

20260602 InfoMigrants

<https://www.infomigrants.net/fr/post/71681/cest-linstabilite-qui-les-casse--un-rapport-documente-limpact-des-demarches-sur-la-sante-mentale-des-travailleurs-etrangers-en-france>
[Actualités](#)



(Illustration) Selon un rapport, la santé mentale des travailleurs étrangers est lourdement impactée par les démarches pour se faire régulariser ou renouveler un titre de séjour. Crédit : Picture alliance

"C'est l'instabilité qui les casse" : un rapport documente l'impact des démarches sur la santé mentale des travailleurs étrangers en France

Par [Romain Philips](#)

Dans un rapport publié ce mardi 2 juin, Amnesty International documente la détresse des étrangers en France dans leurs démarches pour se faire régulariser ou renouveler leur titre de séjour. Face aux multiples obstacles, des professionnels de santé témoignent de "l'effondrement" de leurs patients.

"J'ai des soucis dans la tête, je ne suis pas concentré sur mon travail. Je me réveille parfois la nuit en criant 'qu'est-ce que je fais ici ?'. Parfois je ne dors pas et après je me lève à cinq ou six heures pour aller au travail. La tête ne peut pas être tranquille", explique Sekou, Malien et ouvrier dans le bâtiment.

Lamiya, une ressortissante algérienne raconte, elle, son "angoisse". "Ca me réveillait la nuit. Je rentrais à la maison, j'étais stressée. À la maison, je suis seule, personne ne me voit, c'est là que je sors mes émotions. [Mais] une fois, ça m'est [quand même] arrivé de pleurer devant ma fille. Je n'étais pas bien".

A lire aussi

["Je suis en CDI et je paie mes impôts comme tout le monde" : la galère d'un agriculteur sénégalais pour se faire régulariser en France](#)

Malik, un Camerounais ouvrier dans le bâtiment, a fait la dure expérience de perdre ses droits à cause d'un trop long délai pour le renouvellement de son titre de séjour. "Ça me fait encore mal d'en parler. [À la préfecture] j'étais choqué, j'avais les larmes aux yeux. Parce que je n'étais plus en situation régulière, [mon employeur] m'a suspendu. C'était la pire période de mon année, je n'oublierai pas", témoigne-t-il.

Tous ces témoignages sont issus du [dernier rapport d'Amnesty international](#), publié mardi 2 juin, sur l'impact de "la précarité des titres de séjour" sur la santé mentale des travailleurs étrangers en France. Selon l'ONG, sur les 27 personnes rencontrées, "26 ont décrit différents symptômes indicateurs d'une santé mentale fragile qui, selon elles, découlent directement de l'instabilité de leur droit au séjour, des processus de renouvellement des cartes de séjour, du fait de vivre sous documents provisoires et du risque constant de se retrouver en situation irrégulière".

Toutes les personnes interrogées ont confié ressentir des symptômes tels que des crises d'angoisse, une profonde anxiété, des troubles du sommeil. "Et à ces troubles, s'ajoutent aussi une importante fatigue physique et mentale, des crises de larmes, des douleurs au corps", ajoute le rapport. Certaines personnes ont également confié que leur précarité administrative les a déjà mené à la dépression pouvant aller jusqu'à des idées suicidaires.

"La première cause de stress, c'est l'accès à un statut administratif"

Pour dresser ce constat, Amnesty International a aussi interrogé plusieurs psychiatres, psychologues et professionnels de santé. "Quand les personnes arrivent en consultation, la première cause de stress qu'elles évoquent, c'est l'accès à un statut administratif", explique la psychiatre Tortelli, membre de Capsys, unité dédiée à la santé mentale des personnes exilées en situation de précarité en Ile-de-France. "Sur le plan psychique, c'est l'instabilité qui les casse", ajoute-t-elle.

Une instabilité notamment due à la durée des titres de séjour "vie privée et familiale" : un an lors d'une première demande, deux à quatre ans lors d'un renouvellement. Car en France, chaque renouvellement est un parcours ponctué de nombreuses difficultés : "Créneaux introuvables en préfecture, plateforme en ligne défaillante, timbre fiscal de 250 euros à payer à chaque renouvellement...", énumère le rapport.

A lire aussi

[Titres de séjour : le Conseil d'État enjoint l'Intérieur français à "prendre toutes les mesures nécessaires" pour corriger les "dysfonctionnements" de l'Anef](#)

Directeur médical de l'association Parcours d'Exil, le docteur Daculsi observe au quotidien "l'effondrement de ses patients" quand vient l'heure du renouvellement. "Souvent les premiers mois, ils redorment, reprennent goût à la vie, se réinvestissent dans des relations sociales. Et au moment des procédures, on a l'impression de repartir à zéro. Je le vois avec des patients plutôt stabilisés, qui, au moment des procédures pour les renouvellements, s'effondrent comme un château de cartes", témoigne-t-il dans le rapport.

"C'est toute leur vie qui s'effondre comme un château de cartes"

Ces procédures traumatisent car, note le rapport, "les personnes cherchant à renouveler leur carte de séjour se heurtent à une absence totale de réponse de l'administration". Ainsi, sans réponse ni possibilité de parler directement aux services préfectoraux, "certaines personnes se retrouvent prises au piège d'une situation d'irrégularité qui s'installe dans la durée". Certaines personnes n'obtiennent pas leur titre de séjour à temps, sombrant ainsi dans l'irrégularité. Elles risquent donc de tout perdre "ce qui peut les amener à s'endetter pour survivre et subvenir aux besoins de leur famille". "Et cette vulnérabilité économique affecte encore davantage leur santé mentale", argumente le rapport.

Depuis la mise en place de la dématérialisation des procédures, de nombreuses ONG et médias – dont InfoMigrants – documentent la galère des migrants dans leur démarche.

[Dans une interview accordée à InfoMigrants en mars 2026](#), l'avocat Maître Alexandre Delavay, faisait le même constat : "Il y a aussi les personnes en règle qui n'arrivent pas à renouveler leur titre de séjour. Et là, c'est toute leur vie qui s'effondre car de leur situation administrative dépend tout le reste. En l'espace de quelques mois, vous pouvez être un ressortissant étranger parfaitement inséré en France et tout perdre à cause d'un embouteillage au sein des préfectures et d'un manque de moyens humains au sein de ces préfectures".

"Des patients ont déjà reporté des rendez-vous chez le cardiologue à cause de leurs papiers"

Amnesty International réclame, elle aussi, des mesures urgentes. Car au delà de l'impact sur la santé mentale, cet enfer administratif peut être responsable de problèmes de santé plus graves. Notamment car les périodes de renouvellement reviennent sans cesse : "Cela peut entraîner des retards de diagnostic ou de traitement sur des problèmes de santé chroniques et graves".

"Des patients ont déjà reporté des rendez-vous chez le cardiologue à cause de leurs papiers. Les personnes peuvent oublier ou reporter un rendez-vous médical important mais jamais un rendez-vous en préfecture", explique un médecin généraliste au centre de santé de Blosne, à Rennes, cité dans le rapport.

Pour tenter de répondre au problème, le ministre de l'Intérieur, Laurent Nuñez, a annoncé vendredi 10 avril [un "plan global"](#) pour que les étrangers en situation régulière ne se retrouvent pas privés de leurs droits lors du renouvellement de leurs titres de séjour.

"L'objectif, c'est de diviser par deux le temps de traitement des titres de séjour : 55 jours en moyenne, contre 117 l'année dernière", explique le ministre.

Ce texte de cinq pages souligne "la priorité" que constitue "la lutte contre les ruptures de droits" lors du renouvellement des cartes de séjour, "en particulier pour ceux qui relèvent de l'immigration professionnelle". Dans son instruction, le ministère de l'Intérieur préconise également d'automatiser le renouvellement des attestations.