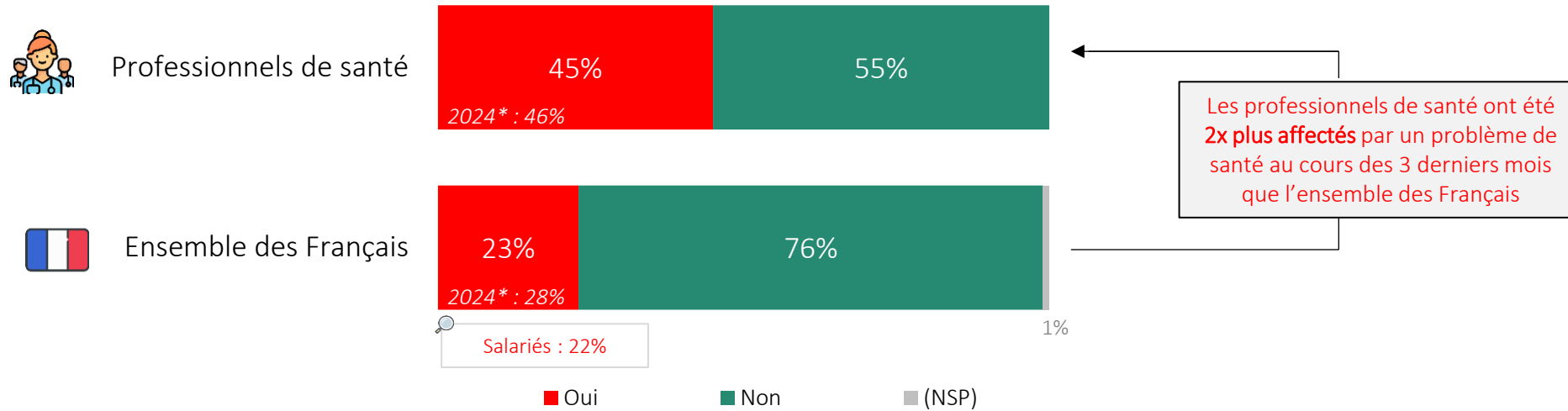


34%
des salariés déclarent rencontrer souvent au moins une situation « violente »*

Près d'un professionnel de santé sur deux (45%) a été affecté par un problème de santé ces 3 derniers mois... c'est deux fois plus que la population générale !



Au cours des 3 derniers mois, en dehors de maladies chroniques (asthme, diabète...) ou d'affections de longue durée, avez-vous été affecté(e) par un problème de santé ?



57% des professionnels de santé sont satisfaits de leur équilibre « vie pro – vie perso ». C'est un peu mieux que l'année dernière (+3 pts), mais 24 points en dessous des niveaux de satisfaction observés chez leurs concitoyens



Aujourd'hui, comment qualifieriez-vous votre équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle ?
Diriez-vous qu'il est... ?



Professionnels de santé



% Satisfaisant

57%

2024* : 54%

Médecins : 70%
Infirmières : 55%
Aides-soignantes : 54%

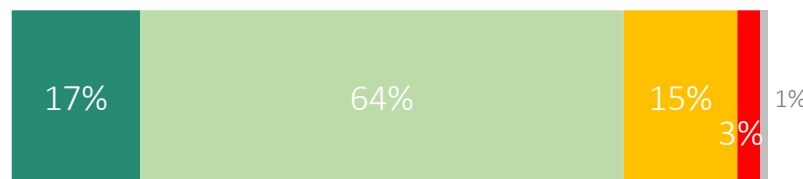
% Peu/Pas satisfaisant

43%

2024* : 46%



Actifs en emploi



81%

18%

■ Très satisfaisant ■ Assez satisfaisant ■ Peu satisfaisant ■ Pas satisfaisant du tout ■ (NSP)

Bien que la satisfaction des professionnels de santé concernant leur équilibre vie pro/vie perso ait légèrement progressé (+3 pts*), elle reste inférieure de 24 points à celle des autres actifs

II) La santé mentale et psychologique



La santé mentale des professionnels de santé se dégrade encore cette année (6 pts) : 35% d'entre eux sont en mauvaise santé mentale. C'est 2,5 fois plus que la population générale !

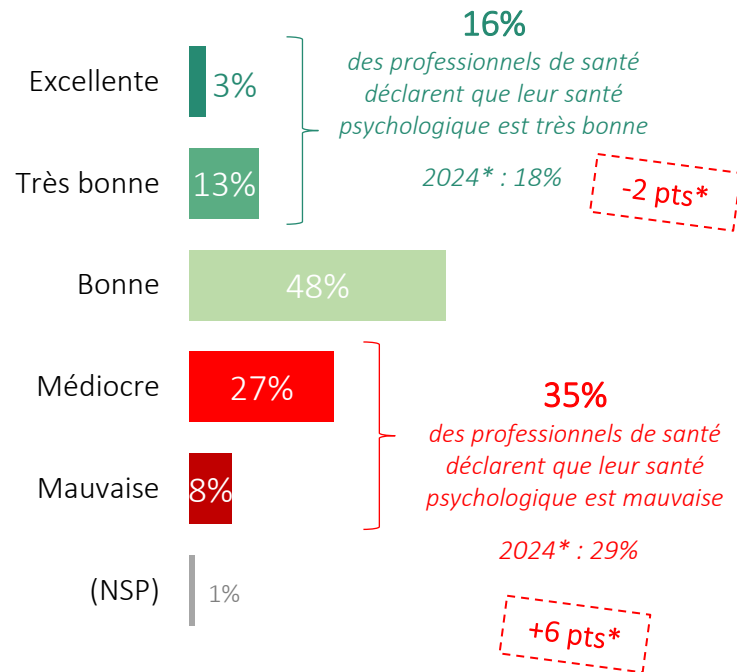
Pourtant, les Français sont déjà 1 sur 7 (14%) à se sentir en « mauvaise santé mentale »



De manière générale, diriez-vous que votre santé psychologique est... ?



Professionnels de santé

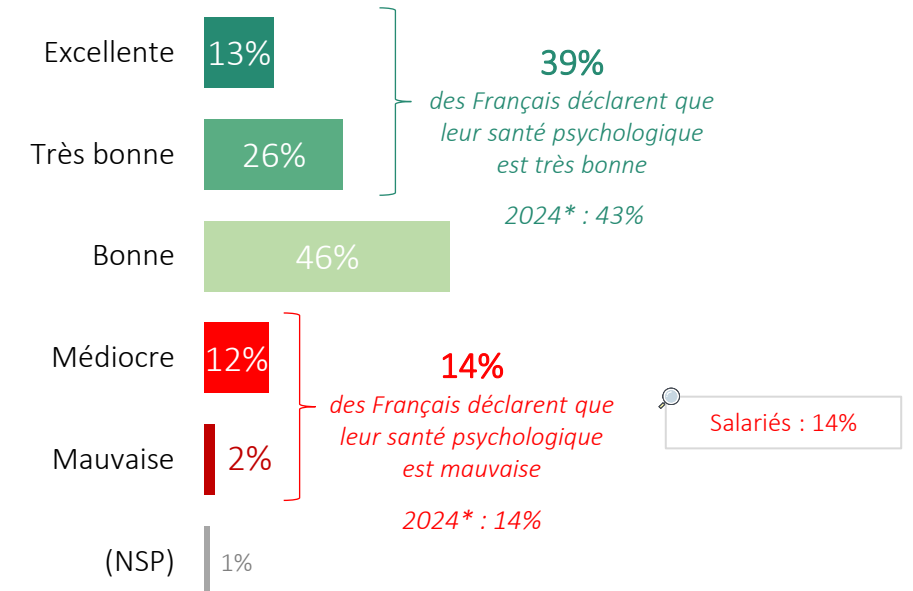


Médecins : 18%
Infirmières : 34%
Aides-soignantes : 32%

21 points d'écart
par rapport aux Français



Ensemble des Français



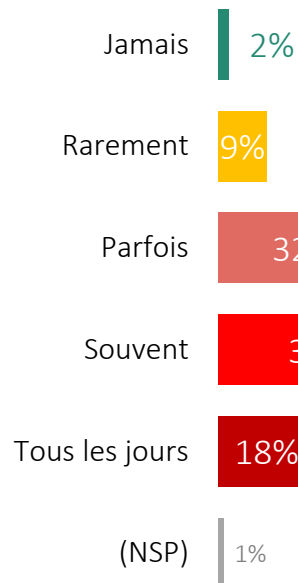
Pour les Français comme les PS, la réalité dépasse la perception : 22% des actifs en France et 56% des professionnels de santé (soit 2,5 fois plus que les Français) ont déjà « ressenti de l'anxiété, du stress, une charge mentale excessive, ou des préoccupations liées à leur travail »



Au cours des 6 derniers mois, avez-vous ressenti de l'anxiété, du stress, une charge mentale excessive, ou des préoccupations liées à votre travail ?



Professionnels de santé



56%

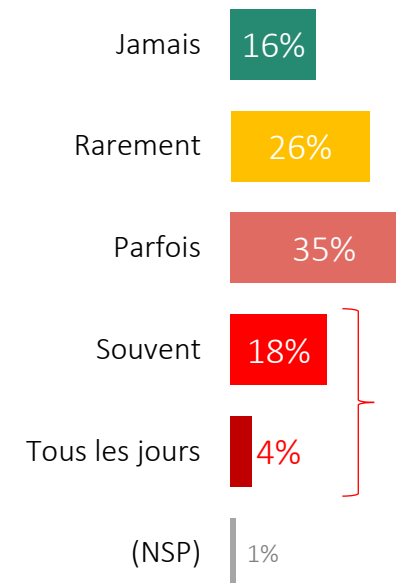
des professionnels de santé déclarent avoir ressenti souvent de l'anxiété, du stress, une charge mentale excessive ou des préoccupations liées à leur travail au cours des 6 derniers mois

Médecins : 39%
Infirmières : 58%
Aides-soignantes : 47%

34 points d'écart
par rapport aux actifs



Actifs en emploi



22%

des Français déclarent avoir ressenti souvent de l'anxiété, du stress, une charge mentale excessive ou des préoccupations liées à leur travail au cours des 6 derniers mois

D'ailleurs 4 professionnels de santé sur 10 (39%) ont déjà eu un arrêt de travail pour motif « psychologique »... c'est 11 points de plus que la population générale (28%)



Avez-vous déjà eu un arrêt de travail pour motif « psychologique » (violence au travail, épuisement professionnel, problèmes de sommeil, stress, pression...) ?

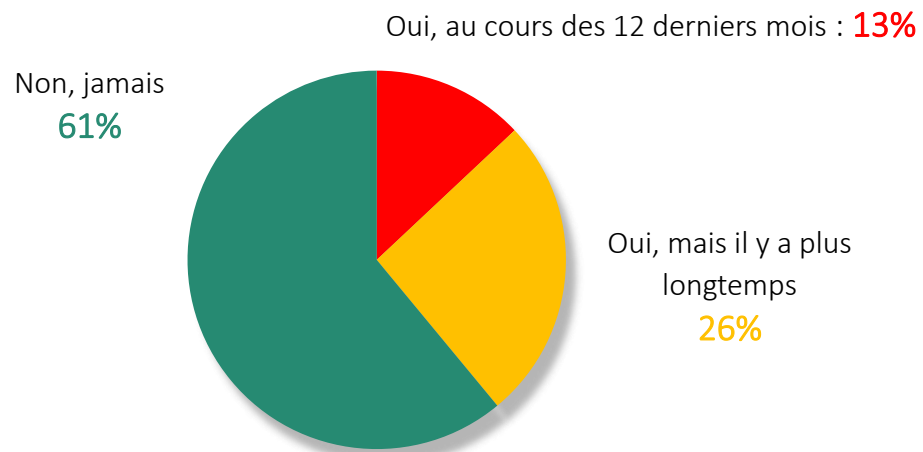


Professionnels de santé

% Oui : 39%

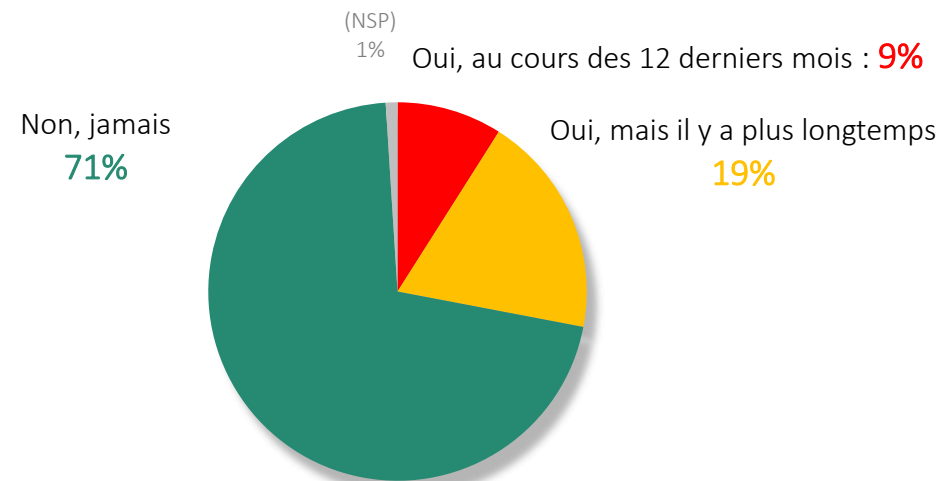
Médecins : 27%
Infirmières : 39%
Aides-soignantes : 42%

11 points d'écart
par rapport aux salariés



Salariés

% Oui : 28%



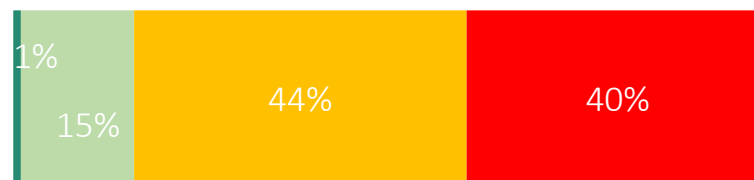
84% des professionnels de santé pensent que leur travail a un impact sur leur bien-être psychologique dont 40% qui estiment que cet impact est « élevé »... c'est pratiquement trois fois plus (2,7 fois) que la population générale active



Comment évaluez-vous l'impact de votre travail sur votre bien-être psychologique (fatigue, épuisement, détresse émotionnelle...) ?
Diriez-vous que l'impact de votre travail sur votre bien-être psychologique est... ?



Professionnels de santé



Médecins : 33%
Infirmières : 43%
Aides-soignantes : 29%

% Inexistant/Faible

17%

Les professionnels de santé sont près de 3x plus nombreux (2,7 fois) à déclarer que leur travail a un impact élevé sur leur bien-être psychologique



Actifs en emploi



49%

Inexistant Faible Modéré Elevé (NSP)

C'est fâcheux car 86% des « PS » pensent que leur santé mentale a un impact important sur la bonne conduite de leurs missions quotidiennes... c'est 20 points de plus que la population générale (66%)



Comment évaluez-vous l'importance de votre santé mentale dans la bonne conduite de vos missions quotidiennes ?



Professionnels de santé

Son importance est cruciale pour votre travail

45%

Son importance est forte

41%

Son importance est modérée

10%

Votre santé mentale n'a pas d'importance sur votre travail

2%

(NSP)

2%

86%
des professionnels de santé déclarent que leur santé mentale a une importance forte dans la bonne conduite de leurs missions quotidiennes dont près de la moitié estimant que son importance est cruciale

20 points d'écart
par rapport aux actifs



Actifs en emploi

Son importance est cruciale pour votre travail

24%

Son importance est forte

42%

Son importance est modérée

24%

Votre santé mentale n'a pas d'importance sur votre travail

8%

(NSP)

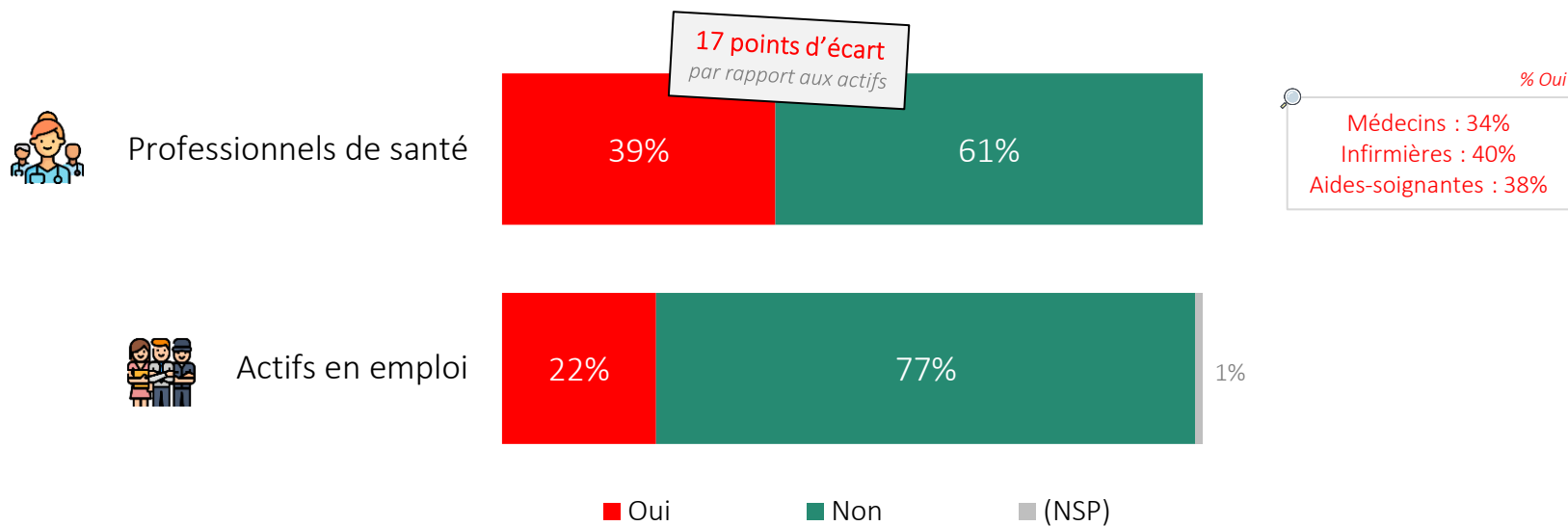
2%

66%
des Français déclarent que leur santé mentale a une importance forte dans la bonne conduite de leurs missions quotidiennes dont un quart estimant que son importance est cruciale

4 professionnels sur 10 (39%) ont déjà été sujets au burn-out, c'est presque deux fois (1,8 fois) plus que les autres actifs (22%, soit 17 pts d'écart)



Avez-vous déjà été sujet au burn-out ou à l'épuisement professionnel dans le cadre de votre travail ?



Les causes de ce burn-out sont variées mais tournent essentiellement autour du « manque de reconnaissance » (51% des PS), de la « cadence de travail trop importante » (45%) et de l'inadéquation entre leurs attentes à l'égard de leur métier et sa réalité » (35%)



Aux personnes ayant déjà été sujet au burn-out ou à l'épuisement professionnel dans le cadre de leur travail

Quelles en ont été les principales causes selon vous ?

3 réponses possibles



Professionnels de santé



Actifs en emploi



Les périodes de stress ou d'anxiété qu'ils traversent ont des répercussions importantes sur la santé des PS : elles ont ainsi souvent un impact sur la qualité de leur sommeil, sur leurs comportements alimentaires et sur leur capacité à pratiquer une activité physique. Pour plus d'un tiers d'entre eux cela les incite même à consommer d'avantage de substances psychoactives (tabac, alcool, drogues, médicaments)



Lorsque vous traversez une période de stress ou d'anxiété, observez-vous... ?



Professionnels de santé

% Très souvent/Parfois

Écart par rapport aux Français

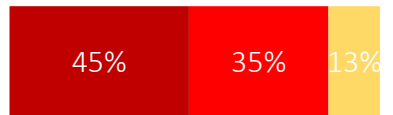
Un impact sur la qualité de votre sommeil
(difficulté à s'endormir, réveils nocturnes,
fatigue persistante)



89%

+20 pts

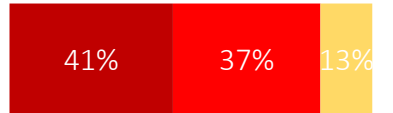
Une modification de votre
comportement/habitude alimentaire
(grignotage, alimentation excessive ou
perte d'appétit)



80%

+24 pts

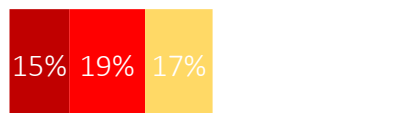
Un impact de votre état émotionnel sur
votre motivation à pratiquer une activité
physique



78%

+23 pts

Une tendance à modifier votre
consommation de substances
psychoactives (tabac, alcool, drogues,
médicaments)



34%

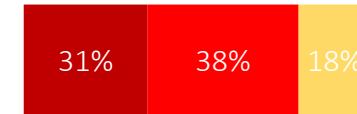
+11 pts

■ Très souvent ■ Parfois ■ Rarement



Ensemble des Français

% Très souvent/Parfois



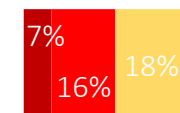
69%



56%



55%



23%

■ Très souvent ■ Parfois ■ Rarement

Heureusement, les PS adoptent les « bons réflexes » lorsqu'ils font face à ces situations de stress intense au travail : le plus souvent, ils « essaient de prendre du recul et d'analyser la situation » (62%) et recherchent des solutions « auprès de leur entourage professionnel » (45%) ou « personnel » (39%)



Aux personnes ayant déjà été sujet au burn-out ou à l'épuisement professionnel dans le cadre de leur travail

Lorsque vous êtes confronté(e) à une situation de stress intense dans votre travail, quelle est votre réaction la plus fréquente ?

3 réponses possibles



Professionnels de santé

Vous essayez de prendre du recul et d'analyser la situation

62%

Vous recherchez du soutien auprès de ou vous en parlez à votre entourage professionnel

45%

Vous recherchez du soutien auprès de votre entourage personnel

39%

Vous ignorez le problème et essayez d'avancer tant bien que mal

25%

Vous avez du mal à le gérer

17%

Vous vous dirigez vers un autre professionnel de santé

10%

Vous allez voir votre médecin généraliste

8%

Vous allez voir votre médecin du travail

3%

(NSP) 1%



Actifs en emploi

Vous essayez de prendre du recul et d'analyser la situation

49%

Vous recherchez du soutien auprès de ou vous en parlez à votre entourage professionnel

27%

Vous recherchez du soutien auprès de votre entourage personnel

36%

Vous ignorez le problème et essayez d'avancer tant bien que mal

32%

Vous avez du mal à le gérer

15%

Vous vous dirigez vers un autre professionnel de santé

7%

Vous allez voir votre médecin généraliste

12%

Vous allez voir votre médecin du travail

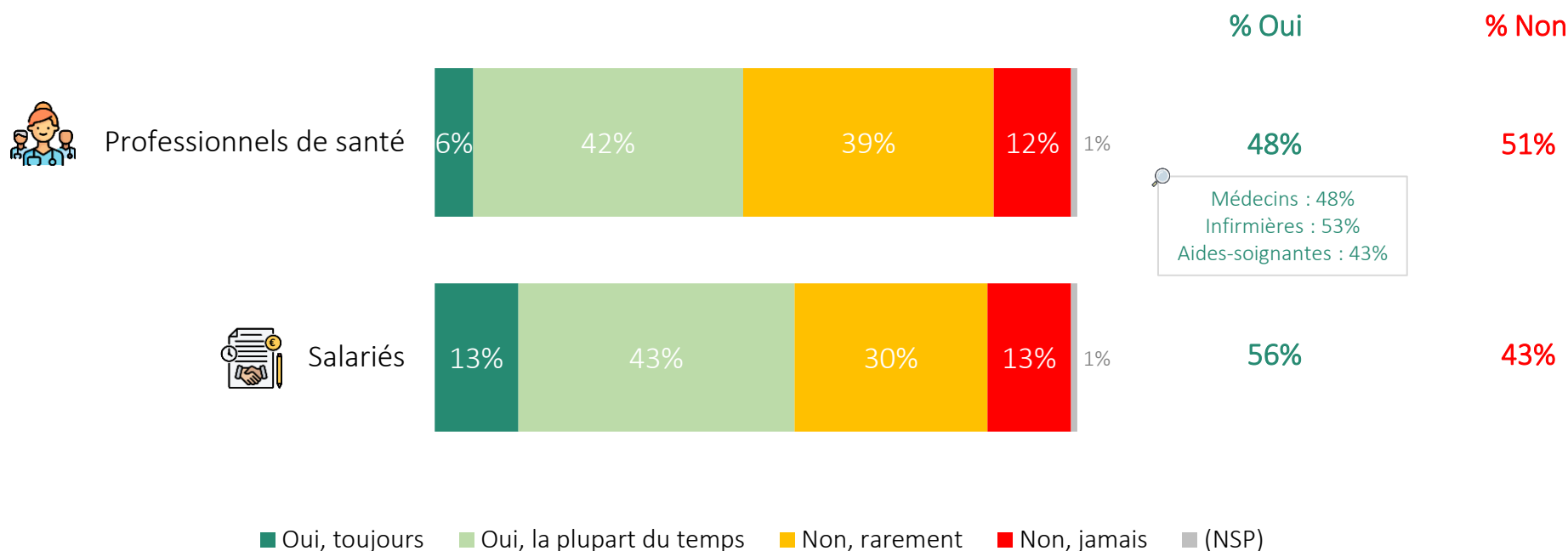
6%

(NSP) 1%

Mais les PS sont une majorité à estimer qu'ils ne reçoivent pas un soutien suffisant de la part de leur entourage professionnel. C'est l'inverse pour les salariés français !



Lorsque vous traversez une période de stress ou de difficulté émotionnelle, estimez-vous recevoir un soutien suffisant de la part de votre entourage professionnel (collègues, encadrement, équipe) ?



Heureusement aussi, une majorité de PS estime disposer de suffisamment de compétences/connaissances pour gérer les situations complexes auxquels ils sont confrontés dans leur travail. Ils s'attribuent ainsi, en moyenne, une note de 7,6/10 sur leurs compétences en communication pour gérer une situation compliquée avec leurs patients



Sur une échelle de 1 à 10, diriez-vous que... ?

Score sur une échelle de 1 à 10 : 1 signifiant que vous n'êtes pas du tout d'accord et 10 signifiant que vous êtes tout à fait d'accord.



Professionnels de santé

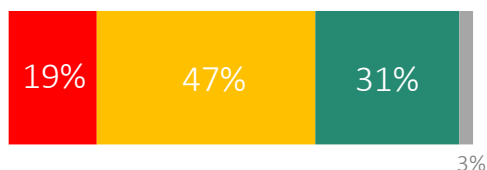
En moyenne, les PS s'attribuent une note de 7,3/10 et les salariés de 7,4/10 sur ces 3 dimensions



Salariés

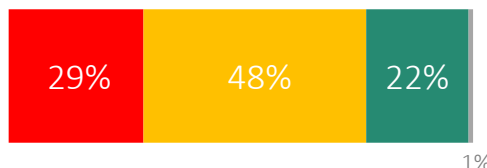
Moyenne

Vos compétences en communication (écoute active, empathie, gestion des conflits) sont suffisantes pour gérer une situation compliquée avec vos patients



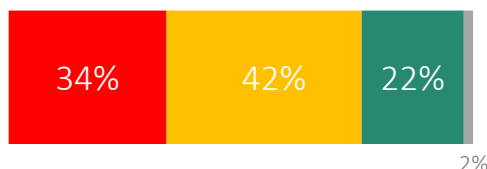
7,6/10

Vous vous sentez capable d'agir efficacement en situation professionnelle stressante/complexe



7,2/10

Vos compétences en communication (écoute active, empathie, gestion des conflits) sont suffisantes pour gérer une situation compliquée avec vos collègues

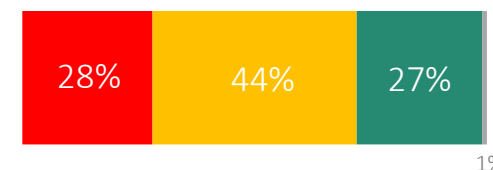


7,0/10

■ 1 à 6 ■ 7-8 ■ 9-10 ■ (NSP)

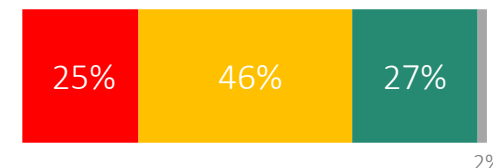
Moyenne

Vos compétences en communication (écoute active, empathie, gestion des conflits) sont suffisantes pour gérer une situation compliquée avec les personnes externes à l'entreprise*



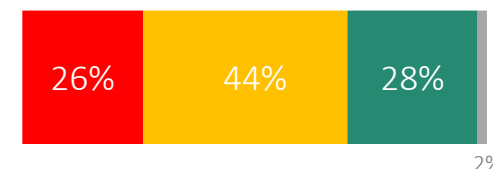
7,4/10

Vous vous sentez capable d'agir efficacement en situation professionnelle stressante/complexe



7,4/10

Vos compétences en communication (écoute active, empathie, gestion des conflits) sont suffisantes pour gérer une situation compliquée avec vos collègues



7,4/10

■ 1 à 6 ■ 7-8 ■ 9-10 ■ (NSP)

* (clients, fournisseurs...)

Les répercussions sur leur santé mentale des difficultés qu'ils ont vécues ne datent pas d'hier : 32% des PS ont déjà vécu des difficultés liées à leur santé mentale durant leurs études



Considérez-vous que vous ayez vécues des difficultés liées à votre santé mentale durant vos études ?



Professionnels de santé

Jamais

44%

Rarement

24%

Parfois

23%

Souvent

7%

Très souvent / En permanence

2%

32%

des professionnels de santé déclarent avoir vécu des difficultés liées à leur santé mentale durant leurs études

Médecins : 32%
Infirmières : 35%
Aides-soignantes : 29%



Ensemble des Français

Jamais

47%

Rarement

24%

Parfois

18%

Souvent

7%

Très souvent / En permanence

3%

(NSP)

1%

28%

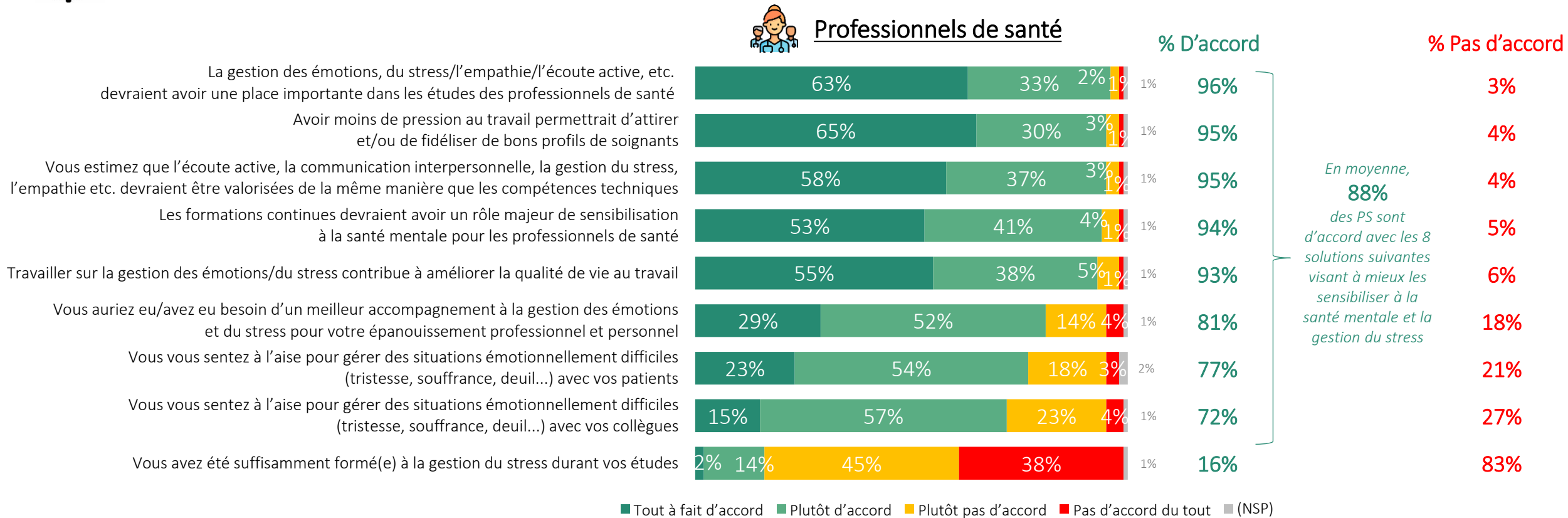
des Français déclarent avoir souvent vécu des difficultés liées à leur santé mentale durant leurs études

Les PS sont convaincus que l'on peut agir pour mieux sensibiliser à la santé mentale et à la gestion du stress : en moyenne 88% d'entre eux sont d'accord avec les 8 affirmations testées dans l'étude visant à y parvenir (en les informant mieux ou en les préparant mieux)... malheureusement, 83% d'entre eux pensent aussi qu'ils n'ont pas été suffisamment formés à la gestion du stress durant leurs études



Aux professionnels de santé

Etes-vous d'accord ou pas d'accord avec les affirmations suivantes concernant la sensibilisation à la santé mentale et à la gestion du stress pour les professionnels de santé ?

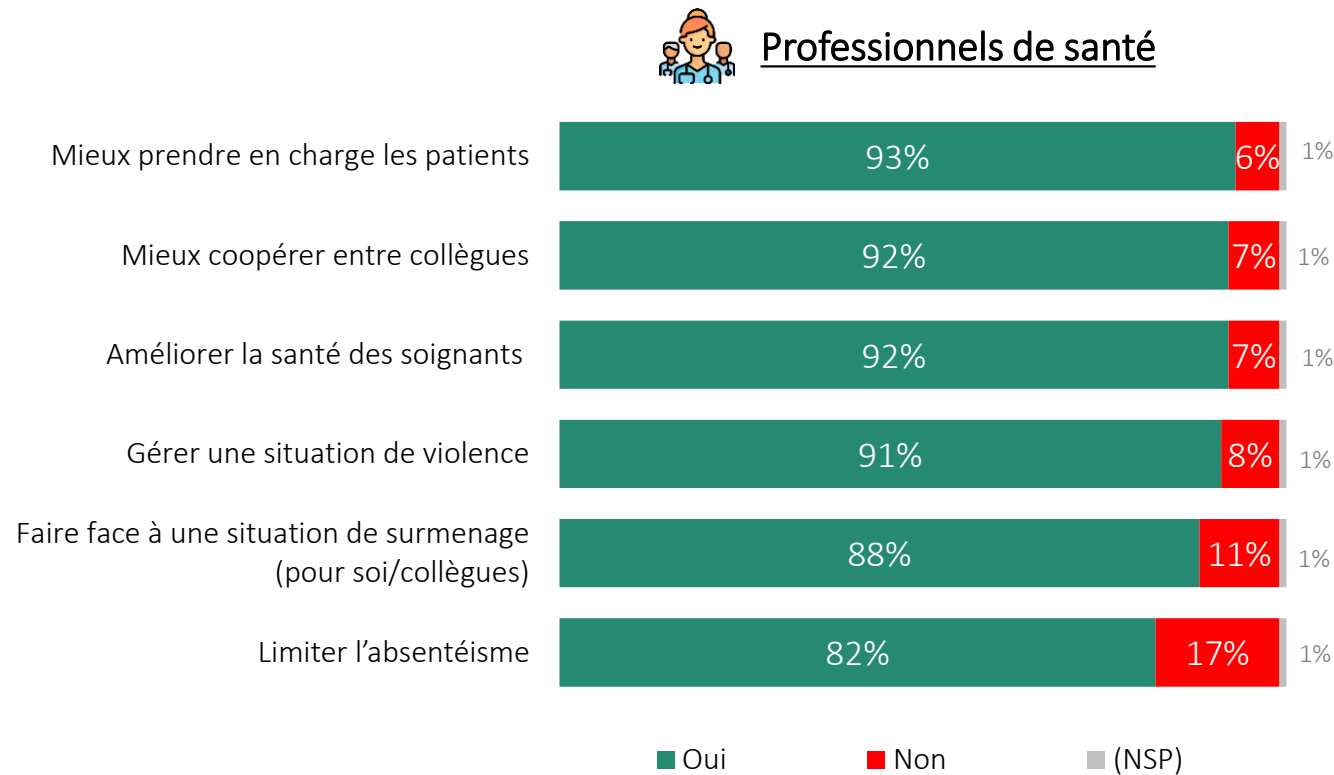


9 PS sur 10 pensent que s'ils étaient mieux formés à la gestion de leur stress cela aurait des bénéfices dans leur exercice au quotidien, qu'il s'agisse de leur meilleure prise en charge des patients, de leur meilleure gestion de la violence ou encore de la limitation de l'absentéisme



Aux professionnels de santé

Pensez-vous qu'être mieux formé(e) à gérer son stress, prendre des décisions constructives, réguler ses émotions, communiquer clairement permettrait de / d' ... ?



En moyenne, 90%
des professionnels de santé estiment
qu'être mieux formés à gérer leur stress leur
permettrait d'obtenir l'un de ces avantages

Solutions privilégiées : La formation professionnelle (1^{er} critère), mais aussi la présence de psychologues dans les services (2^{ème}) et la mise en place de programmes de prévention ou d'ateliers de communication (3^{èmes} ex-aequo) sont les solutions qui sont jugées les plus efficaces par les PS pour améliorer la prise en charge de leur santé psychologique dans leur travail

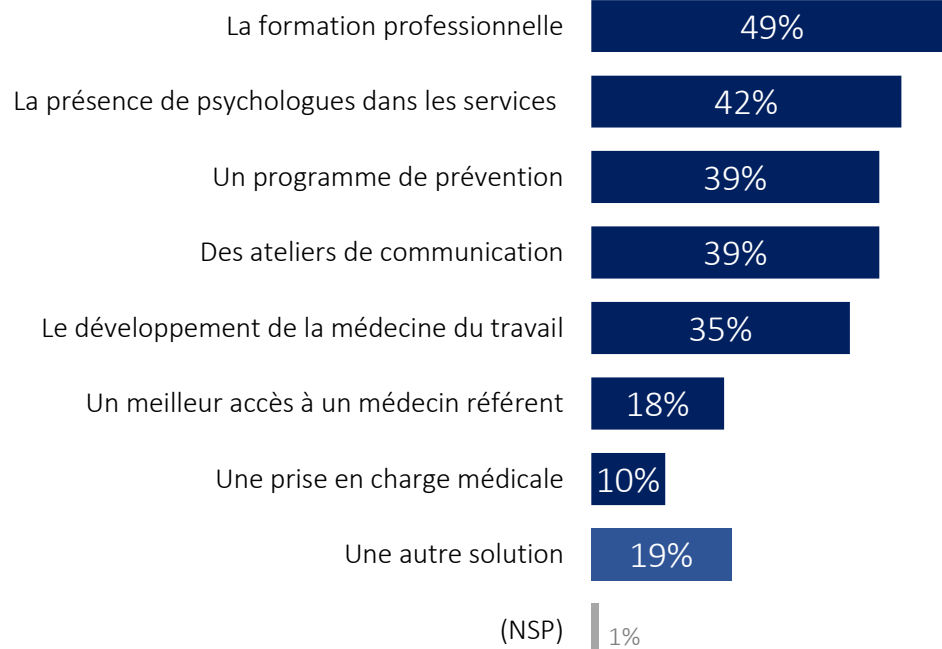


Parmi les solutions suivantes, quelles sont celles qui vous semblent le plus efficaces pour améliorer la prise en charge de votre santé psychologique dans votre travail ?

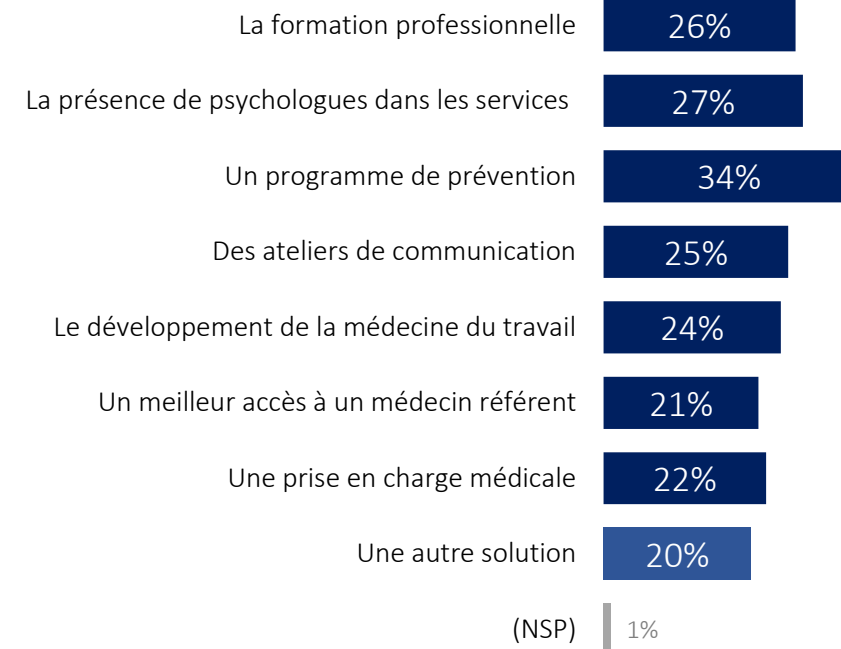
3 réponses possibles



Professionnels de santé



Salariés



Synthèse détaillée



Synthèse détaillée (1/4)

Gaël Sliman, Président d'Odoxa

Les professionnels de santé sont moins satisfaits au travail et plus exposés à la violence et à l'altération de leur santé physique et surtout mentale : les soignants sont 2 à 3 fois plus exposés que les autres actifs

1) 35% des PS sont insatisfaits au travail, soit le double des autres actifs (18%). Mais la situation s'améliore depuis 5 ans : 6 sur 10 étaient insatisfaits en 2020

64% des professionnels de santé (PS) se disent satisfaits de leur travail... mais 35% en sont insatisfaits, soit le double de ce que l'on enregistre chez les autres actifs ! L'écart de satisfaction (près de 30 points) est toujours particulièrement important entre les médecins (89%) et les infirmières et aides-soignantes (60 à 61%)

Si la satisfaction au travail des professionnels de santé est perfectible, depuis deux ans, elle se stabilise à un bien meilleur niveau que ceux enregistrés ces 3 à 5 dernières années. +10 points depuis 2022 et +26 points depuis 2020. Nous sommes face à une courbe en V : après une inexorable chute jusqu'au Covid, la satisfaction des professionnels de santé est progressivement remontée à son niveau antérieur.

2) Cette moindre satisfaction au travail s'explique : 75% des PS ont trop de charge de travail et 54% sont confrontés à la violence au travail. A chaque fois, c'est pratiquement deux fois plus que la population active

Les PS vivent très/trop souvent et bien plus que les autres actifs des situations de stress professionnel : 75% disent avoir souvent un volume de travail important... c'est deux fois plus que les salariés français et 30% des PS font face à l'agressivité physique des patients, soit 50% de plus (11 pts) de plus que les salariés.

D'ailleurs, une nette majorité de professionnels de santé (54%) a déjà vécue à des situations de violence au travail. Ce niveau culmine même à 66% auprès des aides-soignant(e)s... soit deux fois plus que le niveau de violences vécues par les salariés français.

Même tendance s'agissant de leur satisfaction quant à leur équilibre « vie pro – vie perso » : 57% des professionnels de santé sont satisfaits de cet équilibre, ce qui est un peu mieux que l'année dernière (+3 pts), mais 24 points en dessous des niveaux de satisfaction observés chez leurs concitoyens.

Synthèse détaillée (2/4)

Gaël Sliman, Président d'Odoxa

3) Les PS sont deux fois plus nombreux à être en mauvaise santé physique et mentale que les autres actifs

Près d'un professionnel de santé sur deux (45%) a été affecté par un problème de santé ces 3 derniers mois... c'est deux fois plus que la population générale !

La santé mentale des professionnels de santé est un autre sujet majeur de préoccupation : elle les concerne bien plus que les autres actifs et se dégrade encore cette année (6 pts) : aujourd'hui 35% des PS se disent en mauvaise santé mentale. C'est 2,5 fois plus que la population générale !

Pourtant, les Français sont déjà 1 sur 7 (14%) à se sentir en « mauvaise santé mentale » ... c'est déjà bien trop et cela justifie largement d'en faire la « grande cause nationale 2025 ».

Et ce n'est pas là qu'un « sentiment » ou une « perception » mais bien une réalité, tant pour les Français que les PS : 22% des actifs en France et 56% des professionnels de santé (soit 2,5 fois plus que les Français) ont déjà « ressenti de l'anxiété, du stress, une charge mentale excessive, ou des préoccupations liées à leur travail ».

D'ailleurs 4 professionnels de santé sur 10 (39%) ont déjà eu un arrêt de travail pour motif « psychologique » ... c'est 11 points de plus que la population générale (28%).

4) Les PS sont persuadés que leur travail a un impact énorme sur leur santé : plus de 8 sur 10 assurent qu'il a un impact important sur leur bien-être psychologique, sur leur sommeil et sur leurs comportements alimentaires

84% des professionnels de santé pensent que leur travail a un impact sur leur bien-être psychologique dont 40% qui estiment que cet impact est « élevé » ... c'est pratiquement trois fois plus (2,7 fois) que la population générale active. C'est fâcheux car 86% des « PS » pensent que leur santé mentale a un impact important sur la bonne conduite de leurs missions quotidiennes... c'est 20 points de plus que la population générale (66%).

De fait, très concrètement, 4 PS sur 10 (39%) ont déjà été sujets au burn-out, c'est presque deux fois (1,8 fois) plus que les autres actifs (22%, soit 17 pts d'écart). Les causes de ce burn-out sont variées mais tournent essentiellement autour du « manque de reconnaissance » (51% des PS), de la « cadence de travail trop importante » (45%) et de l'inadéquation entre leurs attentes à l'égard de leur métier et sa réalité » (35%).

Mais leurs conditions de travail ne jouent pas que sur leur santé mentale ; les périodes de stress ou d'anxiété qu'ils traversent ont en effet des répercussions importantes sur la santé des PS :

Elles ont ainsi souvent un impact sur la qualité de leur sommeil (89%), sur leurs comportements alimentaires (80%) et sur leur capacité à pratiquer une activité physique (78%). Pour plus d'un tiers d'entre eux (34%) cela les incite même à consommer davantage de substances psychoactives (tabac, alcool, drogues, médicaments).

Synthèse détaillée (3/4)

Gaël Sliman, Président d'Odoxa

Toutes ces conséquences négatives sont nettement plus marquées chez les PS que chez les Français : +20 points en moyenne, et +11 points sur la conséquence la plus grave, la consommation de substances psychoactives (tabac, alcool, drogue, médicaments).

5) Pourtant, les PS font remarquablement face : ils adoptent les bons réflexes et pensent disposer des bonnes compétences et connaissances pour gérer les situations complexes

Heureusement, les PS adoptent les « bons réflexes » lorsqu'ils font face à ces situations de stress intense au travail : le plus souvent, ils « essaient de prendre du recul et d'analyser la situation » (62%) et recherchent des solutions « auprès de leur entourage professionnel » (45%) ou « personnel » (39%).

Mais ils sont si nombreux à être si souvent confrontés à ces situations qu'ils sont une majorité (51% vs 48%) à estimer qu'ils ne reçoivent pas un soutien suffisant de la part de leur entourage professionnel. C'est l'inverse pour les salariés français : une majorité d'entre eux (56% vs 43%) pensent bénéficier d'un soutien suffisant de leur entourage professionnel.

Heureusement aussi, une majorité de PS estime disposer de suffisamment de compétences/connaissances pour gérer les situations complexes auxquels ils sont confrontés dans leur travail. Ils s'attribuent ainsi une note de 7,6/10 sur leurs compétences en communication pour gérer une situation compliquée avec leurs patients.

Plus globalement, en moyenne sur les 3 dimensions testées dans l'étude, les PS s'attribuent une note de 7,3/10 couvrant à la fois, les compétences communicationnelles pour gérer les tensions avec leurs collègues et leurs patients et leur capacité à agir efficacement lorsqu'ils sont confrontés à des situations complexes.

Alors que ces problèmes se posent bien plus souvent, et avec bien plus d'acuité, aux soignants qu'aux salariés classiques en entreprises, les PS se « notent » aussi bien que leurs concitoyens effectuant un travail de bureau plus « classique » et moins sujet au stress : note moyenne de 7,3/10 pour les PS contre une note moyenne de 7,4/10 pour les salariés.

Il faut dire que les répercussions sur leur santé mentale des difficultés qu'ils ont vécues ne datent pas d'hier : 32% des PS ont déjà vécu des difficultés liées à leur santé mentale durant leurs études. Ils se préparent donc depuis longtemps à savoir vivre et gérer ces situations de tensions.

6) Les PS sont positifs sur l'avenir : plus de 8 sur 10 sont convaincus qu'il existe des solutions qui pourraient efficacement mieux les préparer au stress et à la préservation de leur santé mentale

Les PS ne baissent pas les bras et, en plus de bien faire face aux situations complexes aujourd'hui, ils sont convaincus que l'on peut agir à l'avenir pour mieux sensibiliser à la santé mentale et à la gestion du stress.

Synthèse détaillée (4/4)

Gaël Sliman, Président d'Odoxa

Ainsi, en moyenne 88% d'entre eux sont d'accord avec les 8 affirmations testées dans l'étude visant à y parvenir (en les informant mieux ou en les préparant mieux) ... malheureusement, 83% d'entre eux pensent aussi qu'ils n'ont pas été suffisamment formés à la gestion du stress durant leurs études.

En outre, ils sont ouverts aux formations pour les aider dans ces domaines. 9 PS sur 10 pensent que s'ils étaient mieux formés à la gestion de leur stress cela aurait des bénéfices dans leur exercice au quotidien, qu'il s'agisse de leur meilleure prise en charge des patients (93%), de leur meilleure gestion de la violence (91%) ou encore de la limitation de l'absentéisme (82%).

Toutes les solutions sont étudiées ou envisagées mais il en est 3 qu'ils privilégient particulièrement :

La formation professionnelle (1^{er} critère jugé le plus efficace avec 49% de citations), mais aussi la présence de psychologues dans les services (2^{ème} avec 42%) et la mise en place de programmes de prévention ou d'ateliers de communication (3^{èmes} ex-aequo avec 39%) sont ainsi les solutions qui sont jugées les plus efficaces par les PS pour améliorer la prise en charge de leur santé psychologique dans leur travail.

Gaël Sliman, Président d'Odoxa