



## Enquête au Royaume-Uni : Un tiers des travailleurs de moins de 25 ans prennent des congés de maladie pour cause de stress

• [20/01/2025](#)

Au Royaume-Uni, un travailleur sur trois âgé de 18 à 24 ans a pris des congés l'année dernière en raison de problèmes de santé mentale liés au stress, selon une enquête menée par Mental Health UK.

**Épuisement professionnel** : L'enquête menée auprès de 2 436 adultes travaillant au Royaume-Uni a révélé que les moins de 25 ans étaient plus susceptibles de prendre des congés de maladie liés au stress que tout autre groupe d'âge.

Les pourcentages de ceux qui ont déclaré un épuisement professionnel sont les suivants :

- 35 pour cent des 18-24 ans
- 29 pour cent des 25-34 ans
- 25 pour cent des personnes âgées de 35 à 44 ans
- 14 pour cent des 45 à 54 ans
- 10 pour cent des personnes âgées de 55 ans et plus

Les jeunes travailleurs ont déclaré être stressés par des problèmes tels que le travail supplémentaire non rémunéré ou des horaires de travail plus longs, nécessaires en raison de l'augmentation du coût de la vie.

Seul un tiers des personnes âgées de 18 à 24 ans a déclaré être en mesure de se détacher de leur travail lorsqu'elles en avaient besoin.

Une proportion élevée et croissante de jeunes souffre d'une mauvaise santé mentale. Environ un tiers des jeunes de 18 à 24 ans souffrent de ce que l'on qualifierait de désordre mental courant, comme l'anxiété, la dépression ou la bipolarité, et cela a des répercussions sur leur éducation et le monde du travail.

—Louise Murphy, *Resolution Foundation*

**Vaincre l'anxiété** : L'anxiété et d'autres problèmes mentaux affectent les gens dans le monde entier, en particulier les jeunes générations. Nous vivons dans un monde de plus en plus stressant, mais il existe un moyen de surmonter les soucis et les pressions de la vie quotidienne.