

*Agissons de manière responsable.
Faisons de la santé mentale des dirigeants
une priorité en entreprise.*

Charte d'engagement

Nous, investisseurs en capital risque, business angels, fonds corporate, accélérateurs, cabinets de conseil et globalement acteurs de l'écosystème de la FrenchTech

Considérons que

Le processus de création d'une entreprise entraîne énormément de difficultés, de prises de risques et d'ambiguïté intense.

Les dirigeant(e)s (fondateurs.trices, CEOs et C-Levels) font d'innombrables sacrifices, tant professionnels que personnels, au détriment de leur équilibre voire de leur santé mentale.

Étant prouvé que les conséquences pour les dirigeant(e)s sont sérieuses

Les luttes des dirigeant(e)s en matière de santé mentale restent stigmatisées et sont rarement évoquées^{1 2}:

- 85% évoquent un stress très élevé et 42% redoutent l'échec;
- 65% envisagent de quitter leur job;
- 65% s'isolent de leur proches ou leurs amis;
- 57% ont abandonné le sport;
- 42% ont une hygiène alimentaire dégradée;
- 38% souffrent de dépression, TDAH, troubles bipolaires et anxiété;
- 3% font des tentatives de suicide;
- 1,7% font l'objet d'hospitalisations psychiatriques.

Étant donné que les conséquences pour les entreprises sont directes

Un(e) dirigeant(e) en souffrance entraîne un manque de clairvoyance dans les décisions, ce qui conduit à une mauvaise gestion, des erreurs de décisions et une entreprise en difficulté. Pour les actionnaires, la perte de valeur, voire l'échec, est significative lorsque leur visionnaire, leur leader, est en difficulté.

D'ailleurs, le taux de faillite d'entreprise est divisé par 3 lorsque le ou la Dirigeant(e) d'une entreprise prend le temps de s'occuper de sa santé mentale.

Nous souhaitons agir de manière responsable et faire de la santé mentale des dirigeants une priorité en entreprise.

¹ [https://michaelfreemanmd.com/Research_files/Are%20Entrepreneurs%20Touched%20with%20Fire%20\(pre-pub%20n\)%204-17-15.pdf](https://michaelfreemanmd.com/Research_files/Are%20Entrepreneurs%20Touched%20with%20Fire%20(pre-pub%20n)%204-17-15.pdf)

² <https://sifted.eu/articles/founder-mental-health-2024>

Causes

Des contextes ponctuels mais répétés générateurs de stress

- Levées de fonds : préparer une levée et « digérer » la post-levée et la pression des engagements et des impératifs qui en découlent;
- Attitude personnelle : combattre le syndrome de l'imposteur, déconstruire et lever les doutes;
- Rythme de travail : éviter la fatigue extrême, prévenir et éviter le burn-out;
- Croissance : gérer l'hyper-croissance et les changements d'échelle;
- Santé : réagir à un souci de santé, personnel ou adjacent;
- Marché : positiver les retournements et transformer les opportunités;
- Association : gérer les conflits ou les désalignements d'associés;

Une injonction à assumer un statut de supers-héro.ine.s

- Stratégie : développer son acuité décisionnelle et sa pertinence;
- RH : identifier et utiliser les méthodes qui optimisent la performance collective;
- Leadership : faire croître le rôle de dirigeant(e)s et son leadership interne-externe;
- Délégation : savoir recruter et manager les talents;
- Représentation : optimiser les prises de parole, développer sa confiance, assumer et incarner son *personal branding*;
- Relations clefs : gérer avec efficacité les CoDir, ComEx ou les Conseils d'Administration;
- Équilibre personnel : savoir prioriser et organiser sphère personnelle et vie au service de son bien être ou mieux être professionnelle.

Contexte

Les dirigeant(e)s sont seul(e)s et ne verbalisent pas leur stress

Plus de la moitié des dirigeant(e)s interrogés³ (61%) ont déclaré ne recevoir aucun soutien de la part de leurs investisseurs en ce qui concerne leur santé mentale.

Certains fondateurs ont mentionné que la « pression du conseil d'administration » les poussait à envisager de quitter leur entreprise.

Contrairement à d'autres pays où la pratique est devenue standard, seuls 19% des dirigeant(e)s sont coachés en France. Pourtant, aider les dirigeant(e)s augmente leur résilience.

Nos Engagements

La santé physique et mentale doit devenir un pilier de notre engagement envers les Dirigeant(e)s.

Nous souhaitons associer nos efforts pour favoriser la prise de conscience et le soutien aux femmes et aux hommes qui créent et dirigent des entreprises en signant cette charte :

Adopter des pratiques de questionnement d'écoute et d'empathie

Nous nous engageons à fournir un soutien personnalisé et profondément humain, axé sur l'équilibre, la résilience et l'épanouissement personnel, pour cultiver un leadership plus sain, équilibré et inspirant.

1. Toujours se soucier du moral du ou de la dirigeant(e) lors des échanges formel (Conseils, etc.) ou informels, par le biais d'un questionnement ouvert
2. Mesurer l'état mental des dirigeant(e)s avec lequel(le)s nous collaborons

³ <https://sifted.eu/articles/founder-mental-health-2024>

Adopter des pratiques d'investissement qui tiennent compte de l'hygiène mentale des dirigeant(e)s

Nous nous engageons à encourager les dirigeant(e)s avec lesquels nous collaborons à investir sur leur hygiène mentale personnelle et à créer une culture d'entreprise qui en tient compte et la valorise comme asset au service de l'entreprise, de sa bonne santé et de sa performance court comme long terme..

1. Former nos équipes d'investissement ou de gestion à l'importance d'accompagner les CEO, fondateurs.trices et C-levels de startups et scaleups pour les aider à surmonter leur challenges ou dépasser leurs limites et déployer tout le potentiel de leur entreprise.
2. Mettre en place un réseau de coach(e) formés et à même de soutenir ou développer les dirigeant(e)s de manière engageante, motivante et efficiente pour eux.
3. Soutenir les dirigeant(e)s qui considèrent le coût direct des soins de santé mentale comme une dépense professionnelle légitime, valable et encouragée – y compris le coaching, le soutien de groupe, le mentorat ou les solutions digitales. Les dirigeant(e)s devraient considérer leur santé mentale comme une priorité commerciale et stratégique.

Faire rayonner les bonnes pratiques dans l'écosystème

Nous nous engageons à jouer un rôle actif sur la prévention et la promotion de la santé mentale des dirigeant(e)s pour la communauté des startups dans son ensemble;

1. Faire appel à plus de coach(e)s expertes et figures inspirantes sur le développement personnel des dirigeant(e)s
2. Soutenir et accompagner les réseaux de dirigeant(e)s vers une prise de conscience de l'importance du soutien mental et moral.
3. Encourager les prises de parole des dirigeant(e)s ayant déjà investi sur ces sujets pour décomplexer les autres.