

tribune libre

La solitude du chef d'entreprise : une réalité



Éric Jacquemetton.

(À la mémoire de Stéphane Coppens - Dirigeant des Ets Callac-Coppens) On parle en ce moment beaucoup - et souvent à juste titre - du stress au travail, du mal-être des salariés, de la détresse ressentie par des travailleurs soumis à des contraintes très difficiles à concilier et à gérer, particulièrement en cette période de post-crise économique.

Face aux cas de dépression allant parfois jusqu'au suicide, l'État s'est mobilisé pour attirer l'attention des dirigeants sur la prévention des risques psychosociaux en préconisant des mesures spécifiques de soutien psychologique pour les salariés les plus fragiles et une organisation du travail plus humaine, en général. Cela est d'autant plus indispensable que « *Le chef d'entreprise a l'obligation d'assurer la sécurité et de protéger la santé de ses salariés au travail.* » (art. L.230-2 du code du travail).

OUI MAIS...

Ceci posé, il faut bien constater qu'on évoque fort rarement la question du stress du chef d'entreprise, et en particulier au niveau des petites ou moyennes entreprises.

Tout en haut de la pyramide, il est le recours ultime pour toutes les questions complexes posées par ses collaborateurs, celui vers lequel on se tourne pour toute décision importante, ou pour toute revendication, légitime ou non.

Or, le goût de l'entrepreneuriat, la capacité à développer une activité personnelle et à assumer des responsabilités importantes ne font pas de lui pour autant un surhomme ! Personne au-dessus de lui vers qui se retourner pour l'aider à faire les

bons choix, à prendre des risques calculés, à trancher avec sérénité et justesse pour régler les problèmes humains, financiers, organisationnels de l'entreprise : embaucher, licencier, investir, produire, administrer, négocier...

Certes, une telle position est stimulante et booste l'adrénaline ; mais à la longue, ou en cas de crise, la solitude se fait durement ressentir, occasionnant des problèmes de santé morale ou physique sérieux, le poussant à l'acte ultime parfois.

Habitué à l'action, pressés par des plannings très chargés, les chefs d'entreprise intègrent rarement dans leur organisation personnelle des moments pour eux, permettant de prendre parfois du recul, de lâcher un peu de lest, de se reposer, de se ressourcer.

Certains tireront spontanément leur énergie du contact, élaboreront leurs pensées en parlant et s'exprimeront spontanément. D'autres iront plutôt chercher leur ressources dans leur monde intérieur et parleront après avoir réfléchi.

À qui peut-il se confier ? À qui peut-il dire ses interrogations sans craindre de voir son leadership ou sa réputation mis en doute ?

Doit-il dire ce ça va, le cacher, voire mentir ? Peut-il en parler à sa famille ? Qui l'accompagnera dans les succès ou les échecs sans forcément le blâmer ?

De quelle protection dispose-t-il ? Quelle place prendre entre victime, sauveur et persécuteur ?

La pression

Quelle soit directe, indirecte, elle fait partie du quotidien. Une bonne pression est saine, stimulante, elle permet de découpler les énergies. La mauvaise pression, quant à elle, a des conséquences néfastes voire désastreuses.

Cette pression est « vicieuse » puisque indirectement provoquée par un tiers, interne ou externe de l'entreprise, un salarié, un partenaire bancaire qui se rétracte, un fournisseur qui vous lâche...

Les causes sont multiples, très souvent les origines sont financières.

Trop souvent c'est le retrait bancaire qui génère cette pression. Imaginez ce que peuvent occasionner les appels répétitifs des banques pour un problème de découvert, de chèques impayés, de traites refusées. Je ne souhaite nullement être polémique, je souhaiterais simplement qu'on élève le débat. Qu'on entame le débat !

Il existe des solutions, travaillons les causes, pas les effets.

ET POURQUOI PAS ?

Il existe pléthore de fédérations nationales, dépendantes de multiples branches professionnelles, toutefois qui défend et protège le « statut de chef d'entreprise » ?

Je propose que nos dirigeants politiques s'impliquent davantage pour ceux qui font les emplois de nos territoires. Pourquoi ne pas envisager la création d'une Fédération nationale des dirigeants d'entreprises ? Structure qui aurait en charge les aspects juridiques et financiers liés à la gestion d'une entreprise, mais aussi et surtout un rôle préventif, d'accompagnement et de soutien. Bien entendu, il existe des outils, mais trop souvent inutilisés car très souvent méconnus.

Rappelons que près de 85 % des entreprises ont moins de dix salariés... Que ces dirigeants n'ont pas d'organisme fédérateur vers lequel réellement se tourner en cas de détresse. Car c'est bien de détresse qu'il convient de parler pour certains d'entre eux.

Pourquoi continuer à alimenter des statistiques, s'effarer du nombre de suicide de dirigeants d'entreprise, et lâchement se décharger sur le dos de la fatalité ?

Non, la solitude du chef d'entreprise n'est pas une fatalité inhérente au statut, c'est une réalité.

Quand défendrons-nous enfin le statut du chef d'entreprise ? Quand allons-nous le considérer pour ce qu'il est, pour ce qu'il fait ?

Des moyens de compenser

Face à ce constat, que préconiser, quels sont les moyens à mettre en œuvre ?

Voici quelques suggestions :

- Faire partie d'un réseau de chefs d'entreprise, mais pas seulement en vue « de faire du business ». Il est très utile de fréquenter ses pairs, d'échanger sur des problématiques communes, sur des solutions qui ont fonctionné pour les uns, sur des informations passées inaperçues.

- Profiter sans faute des budgets formation annuels du chef d'entreprise pour renforcer ses compétences, rencontrer des spécialistes avisés, traiter de problématiques spécifiques, échanger avec d'autres chefs d'entreprise dans le cas de formations collectives...

- S'accorder les services d'un coach en entreprise pour poser les problématiques, les examiner avec l'aide d'une personne extérieure, se confier, prendre du recul, mieux

comprendre les enjeux, relativiser ou hiérarchiser les problèmes, libérer son inconscient ou son intuition en vue de régler de manière optimale les questions posées...

- Ne pas négliger le physique. *Mens sana in copore sano...* un esprit sain dans un corps sain... À chacun de trouver l'activité bienfaisante (sport, promenade dans la nature, sieste, yoga...) à pratiquer régulièrement, mais à son rythme, de manière à ne pas épuiser les ressources physiques indispensables à une activité intense comme l'est la direction d'une entreprise, à les renouveler, et, mieux encore, à les renforcer !

- S'accorder aussi de temps à autre des loisirs (sorties, vie sociale, bénévolat...) qui permettent de s'aérer le cerveau, de s'évader pour un moment, de rencontrer des personnes avec lesquelles partager des goûts, des valeurs, des moments de convivialité qui font partie d'une vie et participent à l'épanouissement personnel...

- Les plateformes d'aide aux entreprises : il existe des permanences gratuites d'aide et de soutien aux dirigeants d'entreprises. À votre écoute tous les mercredis matin sur Blois. Vous analysez vos difficultés, vous repartez avec des réponses et des solutions.

Téléphone : 02 54 56 06 06

Certes, dira-t-on, ces conseils de bon sens sont l'évidence même !

Mais l'expérience montre que la tentation est grande, dans le quotidien d'un chef d'entreprise, de les négliger, avec les excuses - légitimes au premier abord - du manque de temps, du devoir avant tout, de la fatigue... Pourtant, 5% de son temps consacrés à son bien-être démultiplient l'énergie, les capacités d'analyse, la clairvoyance, et bien entendu, l'efficacité, notion primordiale au niveau du développement de l'entreprise !

Alors, puisque face aux nombreuses responsabilités qui sont les leurs, personne ne se préoccupe réellement du bien-être des dirigeants, c'est encore à eux de prendre soin d'eux, en se donnant les moyens de maintenir un équilibre indispensable à une réussite durable et à un épanouissement personnel, auquel ils aspirent et qui a été bien souvent, ne l'oublions pas, à l'origine de leur démarche entrepreneuriale, de leur projet de vie.

Une société entrepreneuriale c'est une société qui se réveille, qui a confiance et qui avance...

Mesdames, messieurs les politiques, combien de temps encore ? Combien d'hommes, de femmes devront nourrir les statistiques ? Le temps est venu, il faut agir...

Éric Jacquemetton
Dirigeant Cabinet EQUAS
CONSEILS - BLOIS