

Lausanne, le 10 février 2026

COMMUNIQUÉ

Santé mentale des chercheurs suisses: des conditions de travail globalement favorables, mais des fragilités persistantes

Une vaste étude européenne révèle que les chercheuses et chercheurs travaillant en Suisse présentent une meilleure résilience que leurs homologues européens, tout en restant fortement exposés à l'insécurité de l'emploi et aux conflits entre vie professionnelle et vie privée. Ces résultats mettent en lumière le besoin d'initiatives concrètes pour soutenir la santé mentale dans le milieu académique.

Menée dans le cadre de l'Action COST européenne *Researcher Mental Health Observatory* (ReMO), l'enquête STAIRCASE constitue à ce jour le plus vaste benchmark comparatif des conditions de travail et de la santé mentale des chercheurs en Europe. Basée sur les réponses de 4 296 chercheuses et chercheurs issus de 37 pays, dont 596 exerçant en Suisse, l'étude publiée par Unisanté analyse à la fois les déterminants organisationnels du travail académique et plusieurs indicateurs clés de santé mentale et de bien-être.

Des chercheurs suisses plus résilients, mais pas épargnés par le stress académique

Les résultats montrent que les chercheuses et chercheurs travaillant dans les hautes écoles helvétiques présentent, en moyenne, un niveau de résilience significativement plus élevé que leurs homologues européens. Ils rapportent également un contrôle du travail et un sentiment de communauté légèrement meilleurs. En revanche, les niveaux de stress, d'anxiété, de bien-être général et de risque d'épuisement professionnel restent comparables à ceux observés ailleurs en Europe, confirmant la persistance d'une pression structurelle forte dans le monde académique.

Insécurité de l'emploi et conflit travail-famille: des préoccupations largement partagées

Malgré un niveau de revenus globalement mieux évalué dans notre pays, l'étude met en évidence des inquiétudes persistantes liées à l'insécurité de l'emploi, en particulier chez les chercheurs en début et en milieu de carrière. Le conflit entre exigences professionnelles et vie privée demeure également élevé, illustrant la difficulté à concilier charge de travail, attentes institutionnelles et responsabilités personnelles dans le contexte académique actuel.

De fortes disparités entre les universités suisses

L'analyse comparée entre institutions suisses révèle une hétérogénéité marquée. Les chercheuses et chercheurs de l'Université de Zurich affichent les niveaux de bien-être les plus faibles et le risque d'épuisement professionnel le plus élevé, tandis que ceux de l'Université de Berne se distinguent par de meilleurs scores en matière de contrôle du travail et d'intégrité du superviseur. Ces écarts soulignent l'influence déterminante des environnements institutionnels et des pratiques de gouvernance sur la santé mentale des chercheuses et chercheurs.

Des politiques institutionnelles jugées insuffisantes

Dans l'ensemble des pays étudiés, y compris en Suisse, la perception des politiques institutionnelles de prévention et de promotion de la santé mentale est faible. Le croisement des résultats avec d'autres sources nationales met en lumière des lacunes structurelles dans l'offre de services de santé au travail et une faible connaissance des dispositifs existants. Les résultats soulignent la nécessité d'interventions coordonnées, à plusieurs niveaux, afin d'agir sur les déterminants structurels de la santé mentale dans l'enseignement supérieur et la recherche.

Lien

[Raisons de Santé Working conditions and mental health among Swiss researchers](#) (PDF)

Contacts pour les médias

Prof. Irina Guseva Canu, responsable du Secteur épidémiologie et santé au travail, Unisanté, irina.guseva-canu@unisante.ch, 079 556 70 05

David Chauvet, spécialiste en relations médias, Unisanté, david.chauvet@unisante.ch, 079 556 90 03

À propos d'Unisanté, Centre universitaire de médecine générale et santé publique

Unisanté est un centre universitaire de médecine générale et santé publique qui couvre l'ensemble de la chaîne de soins : les soins de première ligne, les soins aux populations vulnérables, la médecine du travail, la promotion de la santé et la prévention, l'organisation du système de santé, ainsi que la recherche et l'enseignement universitaire. Son but est de maintenir et d'améliorer la santé de la population vaudoise. Unisanté est le seul centre interdisciplinaire en Suisse réunissant sous un même toit un tel panel de compétences en santé publique et en soins ambulatoires. L'institution emploie un millier de personnes parmi lesquels une cinquantaine de membres facultaires. Unisanté publie plus de 400 articles dans des revues scientifiques et réalise environ 400 000 contacts avec des patientes et patients chaque année.

En savoir + : www.unisante.ch/apropos