

Ma thèse en 180 secondes : une édition 2026 marquée par un discours sur les difficultés des doctorants

Publié le 29 mai 2026 à 14h08, modifié le 29 mai 2026 à 18h35

Diffusé sur [Recherche et Innovation](#)

6 minutes de lecture Dépêche n°751091

À usage unique de *Elodie LEGRAND*

<https://www.aefinfo.fr/depeche/751091-ma-these-en-180-secondes-une-edition-2026-marquee-par-un-discours-sur-les-difficultes-des-doctorants>

Par [Sylvain Marcelli](#)

La finale nationale de Ma thèse en 180 secondes, organisée jeudi 28 mai au théâtre Sébastopol à Lille, a consacré Yaël Wormser, doctorante en microbiologie à l'université Paris Cité et à l'Institut Pasteur, pour une présentation sur de futurs antibiotiques contre la tuberculose. La treizième édition du concours de vulgarisation scientifique a aussi été ponctuée par l'intervention très applaudie de Jean Pauly, deuxième prix, qui a dénoncé la précarité, l'isolement et la "culture de la souffrance" qui pèsent sur les doctorants. L'événement a porté 21 finalistes sur le devant de la scène.



La finale nationale 2026 de Ma thèse en 180 secondes était animée, à Lille, par Daniel Fiévet, animateur sur France Inter, en présence d'un millier de personnes | *Crédit image : S.Ma.*

"Bienvenue au défilé de bactéries." C'est ainsi que Yaël Wormser, doctorante en microbiologie à l'université Paris Cité et à l'Institut Pasteur de Paris, a ouvert sa présentation lors de la treizième

édition du concours Ma thèse en 180 secondes, organisée jeudi 28 mai 2026 au théâtre Sébastopol, à Lille. En trois minutes, elle a montré avec humour comment ses recherches pouvaient contribuer au développement "d'antibiotiques haute couture", "pour faire tomber de son podium la bactérie responsable de la tuberculose". La jeune chercheuse a aussi un compte Instagram (Lady Pipette) où elle diffuse des **clips de "rap scientifique"**.

Les règles du jeu

Les candidats, préparés par des coachs, doivent produire un condensé de vulgarisation scientifique, en misant sur l'éloquence, la fluidité, la présence vocale et scénique. "Cela reste un show", souligne Émilie Smondack, cheffe du service Grands événements et Médiation scientifique du CNRS. Cette année, les finalistes ne pouvaient pas s'appuyer sur une diapositive. "Nous avons ajouté cette petite difficulté après avoir constaté que les *slides* étaient de plus en plus faits avec l'IA et donc se ressemblaient toutes un peu", explique t elle.

Mais celui dont on parlera sans doute le plus à l'issue de cette finale est Jean Pauly, deuxième prix du concours, qui a soutenu sa thèse fin 2025 à l'université de Lorraine en psychologie et neurosciences. Sur scène, il a marqué le jury en représentant debout, assis, couché les états affectifs traversés par les astronautes lors d'une mission de longue durée, de l'excitation du départ à l'isolement. Mais il a aussi parlé de la santé mentale des doctorants lors de son discours de remerciement. "Ce soir, nous avons eu une version fun, simplifiée et sexy du doctorat. Je veux quand même rappeler que la réalité est nettement plus sombre", a t il déclaré.

Une "culture de la souffrance"

Jean Pauly a décrit le statut du doctorant comme "hybride, flou, mal défini", exposant aux abus, aux charges de travail excessives et à une "culture de la souffrance" très présente dans le monde académique. "Un doctorant sur quatre est dépressif, un sur six a des troubles anxieux, la consommation d'antidépresseurs ne fait qu'augmenter avec les années du doctorat", a t il souligné. À ses yeux, le manque de moyens des universités aggrave cette situation : quand les budgets de recherche diminuent, la charge de travail des chercheurs augmente. "Comme MT180 et comme vous tous ici dans cette salle, nous défendons l'idée d'une université publique, ouverte, libre, indépendante, à qui l'État fait confiance et donne les moyens de travailler correctement", a t il conclu, très applaudi.

Le président de l'université de Lille, Régis Bordet, a rebondi sur cette intervention en évoquant l'audition, cette semaine, des présidents d'université par une commission sénatoriale. "Au lieu de couper les cheveux en quatre pour savoir pourquoi certains étudiants n'auraient pas une trajectoire linéaire, il vaudrait mieux investir massivement dans les universités françaises et les organismes de recherche, ainsi que dans leurs agences de programmes santé. C'est l'avenir de notre pays, de la souveraineté européenne, de la démocratie", affirme t il.

Un sujet qui reste tabou

Joint par AEF info vendredi 29 mai, Jean Pauly souligne qu'il ne remet pas en cause l'intérêt du concours, mais qu'il a voulu profiter de la tribune qui lui était offerte. "La recherche, c'est passionnant, mais derrière, il y a de la sueur, des larmes et du sang", dit-il. "En 180 secondes, on ne rend pas compte des galères, on donne une image très édulcorée de la science, qui semble facile." Lui-même a vu sa thèse prolongée de deux ans et demi à cause du Covid et de la guerre en Ukraine, son terrain de recherche étant à Moscou.

Le jeune docteur décrit le doctorat comme une période de grande fragilité, très exigeante et peu rémunérée. "J'ai moi-même pris des antidépresseurs. Et la première année de ma thèse, une doctorante s'est suicidée dans mon école doctorale. Mais quand on parle de ces sujets, ça crispe", constate-t-il. Les doctorants, "pressés comme des citrons", victimes "d'abus multiples", ont le sentiment de devoir travailler sans cesse. "La thèse constitue un terrain fertile pour les problèmes de santé mentale mais le système ne se donne pas les moyens de contrôler", regrette-t-il.

Lors de la première édition française de Ma thèse en 180 secondes en 2014, le sujet n'aurait pas pu être abordé, estime la lauréate, Marie Charlotte Morin, également contactée par AEF info. Pourtant, les difficultés étaient déjà présentes. "Le doctorat est une période difficile, qui demande beaucoup d'abnégation. Si vous prenez vos cinq semaines de vacances, si vous ne revenez pas travailler le week-end, vous êtes mal vus. Et quand, comme moi, vous faites un enfant pendant la thèse, c'est encore plus dur". Le concours lui a permis de quitter le monde de la recherche pour celui de la vulgarisation scientifique, dans les collèges, les lycées et au théâtre.

Plus de 50 événements labellisés MT180

Depuis 2014, près de 7 000 chercheurs ont été formés à la médiation scientifique et à la prise de parole en public. Inspiré du concours australien Three Minute Thesis, repris en 2012 au Québec, MT180 s'est imposé progressivement dans plusieurs pays francophones. En France, il est organisé et financé à parts égales par France Universités et le CNRS. L'organisation de la finale nationale coûte en moyenne 30 000 euros, incluant la diffusion en direct sur YouTube et, depuis trois ans, sur Twitch.

Les places sont attribuées au prorata du nombre de doctorants dans chaque région, ce qui donne davantage de candidats à Paris et en Île de France. Les thématiques de recherche ne sont pas prises en compte. Cette année, l'édition a été dominée par les sciences du vivant, de la santé et de l'environnement.

Les candidats sont sélectionnés lors de finales locales et régionales. Cette année, plus de 50 événements ont été organisés par les délégations régionales du CNRS et les universités. "Le nombre d'événements a doublé en quelques années", souligne Marine Lopes, chargée du projet au sein de France Universités. Le concours permet aussi de sensibiliser les lycéens, qui travaillent leur grand oral avec les candidats et remettent leur propre prix. Cette année, ils ont distingué la finaliste régionale des Hauts de France, Wendy Arondal, doctorante en première

année au sein du centre de recherche sur les cancers OncoLille (université de Lille/CNRS/Inserm/Centre Oscar Lambret).

Ignace Yapi, doctorant en sciences de l'ingénieur dans un laboratoire CNRS de l'université Sorbonne Paris Nord, a obtenu le troisième prix du jury. Jeanne Maucourt, doctorante à l'Institut de chimie des milieux et matériaux de Poitiers (université/CNRS), le prix du public.

Un concours parfois critiqué

L'événement n'échappe pas aux critiques. Dans un article publié en 2019 dans la revue *Savoir/Agir*, le chercheur belge Vincent Mariscal (université catholique de Louvain) voit dans *Ma thèse en 180 secondes* le symptôme d'une transformation du monde académique. Il y voit moins un simple exercice de vulgarisation qu'une mise en concurrence des doctorants, inscrite dans un contexte de précarisation, de raréfaction des postes et de pression à la reconnaissance. "Le dispositif du concours est particulièrement efficace dans sa capacité à agir sur les espoirs, notamment celui des femmes, dont les chances objectives d'obtenir un poste à l'université sont inférieures à celles des hommes", relève-t-il.

Cette critique a été prolongée en 2021 par les sociologues Jean Marc Corsi, Jean Frances et Stéphane Le Lay dans l'ouvrage *Ma thèse en 180 secondes. Quand la science devient spectacle*, publié aux Éditions du Croquant. Les auteurs interrogent la tension entre vulgarisation scientifique et logique de concours. Ils soulignent que les doctorants apprécient l'exercice mais que l'effort de vulgarisation peut créer un décalage entre le sujet réel de la thèse et la manière dont il est présenté. La réalité de la recherche s'efface alors devant la promesse grand public, ce qui expliquerait le succès de thématiques comme la lutte contre le cancer.