

**COMMUNIQUE DE PRESSE**

**18 avril 2019**

## **La gestion du stress des dirigeants de TPE**

### Premier bilan des travaux menés par GARANCE et l'Observatoire AMAROK

---

**GARANCE et l'Observatoire AMAROK, que dirige le Professeur Olivier TORRES, tirent un premier bilan des études qu'ils réalisent ensemble depuis 2017 sur la santé des dirigeants de TPE-PME. Un des premiers enseignements de ces travaux concerne la mise en lumière de la stratégie d'adaptation des artisans et commerçants face aux situations de stress.**

Conclu en décembre 2016, le partenariat entre GARANCE et l'Observatoire AMAROK vise à étudier la santé et le bien-être au travail d'un échantillon de dirigeants d'entreprise et conjoints adhérents de GARANCE, dans une perspective de prévention des risques de santé des dirigeants des TPE et PME.

Tous ces adhérents appartiennent au secteur de l'artisanat et du commerce de proximité. A noter qu'à l'issue de l'étude, chaque dirigeant recevra un livret personnalisé, synthétisant et analysant ses données de santé personnelles.

Ce partenariat, conclu pour une durée de trois ans, a débuté en février 2017 avec la réalisation de plusieurs enquêtes en ligne réalisées en 2018 et 2019.

Un premier bilan de ces enquêtes vient d'être établi par les deux partenaires ; il met notamment en évidence les stratégies d'adaptation qu'adoptent les artisans et commerçants interrogés, face aux situations de stress qu'ils doivent affronter. Pour l'essentiel, ces stratégies sont positives et reposent sur l'action (réinterprétation positive, planification, etc.).

A l'inverse, les stratégies qui sont les moins utilisées par les répondants, sont des stratégies dites « d'évitement », dans lesquelles les répondants évitent d'avoir à faire face à ces situations difficiles et à les gérer.

Olivier TORRES observe : *« Face au stress, les dirigeants d'entreprise ont une stratégie d'adaptation salutogène, c'est-à-dire bonne pour la santé et qu'à l'inverse ils sollicitent peu les stratégies pathogènes. Les résultats de cette recherche mettent en évidence les bonnes stratégies d'adaptation des dirigeants de TPE et PME. Ils montrent que l'action est un principe salutaire. »*

Philippe BOLLECKER, Directeur général de GARANCE constate à son tour que « *la croyance en la maîtrise de son destin, l'esprit créatif et adaptatif, l'auto-efficacité sont des vertus entrepreneuriales qui sont fortement présentes dans le monde artisanal. Dès lors, il n'est pas étonnant que les chefs d'entreprise interrogés choisissent instinctivement des modes de gestion du stress fondés sur l'action et qu'ils répugnent l'usage de modes passifs comme le déni ou le désengagement.* »

## ENQUETE GARANCE & OBSERVATOIRE AMAROK : le profil des répondants

L'enquête GARANCE-Observatoire AMAROK a débuté en octobre 2017 ; à ce jour, trois vagues ont été menées auprès de 1234 répondants pour le premier questionnaire, et de 1164 pour le deuxième questionnaire.

- Les femmes représentent **30 %** des répondants
- L'âge moyen des répondants est de **52 ans** ; à noter que **81 %** des dirigeants de l'échantillon ont 45 ans ou plus.
- **76,65 %** des répondants déclarent un niveau de formation inférieur ou égal au bac, **17,76 %** un niveau bac+2/3 et **5,60 %** un niveau bac+4/5 ou supérieur.
- Les répondants dirigent une entreprise ayant un effectif d'environ 3 salariés. La très grande majorité d'entre eux (**91,41 %**) dirigent une micro-entreprise (1 à 9 personnes) qui, pour une grande partie d'entre-elles, sont sans salariés. Seuls **8,59 %** sont à la tête d'une petite ou d'une moyenne entreprise au sens de l'Union européenne c'est-à-dire d'une structure d'au moins 10 personnes.
- Les répondants sont le plus souvent créateurs de leur entreprise (**63,20 %**).

[Lire les résultats complets de l'étude.](#)

### A propos de GARANCE

Acteur majeur de l'épargne et de la retraite avec près de 275 000 adhérents et 350 000 contrats en portefeuille, GARANCE est un assureur mutualiste ouvert à tous les publics, professionnels et particuliers. GARANCE est aussi un acteur économique qui développe de nombreuses actions en matière de Responsabilité sociétale des entreprises : adhésion à la Charte de la diversité en entreprises, innovation participative, investissements socialement responsables, etc. Cet engagement fort est reconnu par le label LUCIE. Grâce à sa Fondation placée sous l'égide de la Fondation de France, GARANCE apporte également son soutien à l'apprentissage, ainsi qu'à l'accompagnement des dirigeants d'entreprise de l'économie de proximité. [www.garance-mutuelle.fr](http://www.garance-mutuelle.fr) @GaranceMutuelle

### A propos de l'Observatoire AMAROK

AMAROK est un observatoire à vocation scientifique et expérimentale dont le but est l'étude des croyances, des attitudes et des comportements des dirigeants des PME, artisans, commerçants, professions libérales et agricoles l'égard de la santé physique et mentale, que ce soit leur propre santé ou celles de leurs salariés. Il propose aussi des actions de prévention et d'assistance.

L'observatoire a été créé en 2009 par Olivier TORRES, Professeur des Universités, titulaire de la chaire santé des entrepreneurs (LABEX Entreprises, MOMA), chercheur associé à Montpellier Business School, et spécialiste des petites et moyennes entreprises (PME). L'observatoire fédère une quinzaine de chercheurs qui étudient les liens entre la santé de l'entreprise et celle de son dirigeant.

[www.observatoire-amarok.net](http://www.observatoire-amarok.net)

### Contacts presse GARANCE :

<b>Elisabeth MARZAT</b>	01 53 21 12 44 / 06 65 59 61 69	<a href="mailto:emarzat@garance-mutuelle.fr">emarzat@garance-mutuelle.fr</a>
<b>Mélanie MILON</b>	01 53 21 12 43 / 06 65 30 81 00	<a href="mailto:mmilon@garance-mutuelle.fr">mmilon@garance-mutuelle.fr</a>

### Contact presse Observatoire AMAROK :

04 67 06 20 33

[obs.amarok@gmail.com](mailto:obs.amarok@gmail.com)