



**HAL**  
open science

## Le bien-être de l'entrepreneur : une approche multidimensionnelle

Stéphanie Heichelbech

► **To cite this version:**

Stéphanie Heichelbech. Le bien-être de l'entrepreneur : une approche multidimensionnelle. Gestion et management. Université Paris Cité, 2023. Français. NNT : 2023UNIP7233 . tel-04699845

**HAL Id: tel-04699845**

**<https://theses.hal.science/tel-04699845v1>**

Submitted on 17 Sep 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Université Paris Cité

École doctorale 262 Sciences juridiques, politiques, économiques et de gestion  
*LIRAES*

# Le Bien-Être de l'Entrepreneur : Une Approche Multi-dimensionnelle

Par **Stéphanie BUGAUT-HEICHELBECH**

Thèse de doctorat de **Sciences de Gestion**  
Dirigée par **Corina Paraschiv**

Présentée et soutenue **publiquement**  
Le 22/11/2023

Devant un jury composé de :

**Didier Chabaud**, Professeur des Universités, Université Paris Sorbonne  
Président du jury

**Corina Paraschiv**, Professeur des Universités, Université Paris Cité  
Directrice de Thèse

**Bénédicte Aldebert**, Maître de conférences HDR, Université Aix-Marseille  
Rapporteur

**Olivier Torrès**, Professeur des Universités, Université de Montpellier  
Rapporteur

**Florence Guiliani**, Professeur, Université de Sherbrooke, Canada  
Examinatrice

“Entrepreneurship is not about building a business, it’s about designing a life you love.”

Sunny Bonnell

**Résumé :** Cette thèse s'appuie sur des travaux de recherche sur le bien-être de l'entrepreneur qui ont conduit à quatre articles indépendants. L'objectif de la thèse est double : mettre en évidence la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur et contribuer à mieux comprendre les effets pathogènes et salutogènes de l'entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur au cours de son projet. Chaque chapitre présente une revue de littérature et une étude empirique de nature qualitative avec des entretiens semi-directifs réalisés auprès d'entrepreneurs français. Dans un premier temps, nous étudions les différentes dimensions qui composent le bien-être de l'entrepreneur et soulignons la prédominance de la dimension temporelle sur les autres dimensions. Dans un deuxième temps, nous définissons le bien-être temporel de l'entrepreneur. Dans un troisième temps, nous expliquons comment l'attitude de l'entrepreneur envers sa santé physique et mentale évolue en quatre phases au cours du projet. Enfin, dans un quatrième temps, nous étudions la légitimation de l'entrepreneur ainsi que l'impact des jugements sociaux sur son bien-être social au cours du projet entrepreneurial.

**Mots clés :** Bien-être de l'entrepreneur, Pathogénèse, Salutogénèse, Multi-dimensionnalité du bien-être, Bien-être temporel, Santé de l'entrepreneur, Légitimation

**Abstract:** This thesis is based on research work on the well-being of entrepreneurs that has resulted in four independent articles. The thesis has a dual objective: to highlight the multidimensionality of entrepreneurial well-being and to contribute to a better understanding of the pathogenic and salutogenic effects of entrepreneurship on various dimensions of the entrepreneur's well-being throughout their project. Each chapter presents a literature review and a qualitative empirical study involving semi-structured interviews with French entrepreneurs. First, we examine the different dimensions that make up the entrepreneur's well-being and emphasize the predominance of the temporal dimension over the other dimensions. Second, we define the temporal well-being of the entrepreneur. Third, we explain how the entrepreneur's attitude towards their physical and mental health evolves through four phases during the project. Finally, in the fourth part, we study the legitimization of the entrepreneur as well as the impact of social judgments on their social well-being during the entrepreneurial project.

**Keywords:** Entrepreneur's Well-Being, Pathogenesis, Salutogenesis, multidimensionality of well-being, Temporal Well-Being, Entrepreneur's Health, Legitimacy

# Remerciements

*“Le moyen le plus rapide de changer est de fréquenter des personnes qui incarnent déjà ce que vous voulez être.”*

Reid Hoffman, cofondateur de LinkedIn.

Je n’aurais jamais pu vivre une telle aventure, résister à un tel rythme de travail et réussir l’écriture de cette thèse si la vie n’avait pas placé sur ma route des personnes extraordinaires durant ces dernières années. Rétrospectivement, il me semble que le temps s’est écoulé bien vite alors qu’il me paraissait être interminable il y a encore quelques mois.

Ainsi je remercie en premier lieu ma directrice de thèse, Madame Corina Paraschiv. Merci pour ces temps quasi quotidiens que nous avons partagés, votre soutien, votre optimisme et votre engagement. Merci de tout mon cœur pour votre présence indéfectible durant les moments les plus difficiles et les plus éprouvants de ma carrière. Merci également pour votre patience, votre bienveillance et vos conseils.

J’adresse également mes remerciements aux membres du jury : Monsieur Didier Chabaud pour sa gentillesse et ses travaux qui m’ont été d’une grande aide durant mes années d’enseignement en grande école de management. Madame Bénédicte Aldebert, pour sa bienveillance, son soutien et sa disponibilité. Monsieur Olivier Torrès pour ses encouragements et son aide dans la compréhension du monde de la recherche. C’est en lisant votre livre « La Santé du Dirigeant : de la Souffrance Patronale à l’entrepreneuriat salutaire » (2012), en tant qu’entrepreneuse, que j’ai décidé que le bien-être de l’entrepreneur serait au cœur de mes recherches. Et enfin Madame Florence Guiliani, pour sa gentillesse et nos échanges au cours de cette dernière année. Chers membres du jury, vos commentaires, votre soutien et votre aide m’ont été précieux durant l’écriture de ces différents travaux. Vos recherches m’ont guidée,

inspirée et passionnée durant ces dernières années que cela soit durant mes temps d'enseignement ou mes temps de recherche.

Je remercie également mes co-auteurs, Diane Foltzer et Carine Boiteau pour leur collaboration, leur bonne humeur et leur humour.

Je remercie mes amies doctorantes : Sophie Albuquerque et Sabine Lemoine, je pense à vous bien fort, le bout du tunnel n'est pas si loin que ça !

Mes remerciements s'adressent également à tous les chercheurs du LIRAES qui m'ont accueillie avec bienveillance et accompagnée durant cette thèse. Je remercie particulièrement Damien Besancenot et Olivier Musy les directeurs successifs. Merci à Charlotte de Bruyn, pour sa capacité à gérer mes allers retours, pour sa disponibilité et pour sa gentillesse.

J'adresse ma gratitude à Bruno Martinaud, responsable académique de l'entrepreneuriat à l'Institut Polytechnique de Paris, pour ses encouragements et son appui.

Je remercie également mes amis très chers, anciens collègues et co-auteurs d'autres travaux publiés : Alexandra, Isabelle et Régis. Sans vous trois, tout aurait été plus compliqué. Merci pour vos tips, conseils et surtout pour tous les temps forts partagés ces dernières années. Beaucoup sont encore à venir !

Merci à Stanko Dimitrov pour ses encouragements et son aide technique pour l'appréhension des logiciels de recherche.

J'ai une pensée émue pour tous les répondants qui ont accepté de participer à mes travaux et de me livrer une partie de leurs vies et de leurs cœurs durant nos échanges. A ces femmes et à ces hommes qui ont le courage d'oser et d'entreprendre, de continuer à donner forme à leurs rêves et à leurs convictions dans ce monde socialement et économiquement incertain.

Merci à Thierry et Michèle pour leur soutien indéfectible durant ces longues années et les séances de travail au téléphone.

Je remercie également Jean-Michel et Khadija pour leur amitié sincère. Mes escapades à Sollers ont été pour moi une véritable bouffée d'oxygène dans ce long tunnel.

Merci à Carol-Isabelle pour sa présence, sa bienveillance et ses encouragements constants au cours de ces dernières années.

Merci à ma meilleure amie Ingrid, pour ces 25 ans à tes côtés, pour ta confiance accordée, pour toutes ces soirées manquées et pour notre chouquette.

Je remercie ma famille :

Ma belle-famille : Isabelle et Jean-Jacques, Annie et Charles, Raynald et Annick, qui ont aimé et élevé ma moitié.

Anaïs, ma sœur et Vincent son compagnon pour m'avoir offert durant cette thèse le plus beau des cadeaux, Ari.

Mes grands-parents maternels et ma tante pour l'amour et l'éducation apportés durant mon enfance.

Enfin, je remercie mon foyer : mon mari, Jean-Philippe et mes trois enfants : Pauline, Hermance et Charles-Mayeul. Merci pour votre abnégation, votre soutien et votre compréhension. Merci également pour tous ces dîners passés à m'attendre, ces sorties familiales repoussées et ces vacances que nous n'avons pas prises. Ce travail est en majeure partie le vôtre.

Je dédie cette thèse à Isa, ma belle-maman, décédée le 13 décembre 2021, soit quelques semaines après mon inscription à l'école doctorale 262. Elle, que l'entrepreneuriat a sauvée, me guidera, j'en suis sûre, dans cette nouvelle partie de carrière.

# Sommaire

<b>Résumé :</b> .....	1
<b>Abstract:</b> .....	1
Remerciements.....	2
Sommaire .....	5
<b>INTRODUCTION GENERALE</b> .....	10
<b>1. Origine, définition et évolution du concept d'entrepreneur au fil des siècles</b> .....	13
1.1 <i>L'entrepreneur, un concept qui évolue dans le temps</i> .....	14
1.2 <i>Multitude des approches pour définir l'entrepreneur</i> .....	16
1.3 <i>Définition de l'entrepreneur retenue dans le cadre de la thèse</i> .....	17
1.4 <i>Approche par les traits versus approche par les comportements</i> .....	19
<b>2 Le bien-être de l'entrepreneur, un sujet de recherche actuel</b> .....	23
2.1 <i>Bien-être de l'entrepreneur : une définition</i> .....	27
2.2 <i>Approches du bien-être : l'hédonisme et l'eudémonisme</i> .....	29
2.3 <i>Vers une conceptualisation du bien-être de l'entrepreneur</i> .....	31
2.4 <i>Le bien-être de l'entrepreneur : un concept multi-dimensionnel</i> .....	35
<b>3. Objectif et cadre théorique</b> .....	37
<b>4. Positionnement épistémologique et approche de raisonnement adoptée</b> .....	40
<b>5. Choix méthodologique</b> .....	43
5.1 <i>La procédure d'entretien</i> .....	45
5.2 <i>Analyse des résultats, usage de la théorie ancrée</i> .....	46
5. <i>L'utilisation du codage manuel préférée à l'utilisation d'outils informatiques</i> .....	48
<b>6. Organisation de la thèse</b> .....	49
<b>CHAPITRE 1</b> .....	53
<b>Bien-être de l'entrepreneur : Une perspective multi-dimensionnelle</b> .....	54
<b>1.Introduction</b> .....	55
<b>2. Revue de littérature</b> .....	57
2.1 <i>Le bien-être, un concept multi-dimensionnel</i> .....	57
2.2 <i>Le bien-être de l'entrepreneur sous l'angle de la salutogenèse et la pathogenèse</i> .....	59
<b>3. Méthodologie</b> .....	61
<b>4. Résultats</b> .....	61
4.1 <i>L'approche retenue</i> .....	62



4.2 <i>La multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur</i> .....	63
4.3 <i>Effets pathogènes sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur</i> .....	64
4.4 <i>Effets salutogènes et évolution du bien-être de l'entrepreneur au cours du temps</i> .....	66
<b>5. Discussion et conclusion</b> .....	70
<b>CHAPITRE 2</b> .....	73
<b>Temporal Well-Being of Entrepreneurs: An Empirical Investigation</b> .....	74
<b>1. Introduction</b> .....	74
<b>2. Literature Review</b> .....	78
2.1 <i>Time in Entrepreneurship Research</i> .....	79
2.2 <i>Time and Well-being: Towards the Concept of Temporal Well-Being</i> .....	81
2.3 <i>Temporal Well-being of Entrepreneurs</i> .....	83
<b>3. Methodology</b> .....	87
<b>4. Results</b> .....	90
4.1 <i>The Entrepreneurial Project has a Positive Impact on Entrepreneurs' Well-being, but a Negative Impact on their Temporal Well-being</i> .....	91
4.2 <i>Negative Temporal Well-being: Time Pressure and Time Use Dissatisfaction</i> .....	93
4.3 <i>Phases of evolution of entrepreneurs' temporal well-being</i> .....	97
4.4 <i>Definition of the (Positive) Temporal Well-Being of Entrepreneurs</i> .....	100
<b>5. Discussion and Conclusion</b> .....	103
5.1 <i>Managerial contribution</i> .....	105
5.2 <i>Directions for future research</i> .....	106
<b>CHAPITRE 3</b> .....	108
<b>Entrepreneur's Attitude Towards Health: between Denial, Breakdown, Awareness, and Action</b> .....	109
1. Introduction .....	110
<b>2. Literature Review</b> .....	114
2.1 <i>Entrepreneurs' Health Definition</i> .....	115
2.2 <i>Pathogenic/Negative Effects of Entrepreneurship on Health</i> .....	116
2.3 <i>The Salutogenic/ Positive Effects of Entrepreneurship on Health</i> .....	118
2.4 <i>A Dynamic Perspective on Entrepreneur's Health</i> .....	120
<b>3. Methodology</b> .....	121
3.1 <i>The Profile of the Respondents</i> .....	123
3.2 <i>The Organization of the Interviews</i> .....	126
<b>4. Analysis and Results</b> .....	127
4.1 <i>The Impact of the Entrepreneurial Project on Entrepreneur's Well-being and Health</i> .....	127
4.2 <i>The Evolution of Entrepreneur's Attitude towards Health during the Project</i> .....	130

4.3 Phase of Denial .....	131
4.4 Phase of Breakdown .....	133
4.5 Phase of Awareness .....	134
4.6 Phase of Action .....	135
<b>5. Discussion</b> .....	137
5.1 Managerial Insights .....	138
5.2 Limitations and Paths for Future Research .....	140
<b>CHAPITRE 4</b> .....	143
<b>Légitimité de l'Entrepreneur : par-delà les Jugements Sociaux, le Bien-Etre Social</b> .....	144
<b>1. Introduction</b> .....	145
<b>2. Revue de littérature</b> .....	147
3. Méthodologie .....	149
3.1 Profils des répondants .....	149
3.2 Déroulement des entretiens .....	150
3.3 Processus d'analyse des résultats .....	151
<b>4. Résultats</b> .....	151
<b>5. Discussion</b> .....	157
5.1 Implications théoriques et managériales .....	159
5.2 Limites et pistes futures .....	160
<b>CONCLUSION GENERALE</b> .....	161
<b>1. Synthèse des résultats de la recherche</b> .....	163
<b>2. Apports des résultats obtenus</b> .....	167
2.1 Prendre en compte les dimensions du bien-être de l'entrepreneur afin de mieux accompagner ce dernier .....	167
2.2 Une vision terrain à travers la parole des entrepreneurs au sujet de leur bien-être .....	168
<b>3. Limites et perspectives de la recherche</b> .....	170
3.1 Sur le plan méthodologique .....	170
3.2 Sur le plan théorique .....	172
3.3 Perspectives de recherche autour de la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur .....	174
<b>Bibliographie</b> .....	177
<b>ANNEXES</b> .....	202
Annexe 1. Grille d'entretien : « Le bien-être de l'entrepreneur » .....	203
Annexe 2. Grille d'entretien : Bien-être temporel de l'entrepreneur .....	207
Annexe 3 : Grille d'entretien, Bien-être social de l'entrepreneur .....	209
<b>Table des figures</b> .....	212

**Table des tableaux** ..... 213

« L'entrepreneuriat est une véritable expédition, durant laquelle l'entrepreneur doit sans arrêt remettre en question son savoir et soi-même. Ainsi, un entrepreneur est quelqu'un d'adaptable, apte à porter différentes casquettes selon l'étape de développement de sa startup. Un entrepreneur, c'est aussi une personne capable de résoudre des problèmes complexes en faisant preuve d'innovation. Le goût pour l'exploration, c'est-à-dire tester et retester des hypothèses, qui peuvent s'avérer fructueuses ou non, fait appel à une patience et une force d'esprit que tout le monde ne possède pas. Ces qualités se retrouvent souvent chez les ingénieurs ou les scientifiques. »

Éric Labaye, président de l'École polytechnique et de l'Institut polytechnique de Paris, Préface *Objectif Mars*, Bruno Martinaud/ Alain Bloch 2022 Editions Pearson

# **INTRODUCTION GENERALE**

Notre monde change. Il est en constante évolution. Technologiquement, socialement, économiquement, notre environnement est bousculé de toute part. L'entrepreneur des années cinquante n'est pas l'entrepreneur des années quatre-vingt, qui n'est pas non plus l'entrepreneur d'aujourd'hui. Du fait de l'apparition, à un rythme effréné, de nouvelles technologies, de problèmes environnementaux, de la persistance de la crise économique depuis quelques années, l'entrepreneur évolue, se transforme (Gomez-Bresse, 2016). De nouveaux types d'entrepreneurs apparaissent comme l'entrepreneur par nécessité qui crée son entreprise faute d'emploi (Tessier-Dargent et Fayolle, 2016), ou l'entrepreneur social, dont l'objectif est de créer de la valeur à long terme via son projet pour l'environnement ou pour la société (Gupta et al., 2020). Cependant, l'essence même de l'entrepreneur s'est consolidée à travers le temps (Boutillier et Tiran, 2016) : l'entrepreneuriat existe et perdure à travers ce besoin pour certains individus de liberté, de concrétiser un projet, de vivre leurs rêves en créant une continuité de leur être via leur entreprise (Torrès et al., 2022).

Aujourd'hui encore, l'entrepreneuriat occupe une place centrale au sein de notre société. Selon l'Institut National de la Statistique et des Études Économiques (INSEE)<sup>1</sup>, en 2021, 995 000 entreprises ont été créées en France, ce qui correspond à une hausse de 17% par rapport à l'année 2020. Cette tendance croissante se confirme en 2022<sup>2</sup>, année qui enregistre 1 062 000 créations d'entreprises dans l'Hexagone. Toujours selon INSEE, 5,7 millions d'unités légales ont été recensées comme économiquement actives au 31 décembre 2020. Parmi ces structures, 2,8 millions se présentent sous la forme de sociétés et 2,9 millions correspondent à des entreprises individuelles. Ces chiffres montrent l'ampleur de l'entrepreneuriat en France, qui s'impose comme un pilier essentiel de la vie économique du pays.

---

<sup>1</sup> [https://www.insee.fr/fr/outil-interactif/5367857/tableau/60\\_ETP/1.61\\_DCE](https://www.insee.fr/fr/outil-interactif/5367857/tableau/60_ETP/1.61_DCE)

<sup>2</sup> <https://www.insee.fr/fr/statistiques/6041208>

Être entrepreneur c'est assurer la réussite voire la pérennité d'un projet qui permet à l'économie de prospérer, mais c'est également permettre à des hommes et à des femmes de se réaliser, de travailler, et de subvenir aux besoins de leurs familles. L'entrepreneur est ainsi la clé de voûte du salariat français. 49% des salariés en France travaillent aujourd'hui au sein d'une Petite ou Moyenne Entreprise (INSEE)<sup>3</sup>. Si l'on considère ce chiffre en équivalent temps plein, les TPE/PME et les entreprises individuelles représentent quasiment la moitié du salariat en France : une personne sur deux travaille donc pour sa propre entreprise. Les TPE/PME représentent un peu plus de 1 330 milliards d'euros de chiffre d'affaires annuel, soit 36% du total du chiffre d'affaires de l'ensemble des entreprises en France (22% pour les PME, 14% pour les TPE et les entreprises individuelles). Ces chiffres illustrent l'engouement des Français pour l'entrepreneuriat, tout en mettant en évidence son rôle majeur dans le fonctionnement de l'économie et la création des richesses au sein de notre société. Cette position centrale de l'entrepreneuriat justifie l'intérêt constant des chercheurs pour ce phénomène.

D'après une étude portant sur la santé des dirigeants, réalisée auprès de 1512 dirigeants par Opinionway pour la fondation MMA en 2023<sup>4</sup>, « une proportion non négligeable de dirigeants interrogés se sentent exposés à des troubles psychologiques tels que la dépression ou le burnout (23%) ou le stress pouvant affecter leur patience (57%) ou leur sérénité (56%), voire leur capacité à prendre des décisions ». Torrès et al. (2022) soulignent que l'entrepreneur a souvent tendance à surinvestir dans son entreprise, s'effaçant derrière un lien de subordination vis-à-vis de son projet, négligeant sa santé physique et mentale et son équilibre entre vie privée et vie professionnelle. Nous comprenons ici l'importance de s'intéresser aux conditions de travail de l'entrepreneur, tout particulièrement à son bien-être et comment celui-ci est lié à l'évolution de son projet. C'est pourquoi cette thèse étudie le bien-être de l'entrepreneur à

---

<sup>3</sup> <https://www.insee.fr/fr/statistiques/2016091>

<sup>4</sup> <https://fondation-entrepreneurs.mma/FCKeditor/UserFiles/File/2023-06-CP-Etude-dirigeants.pdf>

travers ses différentes dimensions et examine les différents facteurs négatifs et positifs qui les impactent. Toutefois, avant d'étudier le bien-être de l'entrepreneur, il convient de s'attarder sur la définition de ce dernier afin de mieux cerner le sujet d'étude des travaux de recherche qui sont présentés ici.

En analysant la littérature existante, scientifique et non scientifique, il ressort qu'il n'existe pas encore aujourd'hui de définition unique, claire et précise de l'entrepreneur. En effet, celle-ci varie selon le domaine, l'époque et l'angle sous lequel l'entrepreneur est étudié ou décrit (Grandclaude et Nobre, 2013). Nous proposons ci-dessous une étude au fil des siècles de l'évolution du concept d'entrepreneur, ainsi qu'un tour d'horizon des définitions de ce dernier dans la littérature scientifique, nous permettant de clarifier ce que nous comprenons par entrepreneur dans le cadre de cette thèse.

# 1. Origine, définition et évolution du concept d'entrepreneur au fil des siècles

De point de vue étymologique, le mot « entrepreneur » provient du mot latin « *interprehendere* » qui signifie « saisir avec la main ». Plus exactement, le verbe latin « *prehendere* » signifie « saisir » dans le sens « prendre pour maîtriser » et diffère ainsi du verbe « *capere* » qui signifie « se saisir de » ou « s'emparer de ». Le mot entrepreneur ne renvoie donc pas vers le verbe « saisir » dans le sens de captation, mais retranscrit plutôt l'idée de « mener à bien, diriger, piloter » un projet.

Dans la littérature française, le terme « entrepreneur » apparaît au Moyen-âge. Le « chevalier entrepreneur » désigne, dans le roman courtois, un individu qui mène des actions



héroïques de combat et se bat pour une cause juste. Peu à peu le terme d'entrepreneur s'applique aux organisateurs de joutes, de duel et de tournois, exerçant sous contrat rémunéré. Il faut ici signifier qu'aux XVe et XVIe siècles, le mot « entreprise » qualifie les jeux guerriers (Verin, 1982). C'est au cours du XVIIIème siècle que le mot « entrepreneur » est rattaché au domaine économique (Andreau, 2011). Il est alors attaché aux prépositions, « en » et « de », par exemple, on parle alors d' « entrepreneur de construction », d'« entrepreneur en peinture » ou d'« entrepreneur en bâtiment ». Au XIXème siècle, le terme « entrepreneur » est lié définitivement au domaine de l'économie et de l'industrie, avec l'usage de l'expression « entrepreneur en industrie » par les économistes (Marchesnay, 2008 ; Guery, 2011).

## *1.1 L'entrepreneur, un concept qui évolue dans le temps*

Les concepts d'entrepreneur et d'entrepreneuriat ont évolué au fil de siècles, au grès des évolutions de la société. Pour retracer cette évolution, nous présentons brièvement ci-dessous les visions de cinq auteurs majeurs ayant été les fers de lance de la pensée entrepreneuriale : Olivier de Serre, Richard Cantillon, Jean-Baptiste Say, Joseph Schumpeter et Isarël Kirzner. Ce choix de présentation de l'entrepreneuriat dans le temps à travers un nombre limité d'auteurs de référence qui ont marqué un tournant dans la vision de l'entrepreneuriat se justifie par notre objectif qui est essentiellement ici de donner une définition de l'entrepreneur, plutôt que d'étudier de manière exhaustive l'approche économique de celui-ci à travers les siècles.

Les premières réflexions dans le domaine de l'entrepreneuriat apparaissent au cours du XVII-ème siècle. Avec l'essor des échanges commerciaux nationaux et internationaux, des grandes figures du négoce vont alors réinvestir dans les biens de production, accélérant ainsi la mise en place du système économique libéral. A cette époque, Olivier de Serre (1600)

s'intéresse au rôle de l'entrepreneur au cœur d'une ferme agricole. Alors dénommé « mesnager », celui-ci est chargé d'entreprendre les travaux, gère les ressources et contrôle le fonctionnement de l'exploitation. Il est chargé de recruter les ouvriers agricoles, de répertorier les dépenses et d'assurer les rentrées d'argent. La dimension entrepreneuriale des réflexions menées par ce père de l'agronomie française est réhabilitée plus tard par Pierre André Julien (2015).

En 1726, Richard Cantillon propose une réflexion autour de l'entrepreneur et de son rôle dans le système économique. Celle-ci sera éditée en France et en Angleterre en 1755 sous le titre « *Essay on the Nature of Trade in General* ». Premier penseur à aborder la notion de risque liée aux décisions entrepreneuriales, Cantillon donne la première pensée globale de l'entrepreneur telle que nous l'entendons aujourd'hui. Il décrit le fait que tous les habitants d'un État, sauf les souverains et les propriétaires terriens, sont dépendants et se divisent en deux classes : les entrepreneurs et les gens à gages, soit les employés.

Cinquante ans plus tard, Jean-Baptiste Say (1803) place l'entrepreneur au centre d'un triptyque économique production-répartition-consommation (Hull, 2017). Cet auteur établit la différence entre le capitaliste qui a les ressources et l'entrepreneur qui prend le risque et décide de son niveau. Cette différenciation va faciliter l'essor de l'entrepreneuriat et mettre en lumière, pour la première fois de l'histoire, que l'entrepreneuriat ne se résume pas au domaine financier, mais doit être perçu sous plusieurs angles : technique, économique et humain.

Schumpeter (1928) définit l'entrepreneur comme celui qui voit de nouvelles opportunités dans le domaine de l'entreprise et les exploite. Le moteur principal de l'entrepreneur est, pour cet auteur, l'innovation et la différenciation technique. Cette définition Schumpetérienne de l'entrepreneur n'est plus en accord avec le rôle de l'entrepreneur en 2023. En effet, l'entrepreneur tel que le décrit Schumpeter (1928) est un industriel, un chef d'entreprise visionnaire qui assume à lui seul l'innovation qui permettra la différenciation

concurrentielle de son entreprise. De nos jours, l'innovation se planifie et est incessante (Schmitt, 2018). La vision schumpétérienne de l'entrepreneur peut être ainsi assimilée à un mythe de héros, un personnage qui fixe ses règles et délimite son marché et qui réussit seul (Boutillier et Tiran, 2006).

Isarël Kirzner, économiste autrichien, publie en 1973 un ouvrage intitulé « *Competition and Entrepreneurship* » donnant sa propre perspective sur l'entrepreneur et le rôle de celui-ci dans l'économie. L'entrepreneur y est montré comme un acteur clé du processus de marché, identifiant et exploitant les opportunités de profit. En appuyant sur les capacités d'arbitrage du marché de l'entrepreneur, Kirzner (1973) renforce la vision schumpétérienne de l'entrepreneur tout en mettant en relief la dynamique de l'économie et en réfutant une économie stoïque et prédéterminée.

## *1.2 Multitude des approches pour définir l'entrepreneur*

En dépit des différents travaux menés sur le sujet, il n'existe pas encore aujourd'hui de définition unique et consensuelle de l'entrepreneur (Low, 2001 ; Carland et al., 1988). Cole (1969) souligne la difficulté et l'absurdité du fait de vouloir donner une seule définition de l'entrepreneur. Chercher à définir un profil type de l'entrepreneur n'est pas chose aisée. Gartner (1988) liste trente-deux définitions autour du terme entrepreneur afin de l'illustrer. Cunningham et Lisscheron (1991 : 46) mettent en avant six écoles qui permettent de décrire l'entrepreneur et de l'étudier : (1) l'école de l'« Homme Exceptionnel », (2) l'école des caractéristiques psychologiques, (3) l'école classique, (4) l'école de la gestion, (5) l'école du leadership et (6) l'école de l'entrepreneuriat. Selon l'angle sous lequel il est étudié, l'entrepreneur est donc à tour de rôle un être extraordinaire, un individu doté de caractéristiques

psychologiques bien définies, un innovateur, un organisateur de processus, un leader, un manager ou un intrapreneur.

Pour Carton et al. (1998), un individu devient entrepreneur dès lors qu'il commence à former une entreprise nouvelle et n'est plus entrepreneur dès lors que cette entreprise devient pérenne. L'entrepreneur est alors, dans ce cas, décrit comme l'homme ou la femme qui saisit l'opportunité sur le marché et l'exploite (Schumpeter, 1934 ; Mintzberg, 1973), mais également comme un individu qui essaie la nouveauté en opposition aux travailleurs occupés par un travail routinier (Lichtenstein et Lyons, 1996). L'entrepreneur est aussi vu dans la littérature comme un preneur de risques financiers, qui agit par passion ou par souhait d'accomplissement personnel, de changement, voulant améliorer la société et créer de la richesse (Kao, 1993 ; Van Praag, 1999 ; Gompers et al., 2008 ; Minniti et Lévesque, 2008).

D'autres chercheurs proposent une définition plus large de l'entrepreneur en considérant que le monde de l'entrepreneuriat est étroitement lié au monde des PME, donc au monde des chefs et des dirigeants d'entreprises (Brockhaus et Horwitz, 1985). En effet, Torrès (2007) souligne qu'il est difficile de différencier les études sur les dirigeants d'entreprises, plus particulièrement les chefs de PME, des études portant sur les entrepreneurs. Dirigeants, chefs d'entreprises, entrepreneurs, les limites de ces termes restent parfois floues dans la littérature. Il est d'ailleurs fréquent qu'un terme alterne avec un autre au cours de la même étude (Gartner, 1988). Howorth et al. (2005) recommandent aux chercheurs qui étudient l'entrepreneur de ne jamais séparer qui est l'entrepreneur de ce qu'il fait.

### *1.3. Définition de l'entrepreneur retenue dans le cadre de la thèse*

Dans le cadre de ce travail de thèse, nous optons pour la définition de l'entrepreneur proposée par Gorgievski et Stephan (2016), selon laquelle ce dernier est, avant tout, un travailleur indépendant ou un « créateur » de son emploi. Couramment utilisée dans les recherches sur le bien-être de l'entrepreneur, cette définition présente l'entrepreneur comme une personne qui impulse la création d'une nouvelle entreprise ou plus largement comme un individu qui a fait le choix de travailler pour lui-même et d'être son propre patron (Abreu et al., 2019 ; Gartner et Shane, 1995 ; Hébert et Link, 1982). L'entrepreneur est donc considéré ici comme toute personne travaillant à son compte et dirigeant une entreprise. Il s'agit d'un individu qui possède (en totalité ou en partie) une structure entrepreneuriale et qui assume également la direction de celle-ci. L'entrepreneur est ainsi vu comme un créateur d'entreprise, dirigeant et exécutant, dont au moins une partie des revenus financiers provient de son projet.

La motivation de départ du créateur est identifiée par la littérature comme un facteur déterminant en entrepreneuriat. La prise en compte de ce facteur permet de différencier l'entrepreneur par opportunité, qui tire avantage d'une opportunité présente sur le marché (Parker, 2009), de l'entrepreneur par nécessité (Nikolova, 2019 ; Fairlie et Fossen, 2018), qui se tourne vers l'entrepreneuriat pour échapper à la précarité ou pour éviter le chômage (Parker, 2009). L'entrepreneur par opportunité possède des motivations intrinsèques (Giacomin et al., 2016), alors que l'entrepreneur par nécessité possède des motivations extrinsèques (Giacomin et al., 2016). En effet, l'orientation entrepreneuriale de l'entrepreneur par nécessité est souvent due à un manque d'alternatives meilleures (Binder et Coad, 2013 ; 2016 ; Larsson et Thulin, 2017). Selon le Global Entrepreneurship Monitor (2018)<sup>5</sup>, les entrepreneurs par opportunité représentent environ 75% des entrepreneurs en Europe. L'entrepreneuriat est pour eux un moyen d'accroître leurs revenus ou d'acquérir une indépendance plus élevée (Desai, 2017). Toutefois, il convient de noter qu'en ce qui concerne la prise en compte de cette distinction

---

<sup>5</sup> GEM, 2018: <http://gemconsortium.org/about/news>

motivationnelle, la littérature entrepreneuriale reste évasive : certaines études incluent dans l'entrepreneuriat par nécessité les chômeurs devenant entrepreneurs, et dans l'entrepreneuriat par opportunité les entrepreneurs qui accèdent à un salaire fixe après avoir traversé une période avec un salaire fluctuant (Fairlie et Fossen, 2018). Dans le cadre de notre travail, nous analysons les entrepreneurs indépendamment de leur motivation, sans faire de distinction a priori entre l'entrepreneur par opportunité et l'entrepreneur par nécessité. Nous nous intéressons ainsi au bien-être de l'entrepreneur, quelles que soient les raisons professionnelles ou privées qui l'ont poussé à s'orienter dans cette voie et quel que soit son chemin de vie. La motivation entrepreneuriale n'a donc pas été retenue comme un critère de sélection dans la composition de nos échantillons lors de nos collectes de données.

## *1.4 Approche par les traits versus approche par les comportements*

Dans la littérature entrepreneuriale concernant l'étude du profil de l'entrepreneur, deux principaux courants de recherche, qui observent l'entrepreneur à travers deux visions différentes et complémentaires peuvent être distinguées : l'approche par les traits et l'approche par les comportements. L'approche par les traits met l'accent sur les traits psychologiques et personnels spécifiques qui caractérisent les entrepreneurs et qui les différencient des autres individus (Gartner, 1988). Ces traits distinctifs sont considérés comme des facteurs d'influence de la propension d'un individu à entreprendre et à réussir dans le milieu entrepreneurial (Koh, 1996). Le tableau 1, basé sur les travaux de Gartner (1988), répertorie les principales recherches antérieures à 1990 portant sur les traits des entrepreneurs et les différentes définitions du concept d'entrepreneur que ces recherches mettent en lumière.

A partir de 1990, les chercheurs s'intéressant à l'approche par les traits adoptent des méthodologies plus poussées et axent leurs recherches sur les caractéristiques intrinsèques de

l'entrepreneur, en accord avec l'évolution des cadres théoriques en psychologie sociale et cognitive (Grandclaude et Nobre, 2013). Nous pouvons citer, à titre d'exemple, les travaux de Cassar (2007) qui, grâce à des données de panel, identifie comme principales caractéristiques de l'entrepreneur les désirs d'accumulation de richesse, d'indépendance et d'évolution professionnelle ou les travaux de Davidsson et Honig (2003) qui, sur la base de données collectées par téléphone auprès de 380 répondants, soulignent des traits distinctifs liés à l'éducation, la première expérience professionnelle, l'existence d'un entourage engagé dans l'entrepreneuriat et le soutien des proches. Cependant, le nombre élevé de traits mis en avant par la littérature - plus de mille selon Mount et Barrick (1998) - entraîne de fortes contradictions dans l'établissement du profil psychologique de l'entrepreneur et ne permet pas l'élaboration d'une seule définition précise de ce dernier. Ainsi, d'après Grandclaude et Nobre (2013), l'approche par les traits s'estompe peu à peu au cours des années 1990 au profit de l'approche par les comportements.

**Tableau 1. Définition de l'Entrepreneur selon l'Approche par les Traits**

<b>Auteurs</b>	<b>Définition</b>	<b>Caractéristiques</b>
Brockhaus (1980)	Propriétaire et manager d'une entreprise	Propension à la prise de risques
Collins et Moore (1970)	Distinction entre les constructeurs et ceux qui atteignent la performance	Profession des parents, éducation, satisfaction du premier emploi, attitudes sociales
Davids (1963)	Créateur d'une nouvelle entreprise	Education, nombre d'enfants, religion, affiliation à un club sportif ou à une association
Draheim (1972)	Créer une nouvelle entreprise	Crédibilité, peur de perdre son travail, expérience professionnelle, antécédents
Hornaday et Aboud (1971)	Créateur d'une entreprise en partant de rien, établis depuis 5 ans avec 8 employés	Autonomie, besoin d'accomplissement, leadership, indépendance, passé familial, innovateur, pouvoir, agressivité
Hornaday et Bunker (1970)	Créateur d'entreprise avec 8 employés, acquérant 15 employés supplémentaires en 5 ans	Besoin d'accomplissement, intelligence, créativité, prise d'initiative, leadership, tolérance de l'incertitude, désir de reconnaissance et d'argent
Hull, Bosley et Udell (1980)	Créateur qui gère, organise en ayant l'intention de développer l'entreprise	Désirabilité sociale, préférences de travail, locus of control, risque créativité, réussite
Litzinger (1965)	Distinction entre managers (procédures) et entrepreneurs (action et objectifs)	risque, indépendance, leadership, reconnaissance, soutien, conformisme, considération
McClelland (1961)	Contrôle la production et veut vendre	Réussite, optimisme, affiliation, pouvoir, conscience, ascétisme, devoir accompli
Mescon et Montanari (1981)	Créateur d'une nouvelle entreprise	Réussite, autonomie, domination, endurance, discipline, locus of control

Source : Réalisé par l'auteur à partir des travaux de Gartner (1988) et de Grandclaude et Nobre (2013)

L'approche par les comportements met l'accent sur les actions et les comportements des entrepreneurs qui sont basés sur les compétences, les aptitudes, les habiletés ou les connaissances observables chez les entrepreneurs dans le contexte de leur projet (Pettersen et



Jacob, 1992). Ces compétences sont classées en cinq types : entrepreneuriales, stratégiques, managériales, fonctionnelles et cognitives. A travers cette approche, les chercheurs relèvent les compétences ou comportements qui peuvent distinguer l'entrepreneur d'un individu lambda. Lazear (2005 : 649), explique que « l'entrepreneur du fait des différents rôles qu'il occupe dans son entreprise et des différentes tâches qu'il doit accomplir est un touche-à-tout qui n'a pas besoin d'être excellent dans une compétence particulière, mais qui est compétent dans de nombreux domaines ». Le tableau 2 propose une synthèse de travaux empiriques s'inscrivant dans l'approche par les comportements. On remarque que les comportements mis en avant relèvent de compétences entrepreneuriales nécessaires au développement d'un projet entrepreneurial et à l'approche de la performance maximale d'une entreprise. Par exemple, nous notons la présence de comportements distinctifs liés à la gestion des ressources humaines, la conception de produits et la constitution d'un réseau professionnel, tant au niveau des parties prenantes du projet qu'au cœur du système entrepreneurial. Chacun de ces comportements intègre les dimensions psychologiques et cognitives de l'entrepreneur.

**Tableau 2.** Vision de l'Entrepreneur selon l'Approche par les Comportements

<b>Auteurs</b>	<b>Comportements mis en avant</b>
Hite (2005)	Résoudre des problèmes
Rauch et al. (2005)	Encourager la participation des employés
Gruber (2007)	Planifier
Talaulicar et al. (2005)	Rapidité de décision
Orser et al. (2006)	Recherche de capitaux
Cloninger et Oviatt (2007)	Concevoir des produits et des services
Hanlon et Saunders (2007)	Obtenir du soutien
Watson (2007)	Réseauter
Fiet et Patel (2008)	Identifier les idées
Zhang et Al. (2008)	Approcher l'investisseur

Source: Réalisé par l'auteur à partir des travaux de Bird et al. (2012) et de Grandclaudé et Nobre (2013)

Pour Grandclaude et Nobre (2013), l'approche par les traits et l'approche par les comportements ne sont pas opposés, mais complémentaires. Ces auteurs soulignent qu'aucune définition fixe et concrète de l'entrepreneur ne concilie toutes les définitions de l'entrepreneur données par les études utilisant l'une ou l'autre des deux approches. Au cours de nos recherches, nous avons fait le choix de ne pas travailler sur cette distinction entre approche par les traits et approche par les comportements et de considérer que l'entrepreneur est caractérisé par une combinaison complexe de traits personnels et comportements adaptatifs qui vont influencer son bien-être. Par conséquent, nous choisissons d'étudier l'entrepreneur à travers une approche holistique qui prend en compte à la fois ses traits et ses comportements.

## **2 Le bien-être de l'entrepreneur, un sujet de recherche actuel**

Le statut d'entrepreneur implique un quotidien de travail complexe avec la nécessité d'effectuer un ensemble de tâches multiples et variées, qu'il faut le plus souvent gérer dans l'urgence. Ainsi, par son positionnement central au sein de l'entreprise qu'il a créée, l'entrepreneur doit faire face à des obligations administratives, gérer ses relations publiques, développer ses réseaux locaux, etc. A cela s'ajoute la gestion quotidienne de sa société, qui implique d'endosser en parallèle plusieurs rôles complexes et cruciaux (Lazear, 2005). En effet, l'entrepreneur assume souvent plusieurs fonctions en même temps au sein de son entreprise qui ont, le plus souvent, toutes un rôle essentiel pour le bon fonctionnement de celle-ci ; il doit être à la fois dirigeant, responsable marketing, comptable et assurer l'interface clientèle.

Les heures de travail sans discontinuité (Hyytinen et Ruuskanen, 2007) qui pèsent sur l'entrepreneur et le stress associé ne sont pas sans conséquences sur la santé et le bien-être de

l'entrepreneur et peuvent entraîner des problèmes de santé physique (Shepherd et al., 2010 ; Lechat et Torrès, 2016 ; Kollmann et al., 2019) tels que des maladies cardiovasculaires, des troubles du sommeil, des troubles alimentaires, une fatigue chronique, un épuisement du métabolisme, mais aussi des problèmes de santé mentale telle que l'anxiété et la dépression. L'enquête réalisée par la Fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur avec OpinionWay<sup>6</sup> auprès de 1 500 dirigeants de TPE, PME expose l'état de forme et d'esprit des dirigeants français en mai 2023. On y apprend que 18% d'entre eux « se sentent découragés et ne veulent pas se lancer dans de nouveaux projets pour l'instant ». 35% des chefs d'entreprises interrogés envisagent de faire une pause dans leur carrière afin de se ressourcer, victimes de la fatigue et du rythme de vie intensif qu'impose l'entrepreneuriat. Pour exemple : le nombre d'entrepreneurs qui renoncent à une consultation médicale au profit d'un rendez-vous professionnel ne cesse de croître au fil des ans. Seuls 29% des entrepreneurs ont un suivi médical régulier, ce qui d'après toujours cette même étude précédemment citée, représente 13 points de moins que la moyenne nationale. 35% des entrepreneurs interrogés indiquent avoir une maladie physique récurrente ou être en proie à une dégradation de leur état physique, 23% confient être exposés ou redouter le burnout et la dépression, 19% expriment des troubles de l'alimentation ou du sommeil, 12% citent quant à eux des problèmes d'addictions (alcool, tabac, drogues...) et enfin 9% exprime un état d'isolement. De plus, sept dirigeants sur dix racontent être impactés par le stress dû à leur activité professionnelle intensive. Ce stress chronique traité par Rauch et al. (2018) est dû à la nécessité de prendre des décisions importantes, de faire des choix difficiles ayant des impacts lourds sur l'avenir du projet, de faire face à une pression financière constante, de s'adapter aux changements du marché et de maintenir la rentabilité de l'entreprise.

---

<sup>6</sup> <https://fondation-entrepreneurs.mma/FCKeditor/UserFiles/File/2023-06-CP-Etude-dirigeants.pdf>

La crise économique actuelle, la crise sanitaire et le climat pesant du fait des multiples conflits armés contemporains ont entraîné ces dernières années une hausse du taux de défaillances des entreprises en France. Le cabinet Altarès, spécialisé dans les données sur les entreprises, souligne dans un communiqué datant de janvier 2023<sup>7</sup> qu'« avec 42.500 procédures ouvertes sur 2022, le nombre de défaillances accuse une hausse exceptionnelle de près de 50% par rapport à 2021, un taux jamais observé auparavant ». Ce sont au minimum autant d'hommes et de femmes qui doivent faire face à l'arrêt de leur projet professionnel, impactant de ce fait leur santé ainsi que leur vie privée et familiale, et surtout le reste de leur carrière professionnelle. Cette étude pointe également le difficile équilibre entre travail et vie personnelle que tout entrepreneur vise à atteindre : « près de 4 dirigeants sur 10 ont déjà été amenés à prioriser leur activité au détriment de leur santé ou d'engagements plus personnels ». La vie personnelle et familiale de l'entrepreneur est donc également impactée par son projet de plein fouet : renoncement à un projet d'enfant, impossibilité d'aider un parent dépendant ou malade, engagement moindre dans un couple... autant d'éléments qui sont la source de conflits familiaux pouvant compromettre la prise de décision, la créativité et la productivité de l'entrepreneur impactant ainsi directement sa capacité à gérer efficacement une entreprise et à contribuer de manière positive à l'économie locale et nationale.

Bien qu'il soit traité de manière régulière dans la presse quotidienne, sous l'angle de la santé, le bien-être de l'entrepreneur ne l'est que trop souvent sous le prisme des faits divers et des éléments négatifs -dépression, burnout, suicide- qui sont autant d'outils journalistiques usités pour attirer l'attention du lecteur, plus que pour réellement souligner un sujet d'importance économique, sociétale et avant tout humaine. Ces dernières années nous ne comptons plus en effet les encadrés dans les journaux locaux et nationaux traitant de la

---

<sup>7</sup> <https://www.altares.com/2023/04/18/etude-altares-defaillances-et-sauvegardes-dentreprises-1er-trimestre-2023/>

disparition d'un dirigeant d'une TPE ou d'une PME locale par suite d'une accumulation de dettes ou de facteurs environnementaux qui ont eu raison de la structure financière de son entreprise et dans le pire des cas, de l'état de santé physique et mentale de l'entrepreneur.

Torrès (2017) souligne l'existence de la souffrance patronale et le risque de suicide élevé au sein de cette profession. Cette souffrance renvoie aux troubles, aux défis émotionnels et mentaux que ce dernier est susceptible de rencontrer au cours du processus entrepreneurial. De manière générale, elle découle des pressions et des responsabilités inhérentes à la gestion d'une entreprise. Toutes ces problématiques renvoient au sujet du bien-être de l'entrepreneur qui, dans cette perspective, est un enjeu crucial pour la société dans son ensemble. Ce sujet nécessite une attention soutenue et des actions concrètes pour garantir que les entrepreneurs puissent prospérer dans leur rôle vital de moteurs de l'économie tout en préservant leur santé mentale et physique.

La prise de conscience de l'importance du sujet se traduit, ces dernières années, par la création des structures dédiées aux entrepreneurs, à leur santé, et à leur bien-être qui ont vu le jour dans différentes régions. En Occitanie, l'Observatoire Amarok<sup>8</sup>, créé par Olivier Torrès, fait figure de proue en travaillant sur la prévention de la santé des chefs d'entreprises. A Nice, l'association Entre Head<sup>9</sup>, constituée de bénévoles parmi lesquels des dirigeants d'entreprises en activité et ou en retraite, des coachs, des thérapeutes, des consultants, a pour mission de venir en aide aux entrepreneurs en les sensibilisant entre autres, au stress, à la fatigue et à l'isolement. Sur le territoire français, se créent, un peu partout, des associations, des groupes de paroles et des cercles professionnels au sein desquels les entrepreneurs échangent librement, verbalisent leurs problèmes et affichent leurs préoccupations quant à leur bien-être. C'est pourquoi, faisant écho à la réalité du terrain et aux besoins exprimés par les entrepreneurs, cette

---

<sup>8</sup> <https://www.observatoire-amarok.net>

<sup>9</sup> <https://www.entre-head.com>

thèse s'efforce de contribuer à la compréhension de cette question essentielle qu'est le bien-être de l'entrepreneur.

## *2.1 Bien-être de l'entrepreneur : une définition*

Le bien-être de l'entrepreneur peut se définir, selon Wiklund et al. (2019 : 579), comme « l'expérience de satisfaction, d'affect positif, d'affect négatif peu fréquent et de fonctionnement psychologique lié au développement, au démarrage, à la croissance et à la gestion d'une entreprise ». Dans cette thèse, nous abordons ce concept à travers une approche holistique qui englobe à la fois le volet professionnel et personnel. Dans cette approche holistique, le bien-être de l'entrepreneur renvoie donc à l'état de bien-être mental, émotionnel et physique du créateur, ainsi qu'à sa satisfaction globale dans sa vie en lien avec son projet entrepreneurial, qui peut entraîner des conséquences à la fois sur la vie personnelle et professionnelle. Ce positionnement large se justifie par le fait que ces deux volets (personnel et professionnel) sont fortement liés et donc difficiles à séparer. En effet, le projet de création d'entreprise occupe souvent une position centrale dans le quotidien et les préoccupations de l'entrepreneur et a, par conséquent, une forte influence sur tous les autres aspects de sa vie.

En reconnaissant la centralité du projet entrepreneurial, Shir (2015 : 76) considère le bien-être de l'entrepreneur comme « un phénomène affectivo-cognitif distinct des manières dont le bien-être est examiné dans divers domaines des sciences sociales, ainsi que de la psychologie ». Cette spécificité vient du fait que le bien-être de l'entrepreneur correspond au bien-être personnel et individuel de l'individu-entrepreneur qui est fortement impacté par son lien avec son entreprise et avec l'écosystème entrepreneurial, même si d'autres facteurs personnels, familiaux, sociaux et environnementaux non-liés à l'entrepreneuriat peuvent également jouer un rôle. Ainsi, la notion de bien-être de l'entrepreneur se nourrit des

développements autour du bien-être dans d'autres disciplines (philosophie, psychologie, sociologie, médecine, etc.), tout en revêtant des spécificités qu'il convient de mieux comprendre et analyser. La problématique du bien-être de l'entrepreneur rejoint également, dans une certaine mesure, la problématique du bien-être au travail (de Châtillon et Richard, 2015 ; Biétry et Creusier, 2013 ; Lachman et al., 2010) pour cette catégorie professionnelle particulière qui sont les entrepreneurs.

Il est à noter que, dans la littérature entrepreneuriale, certains auteurs déconnectent le bien-être de l'entrepreneur en tant que personne du bien-être entrepreneurial, en lien avec son entreprise, en considérant que ces deux termes correspondent à deux cadres conceptuels différents (Shir, 2015 ; Abreu et al., 2019). Pour ces auteurs, le bien-être entrepreneurial est spécifiquement lié à l'expérience de l'entrepreneuriat en tant que processus de création d'entreprise, phénomène associé à l'entreprise (Pesqueux, 2019), et doit être séparé de l'entrepreneur en tant qu'individu. Cependant, ce découpage entre les volets professionnel et personnel apparaît comme difficile à opérer. En effet, des auteurs tels que Torrès et al. (2022) soulignent que l'entrepreneur a souvent un lien de subordination fort avec son entreprise, qui représente souvent une extension de son être. Nous choisissons donc de ne pas retenir dans le cadre de cette thèse la distinction entre le bien-être de l'entrepreneur et le bien-être entrepreneurial qui apparaît très ténue et de traiter du bien-être de l'entrepreneur dans une approche globale.

Pour conclure, à travers cette thèse nous cherchons à comprendre le bien-être de l'entrepreneur, c'est-à-dire le bien-être de l'individu créateur d'entreprise. Nous explorons dans ce travail de recherche les facteurs impactant le bien-être de l'entrepreneur, de façon positive et de façon négative et les conséquences de ceux-ci sur l'évolution du bien-être de l'entrepreneur au cours du projet entrepreneurial.

## 2.2 Approches du bien-être : l'hédonisme et l'eudémonisme

Deux approches du bien-être, prenant leurs racines dans la philosophie grecque antique, dominent la littérature en entrepreneuriat (Biétry et Creusier, 2013 ; Deci et Ryan, 2008). Il s'agit du bien-être hédonique et du bien-être eudémonique. L'approche hédonique (Biétry et Creusier, 2013 ; Deci et Ryan, 2008) est axée sur le bonheur et la recherche de plaisir (*hedone* en grec), généralement définie comme la présence d'affect positifs et l'absence d'affects négatifs. L'approche eudémonique s'oriente elle vers la création de sens et de but dans la vie, la réalisation de soi et le développement personnel (Biétry et Creusier, 2013 ; Deci et Ryan, 2008). Ces deux aspects de la notion de bien-être sont fondés sur des approches philosophiques et psychologiques différentes (Ayadi et al., 2019). Tous deux ont été étudiés et observés par des chercheurs dans plusieurs domaines.

Le bien-être hédonique a particulièrement été étudié par Diener (1984, 1998, 2006). Ce dernier définit le concept de bien-être comme étant associé à la prévalence, dans l'expérience consciente d'un individu, d'évaluations cognitives et émotionnelles positives plutôt que négatives ou désagréables. Le bien-être hédonique ne semble pas durer dans le temps et transparaît donc dans la fugacité des sentiments et émotions positives, il évolue en fonction des événements vécus par l'individu et des aléas de la vie (Georget, 2020 ; Keyes et al., 2002). Éprouver du bien-être hédonique consiste à ressentir beaucoup d'émotions agréables (joie, plaisir, contentement, gratitude, fierté...) et peu d'émotions ou de sentiments désagréables (anxiété, peur, colère, haine, honte...), accompagnées par un fort sentiment de satisfaction dans la vie (Diener, 1984). Le bien-être hédonique est donc fondé, avant tout, sur la recherche du plaisir et de l'évitement de la souffrance, de la douleur et de la peine (Kahneman et al., 1999). Tout individu cherchant à ressentir du bien-être hédonique maximisera alors ses chances d'obtenir des contentements, des récompenses et à optimiser le plaisir qui découle de ceux-ci.

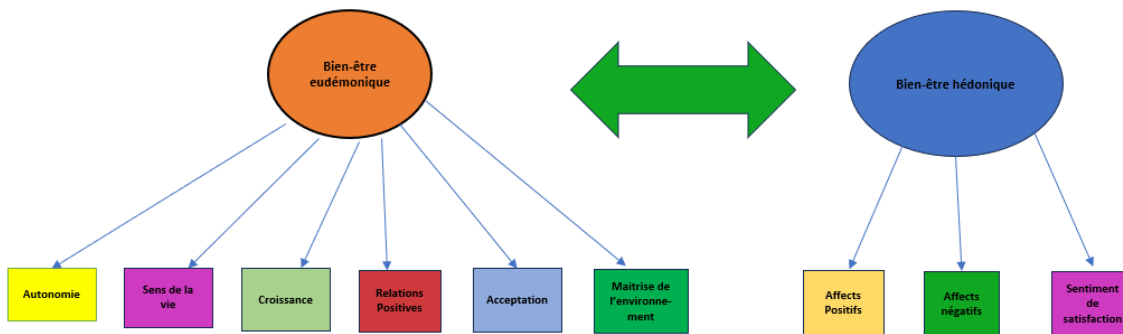


Aristote et Platon se sont élevés contre la vision hédonique du bien-être en donnant leur vision d'un autre bien-être basée sur la quête de sens et de but dans la vie, à savoir le bien-être eudémonique. Le bien-être eudémonique est moins bien conceptualisé que le bien-être hédonique « car il est issu de plusieurs conceptualisations » (Drouin et al., 2019 : 13). Il consiste en l'actualisation du potentiel de l'individu et l'aboutissement de ses besoins psychologiques (Deci et Ryan, 2008, 2001), ce qui amène un sentiment d'aboutissement personnel, d'évolution personnelle, de réalisation et d'orientation dans l'existence (Ryff et Singer, 2008, Waterman, 1993). Le bien-être eudémonique s'ancre dans une temporalité plus longue que le bien-être hédonique et semble plus durable (Georget, 2020). Selon cette approche, le bien-être est lié à la relation entre la nature des buts et la satisfaction des besoins fondamentaux psychologiques de la personne (Ryan et al., 2008) et apparaît à travers l'effort, l'engagement et la quête d'objectifs (Fowers et al., 2010) et la réalisation de son potentiel (Ryff, 1995). Il possède plusieurs composantes (Ryff, 2019 ; Ryan et al., 2013 ; Ryff et Keyes, 1995), dont les six principales sont liées à l'autonomie, la compétence, l'autodétermination, les relations positives avec autrui, l'acceptation de soi et le sens de la vie (Ryff et Singer, 1998).

Bien que les concepts de bien-être hédonique et de bien-être eudémonique soient très différents dans leurs approches, certains travaux proposent de concevoir le bien-être comme un concept complexe, incluant ces deux types de bien-être (Keyes et Lopez, 2002 ; Deci et Ryan, 2008). Plusieurs auteurs considèrent que ces deux approches sont liées, interagissent entre elles (Drouin et al., 2019) et s'inter-influencent au cours du temps (Vitterso et Sohlt, 2011). Keyes et al. (2014) assimilent le bien-être hédonique au bien-être subjectif, et le bien-

être eudémonique au bien-être psychologique. La figure 1, tirée de leurs travaux, représente les composantes du bien-être eudémonique et celles du bien-être hédonique.

*Figure 1. Le Bien-Être Eudémonique et le Bien-Être Hédonique*



**Source : Figure adaptée d'après les travaux de Keyes et al. (2014 : 214)**

## *2.3 Vers une conceptualisation du bien-être de l'entrepreneur*

Malgré la place sociétale de l'entrepreneur (Torrès, 2016), la recherche sur le bien-être de l'entrepreneur est un domaine récent, qui mobilise une forte attention de la part de la communauté des chercheurs depuis une quinzaine d'années uniquement (Stephan et al., 2023 ; Wiklund et al., 2019 ; Nikolova, 2019). A travers une revue de littérature bibliométrique, Sanchez-Garcia et al. (2018) ont identifié plusieurs courants de recherche et six domaines de recherche différents afférents au bien-être de l'entrepreneur, à savoir (1) le développement durable et les petites entreprises ; (2) le bien-être psychologique ; (3) l'entrepreneuriat social et le développement économique ; (4) les femmes en entrepreneuriat ; (5) le travail indépendant ; (6) l'épanouissement personnel. La méta-analyse menée par Stephan et al. (2023) illustre bien

cet engouement puisqu'elle recense 94 études sur le bien-être de l'entrepreneur menées dans 82 pays différents durant les dernières années.

Sur le plan international, nous pouvons noter, en particulier, un numéro spécial dédié au bien-être de l'entrepreneur intitulé « *Entrepreneurship and Well-Being* » de *Journal of Business Venturing* réalisé en 2019 sous la direction de Johan Wiklund, Carol Graham, Maw-Der Foo, Steven Bradley, Nadav Shir et Boris Nikolaev. En France, la *Revue de l'Entrepreneuriat* propose, quant à elle, en 2022, un numéro hors-série consacré à la santé de l'entrepreneur : « *Entrepreneurship and health, a challenging new field of research* » sous la direction d'Olivier Torrès, Florence Guiliani et Roy Thurik. Quel que soit l'angle sous lequel ils l'étudient, les chercheurs s'accordent sur le fait que la réussite entrepreneuriale dépend du bien-être de l'entrepreneur et les entrepreneurs qui réussissent sont ceux qui savent prendre soin et gérer leurs ressources physiques et mentales (Stephan, 2018 ; Stephan et al., 2023).

Les axes d'étude sur le bien-être de l'entrepreneur sont multiples et concernent des sujets tels que la charge allostatique et l'usure métabolique (Patel et al., 2019), la somnolence de l'entrepreneur et la baisse de sa concentration (Guliani et Torrès, 2017), le manque de sommeil (Kollmann et al., 2019), le phénomène de burn-out et de suicide patronal (Torrès et Kinowski -Moysan, 2019), le bien-être psychologique (Ryff, 2019) ou, enfin, le bien-être financier (Guo et Huang, 2023). D'autres facteurs en lien direct avec le bien-être de l'entrepreneur sont également traités dans la littérature : estime de soi, nutrition, temps de repos, accès aux ressources, localisation géographique. En sciences occupationnelles aussi, les chercheurs étudient le bien-être de l'entrepreneur et ce, afin d'expliquer comment le facteur risque est géré par l'entrepreneur et agit sur la santé de celui-ci (Stephan, 2018).

Le tableau 3 présente quelques travaux traitant du bien-être de l'entrepreneur utilisés pour l'écriture de la thèse en mettant en avant leurs principales contributions. Nous constatons que, dans la littérature, le bien-être de l'entrepreneur est étudié sous différents angles et

différents aspects. La plupart des résultats mis en avant par ces travaux se réfèrent à la santé et au bien-être psychologique de l'entrepreneur. Ceci s'explique par le fait que l'entrepreneur évolue dans un contexte professionnel stressant (Stephan et al., 2023), dominé par une forte incertitude environnementale et économique (Shyti et Paraschiv, 2015). La forte charge de travail, du fait des nombreux rôles (manager, comptable, commercial...) et des multiples tâches qu'il doit accomplir chaque jour (Lazear, 2005) ont une incidence sur son bien-être.

**Tableau 3. Présentation de Travaux autour du Bien-Etre de l'Entrepreneur et leurs Principales Contributions**

<b>Auteurs</b>	<b>Normatif ou empirique</b>	<b>Notions étudiées</b>	<b>Principaux résultats mis en avant</b>	<b>Dimensions du bien-être de l'entrepreneur étudiées</b>
Hmieleski et Carr (2008)	Empirique	Capital psychologique, Satisfaction au travail, Stress au travail	La capacité psychologique de l'entrepreneur l'aide à surmonter le stress au travail et maintient son bien être psychologique	Psychologique
Shepherd et Patzelt (2015)	Normatif	Santé de l'entrepreneur, Stress	La santé de l'entrepreneur et son projet s'impactent mutuellement en positif et en négatif	Physique, Psychologique
Guiliani et Torrès (2017)	Empirique	Santé de l'entrepreneur, Somnolence, Capacité de concentration	La somnolence chez l'entrepreneur entraîne un effet négatif sur son maintien de sa capacité de concentration	Physique
Nikolova (2019)	Empirique	Santé mentale, Santé psychologique	L'entrepreneuriat a des vertus non-matérielles en termes de bien-être et agit sur la santé de l'entrepreneur	Physique, Psychologique
Patel et al. (2019)	Empirique	Stress, Charge Allostatique, Travail indépendant	Augmentation de la charge allostatique et de l'usure métabolique chez l'individu entrepreneur	Physique
Patel et al. (2019)	Empirique	Bien-être Financier, Bien-être subjectif, Capacité Financière	Le bien-être financier de l'entrepreneur est associé à son bien-être subjectif, cette association croit avec sa capacité financière	Financière

Ryff (2019)	Normatif	Bien-être eudémonique, Bien-être hédonique, Processus entrepreneurial	Prépondérance du bien-être eudémonique chez l'entrepreneur le bien-être hédonique, explication des interactions entre l'entrepreneuriat et le bien-être eudémonique	Psychologique
Shir et al. (2019)	Empirique	Besoins psychologiques, Relations sociales,	L'entrepreneuriat apporte plus de bénéfices en termes de bien-être psychologique que les autres statuts professionnels	Psychologique, Social
Torrès et Kinowski-Moysan (2019)	Empirique	Burn-out, Epuisement entrepreneurial, Prévention	Présence de risque massif de burn-out chez les dirigeants, Importance de la prévention contre l'épuisement chez les entrepreneurs	Physique, Psychologique
Torrès et al. (2019)	Empirique	Salutogénèse, Bien-être eudémonique, Sens de la cohérence (SOC)	Existence de 37 facteurs salutogènes chez les entrepreneurs, Présence d'une usure mentale chez l'entrepreneur	Physique, Psychologique
Shir et Ryff (2021)	Normatif	Processus entrepreneurial, Bien-être eudémonique, Bien-être psychologique	Apport de propositions clés en vue de comprendre la manière et les conditions sous lesquelles, le bien-être psychologique agit durant le processus entrepreneurial.	Psychologique
Torrès et al. (2022)	Normatif	Salutogénèse, Lien de subordination, existentialisme	L'entrepreneur appréhende son projet comme la continuité de son être, L'entrepreneur est lié à son projet par un lien de subordination, ce qui agit sur sa santé.	Psychologique et physique
Guo et Huang (2023)	Empirique	Bien-être financier, Qualité de vie, Capacité financière	La capacité financière impacte fortement le bien-être financier de l'entrepreneur à faibles revenus	Financière
Stephan et al. (2023)	Normatif	Satisfaction au travail, Bien-être eudémonique, Santé mentale	Elaboration d'une vision par composantes du bien-être de l'entrepreneur et d'une perspective institutionnelle du bien-être de l'entrepreneur	Psychologique

Source : réalisé par l'auteur

## 2.4 *Le bien-être de l'entrepreneur : un concept multi-dimensionnel*

En dépit de la forte croissance des travaux de recherches portant sur le bien-être de l'entrepreneur enregistrée ces dernières années (Kollmann et al., 2019 ; Nikolova, 2019 ; Stephan, 2018 ; Wiklund et al., 2019), plusieurs chercheurs considèrent que le sujet spécifique de la multi-dimensionnalité du concept n'a pas encore été suffisamment traité dans la littérature. A titre d'illustration, Stephan et al. (2022 : 555) soulignent que « la recherche en entrepreneuriat a besoin de théoriser plus précisément la nature du bien-être de l'entrepreneur et de ses composantes ». En effet, des nombreux auteurs indiquent que le bien-être de l'entrepreneur peut être considéré sous plusieurs angles (Sanchez-Garcia et al., 2018). Par exemple, dans leur présentation du numéro spécial de *Journal Business Venturing* dédié aux relations entre le bien-être et l'entrepreneuriat, Wiklund et al. (2019 : 581) indiquent dans la partie « définition et mesure du bien-être de l'entrepreneur », que le bien-être « devrait être considéré comme un terme générique qui reflète plusieurs dimensions plutôt que de capturer quelque chose d'unidimensionnel ». Fowle (2019) considère que le bien-être de l'entrepreneur repose sur sept piliers, parmi lesquels on peut noter les relations amicales et familiales, le style de vie et la santé, l'appui sur une équipe professionnelle soudée, l'ouverture vers l'innovation, l'engagement fort vers un objectif de vie, la valorisation des réussites et l'apprentissage à partir des échecs. Nous notons que ces sept piliers sont en lien avec plusieurs aspects de la vie de l'entrepreneur : vie sociale et familiale, réussite financière, épanouissement personnel, santé...

De nombreuses recherches explorent le bien-être de l'entrepreneur en se focalisant sur une partie de ces différentes perspectives. Ainsi Torrès et Kinowski-Moysan (2019) démontrent que les entrepreneurs peuvent faire face à une altération de leur image de soi, une perte de contrôle et un épuisement professionnel et social. Liant l'aspect psychologique à

l'aspect physique, ces auteurs mettent en lumière comment une fatigue extrême peut pousser l'entrepreneur au burn-out, voire dans des cas extrêmes au suicide. Concernant l'aspect psychologique du bien-être de l'entrepreneur, Ryff (2019) met en évidence la prédominance du bien-être eudémonique chez les entrepreneurs. D'autres chercheurs étudient le bien-être de l'entrepreneur sous l'angle de la santé et explorent, par exemple, quelles sont les conséquences de l'entrepreneuriat sur la charge allostatique d'un individu (Patel et al., 2019), sur son sommeil et ses insomnies (Kollmann et al., 2019 ; Guiliani et Torrès, 2017), ou encore sur la gestion du bon et mauvais stress (Cardon et Patel, 2015). D'autres champs d'études explorent le bien-être de l'entrepreneur sous un angle financier. La situation financière est, par exemple, traitée par Hmielesky et Carr (2007) qui soulignent que l'aisance financière et les performances économiques d'une entreprise ne suffisent pas à augmenter la satisfaction que les entrepreneurs tirent de leurs projets. D'autres travaux s'attachent à l'étude du goût pour le risque de l'entrepreneur (Nefzi, 2018 ; Sabri et Sakaria, 2015) et de ses conséquences sur leur bien-être. Certains chercheurs montrent que l'entrepreneuriat nécessite de se concentrer sur la gestion de l'entreprise, la prise de décisions cruciales et la résolution de problèmes, entraînant un emploi du temps chargé et des heures de travail prolongées (Hyytinen and Ruuskanen, 2007). Weinberger et al. (2018) s'intéressent, quant à eux, au bien-être social de l'entrepreneur et aux conséquences de son rythme de vie professionnelle sur sa vie privée. Ces auteurs mettent en évidence que l'entrepreneur doit, du fait de son projet, faire des compromis sur les interactions sociales (Kuschlev et al., 2018) et le temps consacré à sa famille et à ses amis (Macdowell et al., 2019), ce qui peut être source de stress et d'isolement (Binnié et al., 2018). De leur côté, Delmar et Davidsson (2000) explorent le bien-être social des entrepreneurs qui créent leur entreprise durant une période de salariat en se focalisant sur les conséquences que cette situation professionnelle a sur leurs activités familiales.

Le tableau 3 (Cf p 32-33) offre une image synthétique sur les principales facettes du bien-être de l'entrepreneur abordées dans différentes études. Ces différentes facettes impactent de manière diverse le bien-être global de l'entrepreneur avec pour conséquence une hausse ou une baisse de celui-ci. L'étude du bien-être de l'entrepreneur n'est donc pas unimodale, mais complexe et nécessite un examen sous plusieurs angles. Cependant aucun travail existant n'a présenté le bien-être de l'entrepreneur dans sa multi-dimensionnalité, expliquant pourquoi une prise en compte de ce dernier à travers toutes ses dimensions est optimale à sa compréhension. C'est ce que propose cette thèse.

### **3. Objectif et cadre théorique**

L'objectif du travail de recherche sur le bien-être de l'entrepreneur présenté dans cette thèse est double. Premièrement, nous souhaitons mettre en avant la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur en soulignant les principales dimensions qui composent ce concept, leur importance relative et la manière dont ces dimensions évoluent au cours du projet entrepreneurial. Deuxièmement, nous voulons souligner, pour chacune des dimensions du bien-être de l'entrepreneur étudiées, les impacts négatifs et les impacts positifs exercés par l'entrepreneuriat sur cette dimension et leurs impacts sur le ressenti et le quotidien de l'entrepreneur.

Le cadre théorique retenu pour étudier la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur est celui de la pathogénèse, étude des causes des maladies et de la salutogénèse, approche favorisant la santé plutôt que la maladie. Dans ce qui suit, nous allons présenter brièvement ces deux théories qui occupent une place centrale dans les différents travaux empiriques réalisés dans le cadre de la thèse.



La salutogénèse, du latin « *salus* » (santé) et du grec « *genesis* » qui signifie l'origine de la santé, est un concept scientifique qui définit la santé non seulement comme un état d'absence de maladie, mais aussi comme un processus d'interaction dynamique entre les facteurs de stress et les ressources. Cette approche se concentre sur les facteurs favorisant la santé et le bien-être (physique, mental, social, etc.). Peu étudiée dans le monde de l'entreprise, cette science est née, il y a une trentaine d'années, des recherches du professeur israélo-américain de sociologie médicale, Aaron Antonovsky, à partir d'études sur le stress et la résilience de femmes ayant survécu aux camps de concentration nazis. Ce dernier développe le concept du « sens de la cohérence » (*sense of coherence*) considéré comme un fondement la salutogénèse (Antonovsky, 1978 ; 1996), qu'il relie au sentiment dynamique de confiance sur trois plans : la compréhension des événements de la vie (*sense of comprehensibility*), le sentiment de pouvoir gérer les événements (*sense of manageability*) et, enfin, le sentiment que les événements ont un sens (*sense of meaningfulness*). Pour Antonovsky, plus le sentiment de cohérence est fort, plus la probabilité de se diriger vers le pôle santé, par opposition au pôle maladie, est grande.

A contrario, la pathogénèse, du grec ancien, *pathos*, « maladie », et *genesis*, « origine, création », qui signifie l'origine des maux, s'intéresse à la fois à l'origine et au développement des maladies physiques et psychiques (Becker et al., 2010). Elle se concentre sur l'étude des causes, des mécanismes et des facteurs qui contribuent à la maladie. Processus étudié dans le domaine de la médecine, par lequel une maladie se développe ou progresse dans le corps (Franke, 2015 ; Franzkowiak et Lehmann, 2015), ce terme s'applique à d'autres domaines depuis quelques années afin de désigner l'ensemble des faits ou des causes générant une évolution négative sur une organisation, un organisme ou sur un sujet d'étude. Aucune forme de transition graduelle n'est faite entre un état de santé et un état de maladie à travers le prisme de la pathogénèse, on parle alors de continuum de la pathogénèse: une personne est considérée

comme saine si elle ne souffre d'aucune maladie diagnosticable. De ce point de vue, la santé apparaît comme un état normal défini par l'absence de maladies, alors que la maladie apparaît comme un écart par rapport à cet état normal.

Appliquant la salutogénèse à l'entrepreneuriat, Torrès et al. (2019 : 4) dressent une liste de trente-sept facteurs salutogènes qui ont un impact positif sur la santé et le bien-être. Les auteurs rapprochent la salutogénèse de l'entrepreneuriat du fait que la vie de l'entrepreneur semble calquée sur le « sens de la cohérence » donné par Antonovsky et décrivent le comportement salutogène de celui-ci comme : « voir d'une manière positive et constructive, prendre des décisions efficaces, connaissance de soi, confiance, épanouissement personnel, engagement, motivation intrinsèque, percevoir les stimuli comme des défis, faire face, résoudre des problèmes, obtenir des résultats, capacité d'établir des relations significatives et enrichissantes avec les autres ». Si donner du sens à ses actions et à son existence est un des objectifs de l'entrepreneur (Torrès et al., 2022), c'est aussi une des composantes de la psychologie positive.

La psychologie positive (Seligman et Csikszentmihalyi, 2000) est une discipline de la psychologie qui s'intéresse surtout à la santé, au bien-être et à la qualité de vie. Elle est attachée à ce qui rend l'individu heureux, optimiste et épanoui, et ne traite pas des causes des maladies psychiques ou psychopathologies. Ainsi « elle s'inscrit dans l'approche salutogénique de la santé psychologique » (Georget, 2020 : 67). Étudier le bien-être de l'entrepreneur sous un angle salutogène revient ainsi à étudier l'entrepreneur sous le prisme de la psychologie positive, en cherchant ce qui le rend optimiste, ce qui lui permet de se réaliser et d'avoir confiance en lui. La psychologie positive nous permet de ce fait d'appréhender le bien-être de l'entrepreneur au-delà du sens de la cohérence, en prenant en compte tous les facteurs qui permettent à l'entrepreneur de maintenir son bien-être à un niveau élevé ou tout simplement de l'augmenter.

## 4. Positionnement épistémologique et approche de raisonnement adoptée

La posture épistémologique du chercheur fait référence à la manière dont ce dernier se positionne vis-à-vis de la connaissance, de la vérité, de la recherche scientifique ou de l'acquisition de connaissances. Provenant des mots grecs « *episteme* » qui signifie « connaissance » et « *logos* » qui signifie « étude » voire « science », le terme épistémologie désigne ainsi la branche de la philosophie qui s'intéresse à la connaissance, à la manière dont le chercheur la construit, la justifie et la valide. Afin de définir son positionnement épistémologique, le chercheur doit mener une réflexion sur la conception de la réalité des phénomènes de management qu'il souhaite étudier (Allard-Poesi et Perret, 2003). La littérature en sciences de gestion est dominée par trois approches principales de recherche qui correspondent à trois positionnements épistémologiques différents : (1) le positivisme qui valorise les faits objectifs, (2) le constructivisme qui souligne la façon dont les individus construisent activement leur propre réalité et (3) l'interprétativisme qui met l'accent sur la compréhension du sens subjectif des phénomènes étudiés.

Le tableau 4 présente ces trois positionnements épistémologiques sur la base de critères tels que le statut de la connaissance, la connaissance engendrée et le chemin vers la connaissance scientifique, en s'inspirant des travaux de Girod-Séville et Perret (1999). Le positionnement épistémologique du chercheur est nécessaire afin de garantir la rigueur et la neutralité de sa démarche scientifique (Demaizières et Narcy-Combes, 2007).

**Tableau 4. Positions Epistémologiques des Paradigmes Positiviste, Constructiviste et Interprétativiste**

	<b>Le positivisme</b>	<b>Le constructivisme</b>	<b>L'interprétativisme</b>
Quel est le statut de la connaissance ?	Hypothèse réaliste Existence d'une essence propre à l'objet de connaissance	Hypothèse relativiste L'essence de l'objet ne peut être atteinte (constructivisme modéré) ou n'existe pas (constructivisme radical)	Hypothèse relativiste L'essence de l'objet ne peut être atteinte
Comment la connaissance est-elle engendrée ?	La découverte Recherche formulée en termes de « pour quelles causes... »	La construction Recherche formulée en termes de « pour quelles finalités... »	L'interprétation Recherche formulée en termes de « pour quelles motivations des acteurs... »
Le chemin de la connaissance scientifique	Statut privilégié de l'explication	Statut privilégié de la construction	Statut privilégié de la compréhension

Source : Basé sur Girod-Séville et Perret (1999)

Dans le cadre de la thèse, nous avons menés différents travaux de recherche qui ont été réalisés sous le prisme du courant interprétativiste. Ce courant met l'accent sur la compréhension et l'interprétation des significations et des motivations des individus dans leur contexte social et culturel, ici des entrepreneurs français. Ce positionnement épistémologique nous a permis d'explorer et d'analyser en profondeur les expériences et les perspectives des entrepreneurs qui ont participé à nos études, en mettant l'accent sur la subjectivité. Toutefois, nous avons veillé à garder une attitude réflexive et critique vis-à-vis de notre propre rôle dans la recherche de façon à ne pas nous laisser envahir par nos préjugés et idées préconçues.

Le positionnement épistémologique du chercheur s'accompagne du choix d'une approche de raisonnement. Trois approches de raisonnement dominent la littérature en sciences de gestion : l'approche déductive, l'approche inductive et l'approche abductive. Ces trois approches seront brièvement présentées ci-dessous.

Le positionnement positiviste recommande l'adoption d'une posture hypothético-déductive en recherche. L'approche déductive (ou hypothético-déductive) est basée sur la validation d'hypothèses à partir des observations de terrain. Elle consiste à formuler des hypothèses de recherche à partir d'une problématique spécifique qui seront ensuite testées empiriquement. Le raisonnement déductif est utilisé pour déduire des conséquences observables des hypothèses, allant du général au particulier en partant d'énoncés généraux vers des conclusions spécifiques. La démarche hypothético-déductive comprend généralement quatre étapes : (1) identification des concepts pertinents, (2) constatation des limites des théories existantes, (3) proposition de nouvelles hypothèses et (4) phase de test pour vérifier leur validité. Cette approche permet d'expliquer les relations de cause à effet, de mesurer les concepts quantitativement et de généraliser, dans une certaine mesure, les résultats de recherche. Les hypothèses sont élaborées d'après des théories existantes, puis sont testées selon une méthodologie appropriée.

L'approche inductive permet de généraliser à partir d'observations spécifiques, sans nécessiter de cadre préétabli. Contrairement au raisonnement déductif, l'induction débute par les observations, tandis que les théories sont développées ultérieurement dans le processus de recherche. Certains chercheurs inductifs estiment qu'il est possible de généraliser logiquement les observations de manière globale et inclusive, vérifiant ainsi les hypothèses scientifiques. Les chercheurs agissent de manière inductive pour développer les théories en observant, rassemblant des preuves, puis les testant afin de comprendre et d'expliquer les phénomènes de manière systématique.

L'approche abductive permet d'élargir la compréhension et d'explorer des pistes explicatives potentielles pour les phénomènes observés, tout en reconnaissant que ces explications peuvent nécessiter des ajustements et des révisions au fil du temps et des nouvelles données disponibles. Elle permet d'explorer les situations où il existe souvent un grand nombre

d'explications possibles pour un phénomène donné. Le processus du raisonnement abductif débute généralement avec un ensemble d'observations incomplet et cherche à aboutir à l'explication la plus plausible de ces observations. Le raisonnement abductif explore les cas où l'on peut inférer des conclusions spécifiques à partir d'observations plus larges.

Dans le cadre de la thèse, nous avons opté pour un raisonnement inductif. En effet, ce type de raisonnement permet d'explorer des phénomènes humains complexes et de généraliser ou d'élaborer des hypothèses plus larges qui pourraient s'appliquer à des contextes similaires (par exemple à un plus grand nombre d'entrepreneurs que celui représenté dans chaque article). Axée non pas sur la représentativité, mais sur l'exploration de la diversité des mécanismes qui nous est donnée à étudier (Alami et al., 2019), cette approche inductive offre l'avantage de « ne pas tomber dans ce piège où l'on installe la théorie d'entrée de jeu et où les faits, trop aisément manipulables, se cantonnent dans un rôle d'illustration-confirmation » (Kaufmann, 2001 : 12). Nous avons, comme le préconise Guillemette (2006), appréhendé les phénomènes avec notre sensibilité théorique et nos connaissances antérieures qui ne peuvent être oubliées. L'approche inductive nous a permis dans nos recherches d'analyser des mécanismes sous-jacents aux comportements et l'interprétation qu'en font les répondants.

## **5. Choix méthodologique**

Dans le cadre de ce travail de thèse, notre objectif a été de donner la parole aux entrepreneurs et de leur donner la possibilité de s'exprimer librement au sujet de leur bien-être. Cela nous a conduit à privilégier, dans nos différents travaux, une approche qualitative basée sur des entretiens, plutôt qu'une approche quantitative. En effet, la recherche quantitative est utile pour valider des hypothèses préalables dans le cadre d'une épistémologie positiviste, mais ne permet pas une analyse subjective en profondeur des ressentis des personnes interviewées

qui est nécessaire dans le cadre d'une posture interprétativiste. Dans le cas de notre travail de thèse, le choix de la méthode qualitative nous a permis d'obtenir des matériaux riches, permettant de faire émerger les nuances et les subtilités des discours collectés auprès des entrepreneurs.

L'utilisation de la recherche qualitative nous est apparue adaptée, car ignorant la partie de ce que nous allions mettre en lumière, nous nous orientons vers une étude exploratoire (Baumard et Ibert, 2014). La recherche qualitative souligne et explore « des intentions, des discours et les actions et les interactions des acteurs, de leur point de vue et du point de vue du chercheur » (Dumez, 2021 :7). Il était pour nous, important de laisser s'exprimer les entrepreneurs sur leur bien-être afin de mieux comprendre les dimensions de celui-ci et leur évolution au cours du projet entrepreneurial. Ainsi, l'entretien semi-directif choisi comme outil pour mener nos collectes de données a permis une discussion formelle avec les entrepreneurs, dans la perspective d'analyser, des données discursives reflétant notamment l'univers mental conscient ou inconscient des répondants (Bachir et Bussat, 2000).

Nous sommes conscients que cette méthode de recherche qualitative possède des limites. Tout d'abord, la subjectivité du chercheur est mise à contribution et peut entraîner un biais d'interprétation des données. Le chercheur doit alors écarter ses préjugés personnels, ses valeurs et ses croyances afin qu'elles n'influencent pas la collecte, l'analyse et l'interprétation des données. De même, la subjectivité des répondants peut biaiser les données. Les répondants répondent selon leur perception des événements, leur ressenti et leur compréhension des questions posées. Nous reconnaissons également que la recherche qualitative s'intéresse généralement à des échantillons de petite taille et est basée sur la compréhension des phénomènes dans des contextes spécifiques qui rendent plus difficile la généralisation des résultats et requiert parfois une validation des possibilités de généralisation par des analyse

quantitatives. De plus, les résultats peuvent ne pas être applicables ou pertinents dans des contextes différents de celui de l'étude.

## 5.1 *La procédure d'entretien*

Pour les différentes enquêtes qualitatives réalisées dans le cadre de la thèse, nous avons privilégié le mode d'entretien en face à face (en présentiel ou en distanciel), en vue de faciliter un climat de confiance avec les répondants afin que ceux-ci puissent partager leur expérience sans craintes et sans retenue. Toutefois, nous avons gardé une attitude compréhensive, tout en veillant à ne pas influencer les répondants dans leurs propos, maintenant notre posture de neutralité face aux informations recueillies.

L'organisation des entretiens a été identique dans les différentes collectes de données. Dans un premier temps, nous nous sommes présentés en indiquant au répondant que la collecte de données s'inscrit dans le cadre d'un travail de thèse qui s'intéresse au bien-être des entrepreneurs. Après avoir certifié l'anonymisation de l'entretien et du nom de l'entreprise créée par le répondant et afin d'établir un climat de confiance et d'empathie, la première phase d'échange avec le répondant a porté systématiquement sur son projet entrepreneurial et l'histoire de celui-ci. Nous nous sommes intéressés au parcours de vie du répondant tout en limitant la durée de cette première phase d'entretien : « *Pouvez-vous nous décrire brièvement, en quelques phrases, votre projet ? Pourquoi et comment êtes-vous devenu entrepreneur ? A quelle étape votre projet se situe-t-il ?* ». Puis, nous avons posé les questions spécifiques stipulées dans le guide d'entretien semi-directif développé pour l'étude (voir annexes 1 à 3).

Avec pour objectif de garder un maximum de neutralité dans notre analyse, nous avons conçu nos grilles d'entretiens en évitant d'employer des mots qui ont une connotation évidente ou qui auraient pu amener les répondants à fournir des réponses influencées par l'enquêteur. Nous avons donc décidé de ne pas employer certains mots comme : fatigue, solitude, isolement,



sommeil, prise ou perte de poids, maladie, manque de temps... Afin d'amener les entrepreneurs interviewés à se livrer de manière spontanée sur leur vécu et leurs expériences personnelles en tant que chef d'entreprise mais également en tant qu'homme ou femme dans leur vie privée, nous avons privilégié les questions ouvertes qui ont permis aux répondants d'exposer leurs expériences et leurs ressentis sans être influencés par des réponses préalables induites par le chercheur.

A la fin de chaque entretien, nous avons remercié le répondant pour sa participation et le temps accordé, tout en restant à sa disposition pour toute question complémentaire concernant l'entretien ou le sujet de thèse. Chaque entretien a été enregistré (après consentement explicite du répondant) et retranscrit afin de permettre une analyse de contenu.

## *5.2 Analyse des résultats, usage de la théorie ancrée*

Notre approche d'analyse s'inscrit dans le cadre de la théorie ancrée (Glaser et Strauss, 2000), qui permet de construire des théories à partir des données empiriques collectées sur le terrain, plutôt que de tester des hypothèses préconçues (Charmaz, 2014 ; Farragher et Coogan, 2018). Comme l'explique Méliani (2013 : 450) : « Au lieu de chercher à répondre à une série de critères prédéfinis, l'analyse par théorisation ancrée s'astreint tout au long de sa formalisation à une réflexion critique et une démarche éthique ». La théorie ancrée va de pair avec le raisonnement inductif (Sebastian, 2019). L'utilisation de cette méthode d'analyse des matériaux collectés mobilise la subjectivité du chercheur quant à l'élaboration de théories émergentes du terrain (Alami et al., 2009). En effet, la réalité traduite par le chercheur à travers son interprétation des matériaux disponibles est la résultante d'une représentation en partie personnelle. Si en matière de recherche, l'objectivité est de manière générale accolée au positivisme (Girod-Séville et Perret, 1999), en ce qui concerne les analyses qualitatives, c'est

la subjectivité du chercheur qui rend l'analyse pertinente (Lévy, 1994). Ainsi Saint Cyr Tribble et Saintonge (1999 : 116), parlent « d'une zone à la fois objective et subjective [...] comme une représentation subjectivo-rationnelle de la réalité ». La subjectivité fait donc partie intégrante de la recherche qualitative et ne peut être évitée puisqu'elle est la base de toute interprétation.

Les avantages de l'utilisation de la théorie ancrée sont multiples. Premièrement, elle permet l'émergence de théories directement à partir des données collectées sur le terrain. Cela permet de développer des théories qui sont profondément enracinées dans les expériences et les perspectives des participants à l'étude. Deuxièmement, elle ouvre la voie à une compréhension en profondeur du sujet traité et des phénomènes étudiés : elle permet de saisir les significations, les motivations et les processus sociaux qui sous-tendent les comportements et les interactions (Dumez, 2021). Troisièmement, en tant qu'approche itérative, elle permet un aller-retour permanent entre le terrain et l'analyse des résultats. Quatrièmement, elle offre aux chercheurs une richesse significative de matériaux ce qui élargit les possibilités de compréhension de la complexité et la diversité des expériences et des perspectives des participants. Enfin, cinquièmement, elle favorise une contribution significative à la recherche théorique en développant de nouvelles perspectives, en mettant en évidence des relations complexes et en proposant des cadres conceptuels novateurs.

Le recours à la théorie ancrée nous a permis de mettre en lumière les thèmes émergents, regroupant les items en catégories et sous-catégories selon un processus manuel d'analyse thématique transversale (Alami et al., 2009). Notre analyse a impliqué trois phases de traitement (Baumard et al., 1999) : une phase de traitement initial, à l'aide d'une lecture flottante facilitant l'imprégnation des données, une phase d'analyse systématique (phase de classification) et enfin une phase d'interprétation des résultats. Les trois phases ont été effectuées de manière parallèle par les chercheurs impliqués dans chaque projet. Les annexes

4 à 8 donnent une vision d'ensemble sur les résultats du processus de codage relatif aux différents articles.

### *5.3 Le risque de circularité et son évitement*

En recherche qualitative, le risque de circularité se rapporte à une situation où la théorie développée est très fortement liée aux données, ou provient directement des données elles-mêmes, créant ainsi un cercle de raisonnement. Bergh (1905 : 312) met en garde contre ce risque : « dès le moment qu'une personne se forme une théorie, son imagination ne voit plus, dans tout objet, que les traits en faveur de cette théorie ». Ce risque peut anéantir la validité et la crédibilité de la recherche qualitative. Afin de lutter contre ce risque, nous avons en premier lieu considéré les propos de plusieurs répondants, ainsi que leurs différentes expériences. En deuxième lieu, nous avons maintenu une veille et une analyse constantes sur les verbatims collectés. Cette analyse itérative, nous a enjoint à rester ouverts à de nouvelles interprétations afin d'éviter de considérer uniquement les informations qui soutiennent une théorie préétablie. En troisième lieu, nous avons remis en question de manière systématique nos perspectives de recherche et nos propres préjugés afin de chercher à réfuter la théorie développée par l'analyse des résultats, ceci dans le but d'obtenir une interprétation la plus juste des données (Koenig, 2009).

## *5. L'utilisation du codage manuel préférée à l'utilisation d'outils informatiques*

Bien que l'utilisation d'outils informatiques aurait pu être utile, la présence du chercheur lors des entretiens et les échanges de vive voix avec les répondants ont été considérés

comme une source pertinente de légitimation du travail d'analyse des données, ce qui a permis de conserver une certaine flexibilité dans leur approche. Nous avons suivi les principes énoncés par Miles et Huberman (2003) en optant pour une analyse manuelle, plutôt que d'utiliser des logiciels d'analyse de contenu qui ne reconnaissent pas les idées exprimées dans les phrases prononcées par nos répondants. Le codage manuel nous a permis de nous immerger profondément dans nos données. L'annotation, puis les multiples relectures des verbatims nous ont amenés à une compréhension approfondie des nuances et des contextes présents dans les données. De plus, le codage manuel nous a permis une grande flexibilité afin d'ajuster les codes et le dictionnaire thématique tout au long de notre analyse en appliquant notre propre jugement et notre interprétation aux données. Tout au long de la collecte de données nous avons respecté le critère de saturation thématique et nous avons cessé la collecte dès lors que les entretiens effectués amenaient à une répartition des propos et n'entraînaient plus l'apparition de thèmes nouveaux (Low, 2019). Nous tenons à souligner que ce phénomène reste relatif (Royer, 2006).

## **6. Organisation de la thèse**

Le reste de ce manuscrit présente quatre contributions originales portant sur le bien-être de l'entrepreneur. Cela nous a conduit à retenir une structure de la thèse en quatre chapitres, où chaque chapitre correspond à un article de recherche différent. Chaque article présenté aborde la problématique de la multi-dimensionalité du bien-être sous un angle complémentaire. Le Chapitre 1 met en évidence les principales dimensions du bien-être de l'entrepreneur. Le Chapitre 2 traite du bien-être temporel de l'entrepreneur. Le Chapitre 3 s'intéresse au bien-être physique et psychologique de l'entrepreneur. Le Chapitre 4 s'intéresse au bien-être social de l'entrepreneur. Le tableau 5 synthétise les principales informations concernant les différents chapitres de la thèse et les articles correspondants.

**Tableau 5.** Articles présentés dans la thèse

Chapitre	Dimensions du bien-être de l'entrepreneur traitées	Titre de l'article	Auteurs	Etat de publication
Chapitre 1	Etude multi-dimensionnalité	«Bien-être de l'entrepreneur : Une perspective multi-dimensionnelle »	Heichelbech, S., Paraschiv, C., Boiteau, C	Présenté au <i>Congrès de l'Académie de l'Entrepreneuriat et de l'Innovation</i> , Strasbourg, 2023 En soumission dans une revue
Chapitre 2	Bien-être temporel	“Temporal Well-being of Entrepreneurs : An Empirical Investigation”	Heichelbech, S., Folzer, D., Paraschiv., C.	<i>Revue de l'Entrepreneuriat</i> , accepté avec des révisions mineures
Chapitre 3	Bien-être physique et psychologique	« Entrepreneur's attitude towards health: Between denial, breakdown, awareness, and action”	Heichelbech, S., Paraschiv, C.	<i>Revue de l'Entrepreneuriat</i> (2022) 2 : 33-58
Chapitre 4	Bien-être social	« Légitimité de l'entrepreneur : par-delà les jugements sociaux, le bien-être social »	Heichelbech, S., Paraschiv, C., Boiteau, C.	Présenté au <i>Congrès de l'Académie de l'Entrepreneuriat et de l'Innovation</i> , Strasbourg, 2023 En préparation de soumission dans une revue

Chaque chapitre de la thèse présente une revue de littérature autour du sujet retenu comme objet d'étude, une étude empirique qualitative qui vise à mettre en relief la manière dont le sujet étudié a été abordé par les entrepreneurs interrogés, une analyse des principaux résultats observés et une discussion portant sur les implications de nos résultats. La conclusion générale de la thèse complète ces réflexions en proposant une synthèse des apports théoriques et managériaux de nos travaux mettant en évidence la manière dont la multi-dimensionnalité

du bien-être de l'entrepreneur se répercute sur le quotidien de l'entrepreneur et de son entreprise, ainsi que des perspectives de recherche pour approfondir et enrichir nos différentes contributions.

Le chapitre 1 s'intéresse à la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur. Notre point de départ est le constat que bien que plusieurs recherches suggèrent que le concept du bien-être de l'entrepreneur est multidimensionnel, la littérature n'est pas unanime quant aux principales dimensions à considérer dans l'analyse. Ce premier chapitre a donc pour objectif d'identifier les dimensions de bien-être les plus importantes à partir des discours des entrepreneurs concernant leur vécu. Nos résultats mettent en lumière quatre dimensions relativement classiques du bien-être de l'entrepreneur (les dimensions psychologique, physique, financière et sociale), tout en soulignant l'existence d'une cinquième dimension, souvent ignorée par les travaux préexistants sur le sujet, à savoir la dimension temporelle. Notre analyse montre que cette dernière dimension est celle perçue comme ayant l'effet pathogène le plus important par les répondants. Notre étude confirme qu'il est essentiel pour les entrepreneurs de considérer leur bien-être en intégrant les cinq dimensions afin d'assurer la réussite de leurs projets, tout en mettant en évidence les facteurs d'influence les plus importants sur chacune des dimensions.

Le chapitre 2 étudie plus en détail la dimension temporelle du bien-être de l'entrepreneur, ainsi que ses différentes composantes. Dans le domaine de l'entrepreneuriat, l'étude des attitudes temporelles des entrepreneurs, des perceptions du temps et des décisions liées au temps s'est traditionnellement concentrée sur la performance stratégique et commerciale. Ce deuxième chapitre complète ces réflexions préexistantes, en étudiant empiriquement la relation entre le temps et le bien-être des entrepreneurs à travers le concept de bien-être temporel. Conformément aux approches pathogènes et salutogènes, l'analyse

empirique présentée dans cet article met en évidence à la fois les facteurs qui ont un impact positif et négatif sur le bien-être temporel.

Le chapitre 3 s'intéresse au bien-être physique et psychologique de l'entrepreneur en étudiant son attitude envers sa santé au cours de l'évolution de son projet. Notre recherche s'intéresse à la fois à la santé mentale et à la santé physique du chef d'entreprise tout en mettant en lumière comment le projet entrepreneurial peut influencer son bien-être à différentes moments. La santé de l'entrepreneur est au cœur de nombreuses recherches ces dernières années. Ce troisième chapitre contribue à cette littérature en mettant en avant la dynamique de la relation que les entrepreneurs perçoivent entre l'évolution de leur projet et leur bien-être. Notre analyse identifie quatre phases d'évolution de l'attitude de l'entrepreneurs envers sa santé au cours du projet : (1) une phase de déni où la santé est ignorée, (2) une phase de rupture où les effets pathogènes sur la santé se font ressentir, (3) une phase de prise de conscience où l'entrepreneur se rend compte du besoin de gérer sa santé et (4) une phase d'action où des stratégies d'amélioration de la santé sont mises en place.

Le chapitre 4 s'intéresse aux liens entre la légitimation de l'entrepreneur et son bien-être social en prenant en considération l'évolution des jugements sociaux au cours du processus entrepreneurial. Ce travail souligne que la légitimation de l'entrepreneur se construit et se renforce en quatre étapes : premièrement, convaincre les parties prenantes du projet de la valeur ajoutée de ce dernier, deuxièmement être reconnu et accepté en tant que chef d'entreprise, troisièmement, changer de statut social et quatrièmement, maintenir sa légitimité. Nos résultats permettent de comprendre comment les jugements sociaux interagissent avec le bien-être social de l'entrepreneur au cours du projet et en quoi il est tributaire des effets négatifs et des effets positifs de celui-ci.

# CHAPITRE 1



# Bien-être de l'entrepreneur : Une perspective multi- dimensionnelle<sup>10</sup>

**Stéphanie Heichelbech**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Corina Paraschiv**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Carine Boiteau**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Resumé :** Cet article s'intéresse au bien-être de l'entrepreneur étudié sous l'angle de sa multi-dimensionnalité. Le cadre théorique retenu est celui de la pathogenèse et de la salutogenèse. L'article est basé sur une étude qualitative menée auprès de 18 entrepreneurs français. L'analyse des entretiens met en évidence cinq dimensions principales sur lesquelles repose le bien-être entrepreneurial : temporelle, psychologique, physique, financière et sociale. Nous étudions les effets pathogènes et salutogènes de l'entrepreneuriat sur chacune de ces dimensions, mettant ainsi en évidence une multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur évolutive au cours du temps, en fonction de l'évolution du projet.

**Mots clés :** bien-être, entrepreneuriat, multi-dimensionnalité, salutogenèse, pathogenèse.

**Abstract :** This article explores the well-being of entrepreneurs from a multidimensional perspective. The chosen theoretical framework is that of pathogenesis and salutogenesis. The article is based on a qualitative study conducted with 18 French entrepreneurs. The analysis of the interviews highlights five main dimensions on which entrepreneurial well-being relies: temporal, psychological, physical, financial, and social. We examine the pathogenic and salutogenic effects of entrepreneurship on each of these dimensions, thus revealing an evolving multidimensionality of entrepreneur well-being over time, depending on the project's development.

**Keywords:** well-being, entrepreneurship, multidimensionality, salutogenesis, pathogenesis.

---

<sup>10</sup> Ce chapitre est basé sur un article présenté au *XIIIème Congrès de l'Entrepreneuriat et de l'Innovation* à Strasbourg en juin 2023.

# 1.Introduction

Au cours des dernières années, nous constatons une forte croissance des recherches en sciences de gestion portant sur le bien-être de l'entrepreneur (Wiklund et al., 2019 ; Kollmann et al., 2019 ; Fowle 2019 ; Heichelbech et Paraschiv, 2022), considéré comme un élément déterminant de la réussite entrepreneuriale avec des conséquences majeures en termes de prise de décision, performance et productivité des entreprises. Les travaux autour de ce concept soulignent l'absence de liens hiérarchiques de subordination qui fait que les créateurs doivent, dans la poursuite de leur rêve entrepreneurial, faire leurs propres choix et les assumer, tout en étant soumis à des risques professionnels importants (Shepherd et al., 2015 ; Torrès et al., 2022). En effet, l'activité entrepreneuriale demande, par sa nature, de mener à bien des actions multiples et complexes dans un environnement économiquement et technologiquement instable (Paraschiv et Shyti, 2016). Cela nécessite souvent de travailler sans discontinuité pendant de longues heures en endossant des rôles divers et variés, qui sont tous essentiels à la réussite du projet. Ces différents aspects de l'entrepreneuriat sont susceptibles d'avoir un impact fort en termes de bien-être, qu'il convient de mieux comprendre et analyser.

Le bien-être entrepreneurial est défini comme un agrégat de « satisfaction, affect positif, affect négatif peu fréquent et fonctionnement psychologique en relation avec le développement, le lancement, la croissance et la gestion d'une entreprise » (Wiklund et al., 2019 : 579). Plusieurs recherches suggèrent la nature multi-dimensionnelle du concept. Par exemple, selon Fowle (2019), le bien-être de l'entrepreneur repose sur 7 piliers : les relations amicales et familiales, le style de vie et la santé, l'appui sur une équipe professionnelle soudée, l'ouverture vers l'innovation, l'engagement fort vers un objectif de vie, la valorisation des réussites et l'apprentissage à partir des échecs. D'autres chercheurs tels que Guo et Huang (2023) et Patel et Wolfe (2019) montrent que les aspects financiers jouent également un rôle déterminant dans

le sentiment de réussite et de satisfaction de l'entrepreneur. Aussi, des nombreuses recherches (Binnié et al., 2018 ; Torrès et al., 2022 ; Heichelbech et Paraschiv, 2022) s'intéressent à la santé physique et mentale des créateurs, ce qui renvoie à deux dimensions distinctes (physique et psychologique) du bien-être. Toutefois, en dépit de ces contributions importantes qui mettent en évidence la nécessité de considérer la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur, la littérature n'est pas unanime concernant les dimensions principales qu'il convient de retenir dans l'analyse.

L'objectif de notre article est de combler cette lacune de la littérature en étudiant la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur et sa dynamique au cours du projet entrepreneurial et vérifier en particulier si les quatre dimensions du bien-être (physique, psychologique, sociale et financière) généralement retenues dans la littérature en sciences de gestion (Ayadi et al., 2019) sont confirmées pour le bien-être de l'entrepreneur. Notre analyse s'appuie sur le cadre théorique de la pathogénèse et de la salutogénèse (Torrès, 2019). La première s'intéresse aux processus qui détériorent le bien-être et la santé de l'entrepreneur, alors que la seconde considère le bien-être et la santé comme une question de ressources et s'attelle à identifier les processus favorables à leur renforcement. Ainsi, la pathogénèse et la salutogénèse appliquées au bien-être de l'entrepreneur dans une approche multi-dimensionnelle s'attachent à étudier et à expliquer les variations positives et négatives du bien-être sur chaque des facettes concernées.

Notre recherche empirique est basée sur une enquête qualitative menée auprès de 18 entrepreneurs. Trois résultats principaux émergent de l'étude. Tout d'abord, notre analyse confirme la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur, mettant en évidence cinq dimensions principales : temporelle, physique, psychologique, sociale et financière. Ensuite, nous montrons que, parmi ces cinq dimensions identifiées, la dimension temporelle est celle dont l'impact pathogène sur le bien-être est perçu comme le plus important par les répondants.

Enfin, notre analyse illustre comment, au cours du projet entrepreneurial, les facteurs salutogènes tendent à compenser les facteurs pathogènes ressenties initialement sur chacune des cinq dimensions.

## 2. Revue de littérature

Alors que le concept de bien-être est aujourd’hui bien établi dans la littérature en science de gestion (Ayadi et al., 2019 ; Abord de Chatillon et Richard, 2015 ; Berthe, 2021), les recherches dédiées spécifiquement au bien-être de l’entrepreneur sont relativement récentes, développées essentiellement pendant la dernière dizaine d’années (Kollmann et al., 2019 ; Wiklund et al., 2019). En France, des initiatives terrain telles que l’Observatoire Amarok (Torrès et Kinowski Moysan, 2019) et le Service de Prévention et Santé au Travail PRESANSE Occitanie participent activement au recueil d’informations sur la santé et les conditions de vie des dirigeants, contribuant ainsi à la mise en avant du sujet. Ces programmes font ressortir des nouveaux liens entre la vie entrepreneuriale et le bien-être des entrepreneurs, dont il convient d’approfondir l’étude. Ils permettent également de mieux appréhender les conséquences directes et indirectes de l’entrepreneuriat sur l’état physique, psychologique, social et financier des entrepreneurs (Torrès et al., 2022), suggérant la nécessité d’aborder la notion de bien-être dans une perspective multi-dimensionnelle.

### *2.1 Le bien-être, un concept multi-dimensionnel*

Au regard de la littérature en sciences de gestion, l’entrepreneuriat apparaît comme une activité professionnelle entraînant des conséquences multiples et variées en termes de bien-être (Torres et Thurik, 2019 ; Stephan, 2018 ; Wiklund et al., 2019). Du fait des nombreuses fonctions qu’il occupe de manière concomitante (manager, comptable, commercial, etc.), en

gérant un fort degré d'incertitude, l'entrepreneur est soumis à un niveau de stress élevé et à une fatigue chronique, qui influent négativement son bien-être physique et psychologique (Murnieks et al., 2020).

Le lien de subordination avec le projet (Torrès et al., 2022) pousse les créateurs à travailler dur, pendant de longues périodes et à sacrifier leurs plaisirs personnels, leur vie privée et leur famille pour développer leur activité entrepreneuriale (Ryff, 2019 ; Heichelbech et Paraschiv, 2022). Ainsi, certains entrepreneurs se sentent lésés en ce qui concerne leur vie de famille et le temps passé avec leurs enfants, d'autres en ce qui concerne leurs activités sociales (Reuschke, 2019). La littérature montre également que les entrepreneurs sont confrontés à des difficultés d'accès aux prêts bancaires et aux autres produits financiers essentiels au démarrage de leur activité (Patel et Wolfe, 2019) ou souffrent d'un manque d'argent qui affecte leur qualité de vie, en influençant le recours aux soins et les actions de prévention liées à la santé (Guo et Huang, 2023). En partant de ces différents constats, plusieurs chercheurs (Stephan et al., 2023 ; Torres et Thurik, 2019 ; Wiklund et al., 2019) décrivent dans leurs travaux la nature multiforme et complexe du bien-être de l'entrepreneur, tout en soulignant que ses différentes facettes doivent faire l'objet d'une attention plus soutenue pour une meilleure compréhension du concept dans sa globalité.

La littérature en gestion ayant déjà traité de la multi-dimensionnalité du bien-être dans un contexte plus général peut servir de base pour notre réflexion autour de la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur. En partant d'une synthèse des travaux préexistants, Ayadi et al. (2019) proposent un modèle multi-dimensionnel du bien-être qui s'appuie sur quatre dimensions : psychologique, physique, financière et sociale. Cette idée de multi-dimensionnalité renvoie aussi aux travaux d'Abord de Chatillon et Richard (2015) sur le bien-être au travail. Ces auteurs soulignent que la dimension de santé seule (reflétant le bien-être physique) est insuffisante pour la modélisation des conditions du bien-être au travail et

proposent un cadre structuré autour de quatre aspects : le sens du travail, le lien (les relations professionnelles), l'activité (l'action) et le confort qui renvoient au bien-être physique, psychologique et social du travailleur. Toutes ces dimensions de bien-être semblent être d'une importance cruciale pour le bon fonctionnement de l'activité entrepreneuriale. Toutefois, la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur n'a pas encore fait l'objet d'une étude spécifique en sciences de gestion.

## *2.2 Le bien-être de l'entrepreneur sous l'angle de la salutogenèse et la pathogenèse*

Des nombreux auteurs mettent en évidence que la vie entrepreneuriale se caractérise à la fois par des niveaux très élevés de ressources impactant le bien-être, mais également par de facteurs de stress extrêmement importants (Shir et al., 2019 ; Torrès et Thurick, 2019 ; Williamson et al., 2021). En accord avec ces constats, nous étudions dans cet article la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur en nous appuyant, dans la lignée des travaux de Torres et al. (2019), Heichelbech et Paraschiv (2022) et Gharbi (2014), sur le cadre théorique de la pathogenèse (de *patho*, maladie, et de *genesis*, origine, en grec) et de la salutogenèse (de *salus*, santé en latin). Cela nous conduit à étudier le bien-être en se focalisant, d'une part, sur l'identification des facteurs négatifs qui diminuent le bien-être (pathogenèse) et, d'autre part, des facteurs positifs qui contribuent à une augmentation du bien-être (salutogenèse). Cette dichotomie entre les facteurs pathogènes et salutogènes renvoie également aux travaux de Stephan et al. (2023) qui proposent d'analyser le bien-être de l'entrepreneur en distinguant (1) le bien-être négatif, faisant référence à l'affect négatif et aux problèmes de santé physique et mentale liés au stress du dirigeant, et (2) le bien-être positif, faisant référence à l'affect positif, au bien-être cognitif et au bien-être eudémonique, orienté vers la création de sens et de but dans la vie, la réalisation de soi et le développement personnel.

Un pan considérable de la littérature explore (directement ou indirectement) la vision pathogène de l'entrepreneuriat en mettant en lumière ses conséquences négatives fortes sur le bien-être des entrepreneurs. Les travaux de Patel et al (2019) s'axent autour de la charge allostatique et ses effets néfastes sur l'organisme de l'entrepreneur. Ce dernier s'efface devant son projet et néglige la préservation de son bien-être par souci d'efficacité quant à son entreprise et à la réussite de celle-ci (Torrès et al., 2022). Cette difficulté de l'entrepreneur à prendre du recul par rapport à son travail et à s'octroyer du temps libre ou de loisirs (Weinberger et al., 2018) impose un quotidien rattaché en permanence au projet professionnel. D'autres facteurs pathogènes conduisant à une réduction du bien-être de l'entrepreneur identifiés par la littérature comprennent le manque de sommeil, l'insomnie (Kollman, 2019), le manque d'exercice, la mauvaise alimentation (Fowle, 2019), l'altération de l'image de soi et de l'estime personnelle, la perte de contrôle, la minimisation extrême des interactions sociales, etc. Les chercheurs montrent également que l'entrepreneur peut subir un épuisement professionnel et social de type *burn-out* ou encore être amené au « stade ultime d'une souffrance », le suicide (Torrès et Kinowski-Moysan, 2019 : 172).

Un autre pan de la littérature s'intéresse à une vision salutogène de l'entrepreneuriat selon laquelle l'activité entrepreneuriale peut contribuer à une amélioration du bien-être de l'entrepreneur. Dans leurs travaux, Torrès et al. (2019) soulignent 37 facteurs salutogènes qui contribuent à accroître le sentiment de cohérence de l'entrepreneur en lui permettant d'appréhender son environnement de manière plus efficace et donc de mieux le maîtriser. Parmi ces facteurs, on peut citer, par exemple, la capacité d'adaptation, la capacité à assumer les conséquences de ses actions, l'autonomie, la résilience, l'estime de soi, les relations sociales, le courage, la passion pour son travail, l'ingéniosité et l'engagement au travail. La salutogénèse se base également sur l'optimisme, sur la confiance en soi, sur l'espoir et la résilience, traits considérés comme plus prégnants chez les entrepreneurs que chez les salariés. D'autres travaux

montrent également que, les entrepreneurs, souvent plus engagés dans leur rôle professionnel que d'autres travailleurs, veillent plus au maintien de leur bien-être physique en mettant en place une surveillance médicale sérieuse et régulière (dépistage de cancers, surveillance des taux de cholestérol et ou de diabète, dépistage de la maladie d'Alzheimer, traitements des maladies cardiaques et musculaires).

### 3. Méthodologie

Notre étude qualitative est basée sur des entretiens avec 18 entrepreneurs français. Les répondants sont des propriétaires-dirigeants, des créateurs d'entreprise et des travailleurs indépendants qui ont été recrutés à travers de réseaux professionnels et d'associations régionales dont le but est d'accompagner l'activité entrepreneuriale. Parmi les répondants, 10 sont des hommes. L'âge varie de 21 à 65 ans. La moitié sont des primo entrepreneurs et l'autre moitié des multi-entrepreneurs. Les projets se situent à différentes phases de développement (idéation, lancement, développement, maturité) et sont issus de domaines d'activités variés (e-commerce, esthétique, consulting, formation pour adultes, développement stratégique, sensibilisation routière, jeux en ligne). Afin d'assurer la proximité et la confiance avec les répondants, les entretiens, d'une durée moyenne de 45 minutes, ont été réalisés en face à face. La grille d'entretien semi-directif a été organisée en trois parties portant sur : (1) les facettes du bien-être les plus impactées par le projet entrepreneurial, (2) les conséquences du projet sur les différentes dimensions du bien-être et (3) l'évolution du bien-être au cours du temps. La collecte de données respecte le critère de saturation thématique (Low, 2019), ce qui implique que les entretiens ont été arrêtés lorsque les verbatims récoltés ne faisaient plus émerger de nouveaux thèmes.

### 4. Résultats

Notre courte revue de littérature nous a permis de mettre en évidence l'importance de la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur, tout en soulignant le rôle essentiel joué



par les facteurs pathogènes et salutogènes, qui ont des effets opposés sur le niveau de bien-être ressenti. Notre analyse empirique va essayer d'analyser plus en détail cette multidimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur et son évolution au cours du temps, en intégrant le rôle des facteurs pathogènes et salutogènes. Plus précisément, elle sera axée sur les facteurs les plus importants sur chacune des dimensions du bien-être, ainsi qu'aux temporalités relatives de leurs actions.

#### *4.1 L'approche retenue*

Notre étude empirique est basée sur une méthodologie qualitative, considérée comme particulièrement adaptée pour recueillir des propos subjectifs nouveaux reflétant le ressenti et le vécu des répondants par rapport à un sujet de recherche encore peu étudié par la littérature (voir encadré méthodologique). En accord avec le cadre de la théorie ancrée, notre analyse implique un codage des verbatims en items, classés et regroupés ensuite par catégories et sous-catégories. La méthode utilisée s'articule autour de trois phases (Bouillon et Paraschiv, 2020) impliquant : (1) le traitement initial (lecture flottante des données), (2) l'analyse systématique (classification) et (3) l'interprétation (validation des résultats). Nous avons procédé à la fois à une lecture verticale des données (analyse par répondant des principaux items émergents) et à une lecture horizontale (mise en relief des différenciations ou similarités entre répondants). L'analyse des entretiens a mis en évidence trois résultats principaux présentés ci-dessous.

## 4.2 La multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur

Nos résultats confirment la nécessité de considérer le bien-être de l'entrepreneur dans une perspective multi-dimensionnelle. En effet, la grande majorité des répondants interrogés soulignent que la vie entrepreneuriale impacte simultanément plusieurs facettes de leur vie. Par exemple, R8 affirme : « *pognon, santé, amour, tout est impacté, tout !* », R2 évoque l'impact du projet entrepreneurial sur : « *le temps, l'absence de vie familiale, l'égo* », alors que R11 explique : « *Au niveau social, je n'ai pas de vie, je n'aurai pas de famille ; coté santé, je ne ressemblais à rien, j'étais crevée, je suis crevée ; coté argent, j'ai tout ce qu'il faut* ». L'analyse des discours permet d'identifier cinq dimensions principales du bien-être qui émergent des propos des répondants : psychologique, sociale, physique, financière et temporelle. Alors que les quatre premières dimensions sont assez classiques dans la littérature, la dimension temporelle apparaît comme une facette nouvelle qui permet d'enrichir la littérature en sciences de gestion autour de la multi-dimensionnalité du concept de bien-être.

Les cinq dimensions du bien-être identifiées par notre étude ne sont pas toutes touchées de la même façon chez tous les entrepreneurs interrogés. Chaque dimension peut exercer une influence à la fois positive et négative et ce à différents degrés et à différents moments en fonction des personnes. En discutant l'ambivalence des effets (positives et négatives), R8 explique : « *Les incidences positives étaient des incidences en surface et les incidences négatives, des incidences en profondeur, plus insidieux, plus profond.* » Ces propos illustrent que les effets négatifs sur le bien-être sont perçus comme ayant un impact plus fort que les effets positifs, un résultat en accord avec la notion d'aversion aux pertes, qui postule qu'une perte a un impact psychologique plus fort qu'un gain d'un niveau équivalent.

Une analyse plus fine des entretiens illustre une temporalité des discours où les répondants citent dans un premier temps les impacts négatifs de l'entrepreneuriat, avant

d'évoquer, dans un deuxième temps, les effets positifs. Cela nous conduit, dans ce qui suit, à analyser la multi-dimensionnalité du bien-être en nous focalisant tout d'abord sur les facteurs pathogènes et ensuite sur les facteurs salutogènes.

### *4.3 Effets pathogènes sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur*

Interrogés sur les aspects qui contribuent le plus à la baisse de leur bien-être, les entrepreneurs citent en tout premier lieu la dimension temporelle (14 répondants). Le « temps » apparaît donc comme le vecteur majeur de réduction du bien-être en lien avec le projet de création d'entreprise. A titre d'illustration, l'analyse met en évidence des propos tels que : « *je n'ai plus du tout de temps* », « *les journées sont trop courtes* », « *j'ai besoin de 48 heures dans une journée* ». Les entrepreneurs verbalisent un manque de temps chronique avec des répercussions importantes sur tous les aspects de leur vie. En effet, l'entrepreneur se sent obligé de consacrer 100% de son temps à son entreprise, ce qui se fait souvent au détriment d'autres activités. La focalisation prioritaire sur le projet se traduit par une réduction drastique du temps consacré à la famille, aux enfants, aux amis, aux proches, aux loisirs, à s'occuper de soi, à se reposer et se resourcer, à faire les courses, etc. Les entrepreneurs sont donc confrontés à une pression permanente du temps sur le volet professionnel qui impacte leur vie privée et entraîne une dégradation du bien-être.

La dimension temporelle, reconnue par les répondants comme un pilier central sur lequel repose leur bien-être, est suivie de près par la dimension psychologique. L'entrepreneur évolue dans un climat difficile, dominé par l'incertitude, ce qui peut expliquer une présence fréquente de sentiments de peur et d'anxiété. Ces deux facteurs pathogènes amènent des phases de doute, de remises en question et des fluctuations de moral. Les mauvaises nouvelles concernant le projet se traduisent souvent (12 répondants) par des déprimés, des

découragements, ou des baisses de l'estime de soi. Ainsi, R7 explique : « *ce sont des moments très durs, des pleurs des remises en question [...] on a l'impression de n'être plus rien, que tout ça a servi à rien, que c'était une perte de temps. Beaucoup d'émotions négatives.* »

Le rythme soutenu de travail auquel l'entrepreneur est exposé a aussi un impact fort sur son bien-être physique et son état de santé. La mauvaise qualité de sommeil et les insomnies (11 répondants), ainsi que le stress continu et la pression supportés par les créateurs d'entreprise entraînent des variations de poids, des troubles alimentaires et un épuisement physique majeur qui peut, dans les cas extrêmes, se solder par un *burn-out*. Par exemple, R13 raconte : « *le temps de sommeil, la nourriture, ma mère est extrêmement inquiète là-dessus. J'ai fait un burn-out il y a 2 ans* ».

Sur le plan social, les répondants évoquent une absence de « *vie sociale* », tout en expliquant que l'entrepreneuriat « *fausse les relations humaines, même avec ta famille, ça crée des différences* » (R 11). La famille, les amis et les proches ont souvent du mal à s'adapter au changement de statut de la personne et à accepter l'investissement prioritaire dans le projet (10 répondants). Certains entrepreneurs expliquent avoir été obligés de mettre de côté leur vie sentimentale ou avoir négligé leurs enfants (R8 : « *me consacrant à mon entreprise, j'ai négligé ma femme, on s'est séparés, [...] j'ai un remord, j'ai jeté à la poubelle l'adolescence de mes enfants* »), d'autres évoquent des relations amicales biaisées, intéressées ou marquées par la jalousie du fait de leur statut social de chefs d'entreprise.

L'absence de revenus (15 répondants) et l'incertitude concernant leur arrivée impacte fortement le bien-être financier de l'entrepreneur. L'entrepreneuriat s'accompagne très souvent à ses débuts par une baisse de pouvoir d'achat à l'instar de R9 qui explique : « *Je gagnais très bien ma vie auparavant [...] Ça va mieux, mais j'ai connu 6 mois à 0 euros. Ça fait bizarre quand tu as l'habitude de bien vivre* ». En termes d'argent, la priorité est donnée au projet

entrepreneurial entraînant une gestion rigoureuse des dépenses. L'entrepreneur renonce souvent à des dépenses pour soi afin de donner du souffle financier à son entreprise.

#### *4.4 Effets salutogènes et évolution du bien-être de l'entrepreneur au cours du temps*

Bien que les effets pathogènes de l'entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être soient ressentis et verbalisés en tout premier lieu par les répondants, les effets salutogènes sont également présents dans les discours. L'analyse des entretiens met ainsi en évidence que l'évolution dans le temps du projet entrepreneurial influe sur l'évolution du bien-être de l'entrepreneur et sur la multi-dimensionnalité de celui-ci. Les effets pathogènes, dominants au début du projet, peuvent ainsi être nuancés par des effets salutogènes associés aux différentes dimensions du bien-être. Les deux types d'effets (positifs et négatifs) varient et se succèdent selon l'avancée du projet entrepreneurial et les résultats engendrés par celui-ci. L'avancement du projet impacte le bien-être tantôt de façon négative, tantôt de façon positive. *« Mon humeur est, tout le temps, basée sur comment se passe ma journée », « j'avais un moral fluctuant, un jour surexcité [...] un autre jour où je me disais : tu débloques complètement ».* Nous notons que les cinq dimensions sont impactées au cours du projet à des degrés différents et de manières différentes selon les répondants.

Une analyse plus fine montre que les effets salutogènes de l'entrepreneuriat arrivent souvent dans un second temps, lorsque le projet est déjà plus avancé. Ils sont en partie liés à des actions volontaires de l'entrepreneur pour limiter et contrôler les effets pathogènes réduisant initialement son bien-être. En effet, pour pouvoir être opérationnel sur le long terme dans son rôle de chef d'entreprise, l'entrepreneur doit opérer des changements dans son quotidien en réorganisant les frontières entre son temps de travail et son temps personnel et en adoptant une hygiène de vie plus saine. L'amélioration du bien-être physique et de la santé

passer par des actions telles que l'abonnement à une salle de sport, le recours à un coach ou à un nutritionniste, la pose d'un jour de repos hebdomadaire ou la programmation de temps de repos ou pour soi. Par exemple, R11 explique : « *maintenant je rentre, je ne travaille pas, je suis en congés une fois par semaine, je ne vais pas au bureau, je prends soin de moi.* » Les loisirs (promenade, regarder des films, aller chez la manucure) ont une place importante dans le maintien du bien-être de l'entrepreneur sur le long terme.

Sur le plan psychologique, à la pathogénèse caractéristique du début du projet succède une salutogénèse liée aux premières réussites relatives au projet. Le bien-être psychologique de l'entrepreneur est ainsi amélioré par le sentiment fort de liberté qu'apporte le statut de créateur d'entreprise. Le fait de devenir son propre patron est vécu comme un accomplissement personnel qui permet d'afficher ses valeurs et ses convictions via son entreprise. L'atteinte des objectifs fixés au départ contribue à développer un sentiment d'autosatisfaction, d'autovalorisation, d'invincibilité et de forte estime de soi (R2 : « *Je me sens comme Superman, j'ai une liberté d'actions, j'ai l'impression que rien ne m'arrête* »). Un autre facteur salutogène à fort impact psychologique citée par les répondants (17 sur 18) est la concrétisation du projet, qui permet aux idées de l'entrepreneur de prendre forme, le rassurant et le confortant dans son choix professionnel.

La salutogénèse touche également les dimensions financière et sociale du bien-être. La réussite du projet et l'arrivée des premières rentrées d'argent entraînent une hausse du pouvoir d'achat et l'accès pour l'entrepreneur et ses proches à un nouveau style de vie. R12 raconte : « *j'ai une vie plus confortable, on sort beaucoup, on fait beaucoup d'activités, la culture, on s'ouvre au monde, on peut voyager un peu plus* ». Le chef d'entreprise développe un nouveau rapport à l'argent et une nouvelle vision de celui-ci. En même temps, l'entrepreneur bénéficie d'une ascension sociale en corrélation avec son nouveau statut de chef d'entreprise : « *j'étais un peu le roi du canton, j'étais invité par toutes les instances politiques du département* » (R8).

Ses réseaux professionnels et privés s'étoffent et se renforcent : « *au niveau social, j'ai fait des rencontres inespérées, vécu un rêve je fais des rencontres que j'aurais dû faire dans 10 ou 15 ans* » (R4). Le tableau 6 présente les effets pathogènes et salutogènes de l'entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur.

**Tableau 6.** *Conséquences des Effets Pathogènes et des Effets Salutogènes de l'Entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur*

Dimension du bien-être de l'entrepreneur	Conséquences sur l'entrepreneur	Items (occurrences)
<b>Psychologique</b>		
Effets Pathogènes	Remises en question Syndrome de l'imposteur Violence psychologique	Moral en fluctuation (25) Doute-remise en question (19) Baisse de l'estime de soi (9) Encaisser des coups durs (9) Peur (8) Souffrir (5) Dépression (4) Anxiété (3) Pleurer (3)
Effets Salutogènes	Réalisation du projet Respect des convictions personnelles Auto- satisfaction	Être libre (39) Concrétiser un projet (22) Accomplissement personnel (14) Sentiment de toute puissance (10) Être fidèle à ses valeurs (9) Créer son emploi (9) Atteindre des objectifs (9)
<b>Physique</b>		
Effets Pathogènes	Corps et santé négligés	Travail sans discontinuer (21) Mauvaise qualité de sommeil (insomnie) (14) Stress (12) Fatigue (9) Variation de poids (6) Troubles alimentaires (boulimie) (3)
Effets Salutogènes	Adoption d'une hygiène de vie saine et équilibrée	Pratiquer le sport (10) Énergie débordante (8) Manger équilibré (7) Prendre soin de soi (7) Avoir des loisirs (7)

<b>Financier</b>		
Effets Pathogènes	Situation économique précaire Pression financière Optimisation des investissements professionnels et privés	Vivre dans l'incertitude financière (15) Absence de revenus (13) Risque /peur de faillite (11) Se priver (8) Économiser (7) Gestion rigoureuse des dépenses (7)
Effets Salutogènes	Nouvelle relation à l'argent Autonomie financière Amélioration du niveau de vie	Hausse du pouvoir d'achat (11) Gagner sa vie (8) Faire du chiffre (6) Nouveau rapport à l'argent (4) Salaire indécent (3)
<b>Social</b>		
Effets Pathogènes	Relations avec les autres faussées Absence de vie sociale Echec de la vie familiale Ego surdimensionné	Ne pas pouvoir sortir avec ses amis (14) Inquiétude des proches (11) Tensions avec les proches (10) Amitiés intéressées (8) Problème d'égo (8) Solitude (7) Fossé qui se creuse entre l'entrepreneur et ses vieux amis (7) Séparation conjugale (6) Ne pas voir ses enfants (6) Jalousie (6)
Effets Salutogènes	Ascenseur social Renouveau social Rencontres issues du monde entrepreneurial	Sortir de son milieu social (18) Soutien de l'entourage (16) Création d'un réseau professionnel (8) Faire de nouvelles rencontres (10) Reconnaissance sociale (7) Se sentir utile (5) Avoir de nouveaux amis (5)
<b>Temporelle</b>		
Effets Pathogènes	Manque de temps Pression Temporelle Absence de barrière vie professionnelle/vie privée Avoir une organisation stricte	Ne pas avoir le temps (18) Etre stressé (17) Etre angoissé (16) Toujours penser au projet (15) Ne pas avoir de temps en famille (14) Emploi du temps minuté (12)
Effets Salutogènes	Liberté d'organisation Avoir du temps Mixer projet et vie privée	Gérer son emploi du temps (17) Ne pas avoir de contraintes d'horaires fixes (15) Pouvoir déléguer ou sous- traiter une tâche (11) Avoir du temps pour ses enfants (9)



		Avoir des activités en semaine (8)
		Alterner travail et tâches ménagères (6)
		N'avoir rien de prévu dans son agenda (3)

Notre analyse montre donc que les effets pathogènes qui se manifestent sur chaque des cinq dimensions du bien-être identifiées sont compensés par les effets salutogènes de l'entrepreneuriat. Toutefois, chaque dimension a sa propre temporalité ce qui entraîne une variation régulière (à la hausse et à la baisse) du bien-être de l'entrepreneur en lien fort avec l'évolution de son projet.

## 5. Discussion et conclusion

Notre travail de recherche permet d'enrichir la littérature sur le bien-être de l'entrepreneur en mettant en évidence les facteurs multi-dimensionnels qui ont une influence positive ou négative sur celui-ci. Ce sujet représente un enjeu important pour les sciences de gestion. En effet, l'entrepreneuriat représente une part importante des valeurs économiques générées en France et est un élément crucial du développement social. Il est donc essentiel que le bien-être des dirigeants soit analysé et pris en compte sous de nombreux axes de recherche en sciences de gestion afin de permettre aux entrepreneurs de continuer à générer des emplois, contribuer à l'évolution de l'innovation au niveau national, participer à la société de manière positive en créant de la valeur ajoutée et en inspirant d'autres personnes à entreprendre et à concrétiser leurs propres projets.

Notre recherche basée sur une étude qualitative menée auprès de 18 entrepreneurs français contribue à enrichir la littérature en sciences de gestion grâce à un triple apport théorique. Premièrement, nos résultats soulignent l'importance de considérer le bien-être de l'entrepreneur dans une perspective multi-dimensionnelle. Cette perspective plus complète et plus globale permet de mieux appréhender la multiplicité des conséquences de l'entrepreneuriat

sur la vie de l'entrepreneur et sur la réussite de son projet, tout en mettant en garde contre le risque de négliger certaines dimensions qui pourraient jouer un rôle déterminant sur le niveau de bien-être ressenti. En accord avec les travaux de Gharbi (2014) portant sur les structures d'accompagnement, cette vision multi-dimensionnelle peut permettre de mieux identifier, pour chaque entrepreneur, la ou les facettes les plus impactées, ce qui permettrait d'envisager des mesures correctives plus efficaces dans le sens où le public cible serait mieux défini, les moments clés mieux identifiés et les besoins des chefs d'entreprises en termes de formation et de prévention mieux cernés.

Deuxièmement, notre recherche permet d'enrichir le référentiel du bien-être proposé par Ayadi et al. (2019). En effet, notre analyse met en évidence que le bien-être de l'entrepreneur repose non pas sur quatre dimensions, mais sur cinq. Aux dimensions physique, psychologique, financière et sociale qui sont relativement bien établies dans la littérature en sciences de gestion, se rajoute une nouvelle dimension, la dimension temporelle. Cette dernière est susceptible de se manifester dans d'autres contextes importants pour les sciences de gestion. En effet, des nombreux travaux récents soulignent l'importance du « temps » comme vecteur de bien-être en se focalisent, par exemple, sur des phénomènes tels que l'urgence chronique au travail, les difficultés d'adaptation à l'accélération technologique permanente ou le manque perçu de temps due au renforcement de la place des expériences digitales dans notre quotidien. Nos résultats suggèrent ainsi que, dans les travaux futurs, le temps devrait être analysé en tant que dimension à part entière du bien-être non seulement pour les entrepreneurs, mais aussi pour d'autres acteurs économiques tels que les salariés ou les consommateurs.

Troisièmement, notre recherche montre que, au cours du projet entrepreneurial, la pathogénèse et la salutogénèse se succèdent concernant les cinq dimensions du bien-être, avec des impacts positifs et négatifs à différents degrés et à différents moments selon les individus. En particulier, nous montrons que les aspects pathogènes se manifestent plus tôt que les aspects

salutogènes. Ainsi, la salutogénèse entrepreneuriale relaie la pathogénèse afin de compenser les effets négatifs de l'entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être identifiés. Toutefois, ce point de basculement n'intervient pas au même moment, ni avec la même importance sur toutes les dimensions. A cet égard, notre recherche appuie les résultats de Torrès (2016) qui soulignent qu'au niveau du bien-être physique et psychologique, pathogénèse et salutogénèse alternent au cours du projet et ceux de Torrès et Thurick (2019) qui mettent en avant le fait que les effets de la pathogénèse et de la salutogénèse entrepreneuriales changent au cours du temps.

Notre travail ouvre de pistes intéressantes pour la recherche future sur le bien-être de l'entrepreneur. Ainsi, il semble nécessaire de compléter nos résultats par des études d'approfondissement portant, d'une part, sur les interactions entre les cinq dimensions du bien-être et, d'autre part, sur les stratégies individuelles et collectives qui pourraient être développées afin de mieux appréhender les outils pour lutter contre la pathogénèse, tout en favorisant la salutogénèse entrepreneuriale. Les recherches futures pourraient aussi se baser sur des enquêtes quantitatives complémentaires menées sur des échantillons plus larges d'entrepreneurs, représentatifs de la population française. Ces études pourraient permettre d'identifier les dimensions du bien-être de l'entrepreneur les plus impactées en fonction de variables telles que l'âge, le secteur d'activité et les années d'expérience. Aussi, la recherche future sur le bien-être de l'entrepreneur pourrait s'interroger sur les spécificités du contexte français par rapport à d'autres pays. Des études comparatives à l'échelle internationale permettraient ainsi d'analyser dans quelle mesure les cinq dimensions que nous avons identifiées sont spécifiques aux entrepreneurs français ou caractéristiques de tous les entrepreneurs, quelle que soit leur culture.

# CHAPITRE 2

# Temporal Well-Being of Entrepreneurs: An Empirical Investigation<sup>11</sup>

**Stéphanie Heichelbech**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Diane Foltzer**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Corina Paraschiv**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Abstract:** This paper presents a qualitative study investigating temporal well-being of entrepreneurs. Based on interviews with 21 French entrepreneurs, we show that time is the main factor reducing well-being. Entrepreneurs experience both time pressure and time use dissatisfaction, two aspects driving ill-being. Three dynamic phases are identified: a phase of temporal well-being reduction, a phase of awareness regarding time, and a phase of action where time-related strategies are adopted to establish a better work-life balance. Our research confirms that time is an important dimension of entrepreneurs' well-being, while providing a first conceptualization of temporal well-being in the entrepreneurship context.

**Keywords:** entrepreneurship, temporal well-being, time pressure, time use satisfaction.

## 1. Introduction

Time is a personal resource of the individual that is not renewable, recoverable, or substitutable (Aeon and Aguinis, 2017). Therefore, the way time is spent and organized has deep implications in people's lives and well-being (Mogilner et al., 2018; Kevill et al., 2021). This explains why the subject of time represents an important topic that has been addressed

---

<sup>11</sup> Ce chapitre est basé sur un article actuellement en révision, dont une première version a été présentée à la conférence *Interdisciplinary European Conference on Entrepreneurship Research* en 2022.

from multiple angles in a multi-disciplinary literature. In the field of entrepreneurship, the study of entrepreneurs' time attitudes (Abdellaoui et al., 2018; Przepiorka and Sobol-Kwapinska, 2021), time perceptions (Wadhvani et al., 2020), and time-related decisions (Lévesque and Stephan, 2020) is considered as a priority by both scholars and field experts.

Entrepreneurship studies regarding time have traditionally focused on business performance (Bird and West, 1998; Lévesque and MacCrimmon, 1998; Das and Teng, 1998; Aeon and Aguinis, 2017). Time-related decisions of entrepreneurs are widely recognized as an important vector of entrepreneurial success (Wiklund et al., 2019b; Lerman et al., 2021). Indeed, to achieve their business development objectives, business owners need to actively engage in a “self-controlled attempt to use time in a subjectively efficient way” (Koch and Kleinmann, 2002: 201). Efficient time-related decisions require self-regulation “to establish where time is wasted, to optimize the use of time, to focus on central concerns” (Lévesque and Stephan, 2020: 166). This implies setting goals and priorities, organizing, planning, and controlling. However, while an efficient temporal decision-making may allow entrepreneurs to “structure, protect, and adapt their time to changing conditions” regarding their business (Aeon and Aguinis, 2017: 311), empirical studies show that entrepreneurs are not always able to make optimal decisions regarding their time use and the frontiers between their private and professional life (Sonnetag et al., 2008; Harrys, 2003; Forsyth and Van Gelderen, 2005). Such inefficient time-related choices may impact not only business performance and survival (Petrakis, 2007; Kirtley and O'Mahony, 2020; Shepherd et al., 2019; Bakker and Shepherd, 2017), but also entrepreneurs' well-being. Our study focusses on this last point. More precisely, our research goal is to empirically investigate the relationship between time and entrepreneurs' well-being.

Our paper belongs to the recent research stream in entrepreneurship literature dealing with entrepreneurs' well-being (Kollmann et al., 2019; Ryff, 2019; Wiklund et al., 2019b).

Prior studies on this topic have mainly focused on conceptualization and measurement issues (Shir and Ryff, 2021; Pathak, 2021). Subjective well-being of business owners has been analyzed (Hahn et al., 2012; Ryff, 2019; Shir and Ryff, 2021) from both hedonic (i.e. dominance of pleasant emotions over unpleasant emotions, and satisfaction in life) and eudemonic (i.e. purpose in life, realization of one's potential and self-determination) perspectives. A lot of research attention has been directed towards entrepreneurs' psychological and physical well-being (Torrès, 2022; Torrès et al., 2022; Stephan, 2018; Wiklund et al., 2019a), with work overload (Binder and Coad, 2016) and stress (Lerman et al., 2021; Stephan et al., 2020; Patel et al., 2019) being widely acknowledged as two factors that strongly impact mental and physical health (Heichelbech and Paraschiv, 2022; Shepherd and Patzelt, 2015, Torrès, 2016; Lechat and Torrès, 2016). Other studies highlight the impact of the entrepreneurial project on financial (Patel and Wolfe, 2019; Guo and Huang, 2023) or social well-being (Torrès et al., 2022; Torrès, 2022) of the business founder. Prior investigations (Torrès et al., 2019; Heichelbech and Paraschiv, 2022) also show that the effects of entrepreneurship on well-being should be investigated both based on pathogenic (i.e. negative effects), and salutogenic (i.e. positive effects) approaches. Despite these important recent contributions, the role of time in explaining entrepreneurs' well-being is not yet well understood. Our article aims to fill this gap by focusing the research attention on the time-related factors that influence entrepreneurs' subjective well-being evaluations.

Our study enriches the entrepreneurship literature regarding entrepreneurs' well-being with an empirical investigation of temporal well-being. Temporal well-being is defined as an aggregated concept that captures the overall impact of time on well-being integrating both considerations of happiness and life satisfaction (Larsson et al., 2013, 2017). This concept is new in management literature and has not yet been addressed in the entrepreneurship context. Thus, our research allows to derive a first conceptualization of temporal well-being for

entrepreneurs. By highlighting time as an additional dimension of entrepreneur's well-being, our research completes prior literature on the multi-dimensionality of well-being. The temporal aspect appears as a new element enriching the classical (psychological, physical, financial, and social) well-being dimensions generally treated in the literature (Ayadi et al., 2019; Fowle, 2019). The goal of our study is to analyze how the entrepreneurial project impacts the perception of temporal well-being by entrepreneurs and how this perception evolves over time. Consistent with the pathogenic and salutogenic approaches (Torrès et al., 2019; Heichelbech and Paraschiv, 2022), our empirical analysis addresses both factors that have positive and negative impacts on temporal well-being.

This paper relies on a qualitative study based on interviews with 21 French entrepreneurs. The main results are as follows. First, we show that the work overload induced by the entrepreneurial project decreases entrepreneurs' temporal well-being by affecting their body time, experiential time, and social time. Second, we provide evidence that the entrepreneurs experience both time pressure and time use dissatisfaction, two aspects that negatively affect their temporal well-being. Third, we show that temporal well-being is not stable, but evolves with the entrepreneurial project. Three main phases emerge: (1) a phase of strong imbalance between professional and personal times decreasing well-being, (2) a phase of awareness about this unbalance and the need to restore an equilibrium, and (3) a phase of active time-related strategies whose aim is to better adjust to entrepreneurs' temporal needs and enhance temporal well-being. Thus, entrepreneurs' perception of temporal well-being may be negative, but also positive. This positive/negative evaluation of the relationship between time and well-being depends on the moment when this relationship is investigated.

Understanding how entrepreneurs' temporal well-being varies with the project appears as an important goal for entrepreneurship research. Our findings may help entrepreneurs to better apprehend the impact of their time investment in their project in the long run, allowing



to prevent the phases of discouragement, and to anticipate the phases of emotional overload. By providing a better comprehension of how business owners share their time between their multiple activities, our results may help entrepreneurs to recognize the importance of delimiting and controlling their working time and the need to engage in active time-related strategies to diminish the negative impact of the project on their temporal well-being. Our contribution to entrepreneurship literature is in line with Wiklund et al. (2019a)'s remark that "time" is a critical variable for entrepreneurial success and, as such, should be a priority for entrepreneurship research.

The rest of this paper is organized as follows. Section 2 presents our literature review including a first conceptualization of entrepreneurs' temporal well-being based on prior literature. Section 3 describes our methodology of empirical investigation. Section 4 presents the results. Section 5 concludes with a discussion of the main findings.

## **2. Literature Review**

Time is a complex interdisciplinary research topic. Theoretical and empirical reflections regarding time have a long tradition in a variety of disciplines including history, astronomy, psychology, philosophy, economics, and sociology. In entrepreneurship research, the interest for this topic is well-established (Bird and West, 1998; Das and Teng, 1998; Zachary et al., 2015; Kollmann et al., 2019; Connolly et al., 2020), but the specific relationship between time and entrepreneurs' well-being has not yet received sufficient attention from the researchers (Sonntag, 2015; Wiklund et al., 2018; Lévesque and Stephan, 2020). The lack of prior literature on this particular topic can be explained by the fact that the research stream dealing with entrepreneur's well-being itself is recent, developed essentially during the last

decade (see, for instance, the special issue on entrepreneur's well-being published in *Journal of Business Venturing* in 2019).

Our study aims to fill the gap in prior research by investigating empirically the temporal well-being of entrepreneurs. Given the absence of prior literature on this concept in entrepreneurship research, we present in this section a literature review organized in three parts: (1) time in entrepreneurship research, (2) the relation between time and well-being and the emergence of the concept of temporal well-being, and (3) a first definition of temporal well-being of entrepreneurs.

## *2.1 Time in Entrepreneurship Research*

Research concerning time has a long tradition in both management (Ancona et al., 2001; Roe et al., 2008) and entrepreneurship (Lévesque and Stephan, 2020; Kollmann et al., 2019; Louvrier-Clerc and Mendez, 2018). For instance, in 1998, Barbara Bird and Page West guest edited a special issue in *Entrepreneurship Theory and Practice* investigating various time-related topics such as the best moment to leave a wage job and become a full-time entrepreneur (Lévesque and MacCrimmon, 1998), the impact of time allocation patterns on venture financial performance (Cooper et al., 1998) or the relation between the personal priorities of the entrepreneur regarding the future and his/her risk propensity (Das and Teng, 1998). These different studies inform us about the role of time concerning the strategic and performance dimensions of entrepreneurship. However, they are not directly related to our study because they do not provide information about the relation between time and entrepreneur's well-being.

A significant part of the entrepreneurship literature addressing time-related issues also focuses on the work-life balance of business founders (Bozzon and Murgia, 2021). Entrepreneurs work hard, long hours a day (Ryff, 2019). They often sacrifice their social time (Kuschlev et al., 2018), leisure time (Gholipour et al., 2022) or sleeping time (Kollmann et al.,

2019) to their entrepreneurial project. Focusing on entrepreneurs who create their own business at home (during their non-working time) while being employed, Reuschke (2019) shows that these homeworkers are generally unsatisfied concerning time dedicated to domestic tasks or to children education. They often face conflicting time demands from other home users or from the family circle and friends (McDowell et al., 2019) and need to refine their personal and professional time barriers. Taken together, these studies suggest that entrepreneur's relationship with time might be specific compared to other populations.

Completing the evidence regarding the unbalance between entrepreneurs' professional and personal lives, more recent research that integrates time in the analysis of entrepreneurship adopts different complementary perspectives. Nadkarni and Chen (2014) analyze how CEOs' orientation towards past, present or future affects innovation and new product introduction. Aeon and Aguinis (2017) investigate the role of entrepreneurs' consciousness about the finitude of time leading to the need to budget it. Zachary et al. (2015) analyze entry timing decisions. Slawinsky and Bansal (2015) show how intertemporal tensions may affect business sustainability. Focusing on crisis management, Yoo et al. (2016) investigate how growth-focused entrepreneurs can optimally allocate their time to improve their process. Kollmann et al. (2019) compare experienced versus novice entrepreneurs regarding work-home interference and insomnia. Lévesque and Stephan (2020) consider time perspective, showing that many entrepreneurs are confronted to difficult economic situations in "the present time", while projecting themselves and their business into "the future". Lerman et al. (2021) provide evidence that stress increases entrepreneurs' performance over time, but negatively affects well-being. Despite these promising investigations, the entrepreneurial literature does not yet provide a clear picture about the impact of time on entrepreneurs' well-being, a topic that motivates our research.

## *2.2 Time and Well-being: Towards the Concept of Temporal Well-Being*

One of the main methodological difficulties when investigating the impact of time on entrepreneurs' well-being comes from the fact that time is a concept that is difficult to address based on a commonly accepted set of aspects (Totterdell, 1996; Hawking and Penrose, 2010). The nature of time is still a subject of debate in the interdisciplinary literature (Evans, 2003) regarding its structure (e.g. continuous vs. atomistic, homogenous vs. differentiated), its reality (e.g. concrete vs. abstract, absolute vs. relational), and its flow (linear vs. cyclical, reversible vs. irreversible). A widely accepted idea in behavioral sciences is that objective time differs from subjective time evaluations (Shipp and Jansen, 2021). Our study builds on this distinction by focusing the research attention on entrepreneurs' time perceptions. This implies that the subject of time is addressed from a subjective point of view. While objective time corresponds to time as measured by clocks and calendars, subjective time deals with "the mental representation and perceptual experience of time" by the individual (Aeon et al., 2020: 2). Contrary to objective time, which is considered as linear, subjective time is often defined by diversions, disruptions, reversions, etc.

Empirical studies show that subjective time perceptions may affect people's life satisfaction and well-being (Pfeffer and Carney, 2018). While individuals would like to think that they are in control of how they spend their time, in practice, a lot of external constraints influence personal time and its use (Kevill et al., 2021). For instance, altering an individual's personal routines and cycles has been shown as having adverse effects on cognition, behavior, performance, and health (Totterdell, 1996). Individual's well-being may thus be reduced by a non-recognition of the importance of the natural temporal characteristics of the body and consciousness (Brown and Ryan, 2003; Grossi et al., 2020) or by the lack of social relationships (Diener et al., 2018).

Prior literature distinguishes three different times (Robb, 2002; Worthman and Trang, 2018) which may affect individual well-being: body time, experiential time, and social time. Body time refers to the individual's circadian clock (Worthman and Trang, 2018). It captures the rhythms related to biological and psychological processes which affect the physical and mental functioning of the individual (Ataria and Neria, 2013). Experiential time refers to people's awareness of time passing and their experience of duration and order of events (Vicario et al., 2008). Social time reflects the temporal structure of the external world, the timing of external events, and the inter-individual experience of time (Kuschlev et al., 2018). It stands for the social norms regarding time, the rhythms involved in social processes and social interactions, and the temporal constraints imposed on the individual by the society (Worthman and Trang, 2018).

While a lot of researchers highlight the importance of time in understanding subjective well-being (Mogilner et al., 2018), Larsson et al. (2013, 2017) argue that a specific concept is needed in empirical research to capture the overall impact of the different time-related factors playing a role in well-being evaluations. These authors propose the concept of temporal well-being, considered as a specific dimension of well-being that accounts for the effect of time on individual's subjective well-being evaluations. This notion is also defended in the work of Sieroka (2022), Vander Weele et al. (2021), Bradley (2021), and Rosati (2021). Geiger et al. (2021) provide indirect support to the concept of temporal well-being by analyzing the impact of time wealth on people's happiness and life satisfaction. Our paper builds on this emerging literature that recognizes time as a specific dimension of well-being. Our main research goal is to analyze the temporal well-being of entrepreneurs, identifying its different dimensions and factors of influence.

## *2.3 Temporal Well-being of Entrepreneurs*

The concept of temporal well-being of the entrepreneur captures the relationship that the entrepreneur has with time and the role that the time dimension plays in explaining happiness and life satisfaction. This concept has been developed in management literature and has not yet been applied to entrepreneurs. Studying temporal well-being in the entrepreneurship context is particularly relevant. Indeed, because of the risky nature of their activity, entrepreneurs are likely to experience a high level of stress and to be in an “economic mindset” where they are extremely aware that “time is money” (Pfeffer and Carney, 2018; Yttermyr and Wennberg, 2022). Thus, time is likely to represent an important dimension of entrepreneurs’ well-being, which needs to be addressed by empirical entrepreneurship literature.

Entrepreneurs’ relationship with time can be expected to be specific compared to other populations. Indeed, business founders assume a multiplicity of tasks (Lazear 2005; Torrès and Lechat, 2016) in a highly demanding economic, technological and social environment (Wach et al., 2021). They experience frequent stress, emotional roller coasters (Stéphan et al., 2022) and personal anxieties due to a high-level of risk and financial uncertainty (Shyti and Paraschiv, 2015; Paraschiv and Shyti, 2016). They generally juggle simultaneously multiple time-consuming roles (e.g. accountant, salesperson, marketing manager, human resources manager) pushing to an high time investment in their project. Unlike employees or managers, entrepreneurs commit most of the time their personal financial and material assets to their project. The success of their business involves their standard of living, their financial income and in some cases that of their family, as well as the jobs of their employees. This leads to a very strong personal investment in the project and an increased dependence of their well-being

on the success of their project. For all these reasons, the investigation of entrepreneurs' temporal well-being appears as an important research path.

Contrary to objective time use measures, temporal well-being of entrepreneurs is a subjective construct (Sharif et al., 2021) reflecting the quality of available time and not only its quantity (Aeon and Aguinis, 2017). Indeed, confronted to the same amount of available time and identical time constraints, some entrepreneurs may be satisfied, while others are not. Such differences in time-related evaluations reflect entrepreneurs' own perceptions and personal attitudes regarding time (Larsson et al., 2013). For Larsson et al. (2017), temporal well-being derives from “the combined experience of a low level of perceived time pressure and a high level of satisfaction with how one's time is spent”. Thus, the concept of temporal well-being relies on both happiness and life satisfaction considerations. Vander Weele et al. (2021) associate it to “temporal flourishing” and Sieroka (2022) addresses it in terms of coherent timing of events. Geiger et al. (2021) focus on “time wealth”, a holistic concept relying on “sufficient time” (i.e. availability of a reasonable amount of discretionary time), considered as an important indicator of a good quality of life and life satisfaction. Table 7 provides an overview regarding the different concepts related to time and well-being in the literature allowing to better understand the frontiers of the concept of temporal well-being.

*Tableau 7. Well-Being and Time-Related Concepts*

<b>Concept</b>	<b>Definition</b>	<b>References</b>
Eudemonic well-being	Well-being arising from the self-realization of the individual through personal growth, authenticity, and a sense of meaning in life	Hahn et al., 2012; Ryff, 2019; Shir and Ryff, 2021
Hedonic well-being	Well-being arising from life pleasures due to a high frequency of positive emotions and satisfactions and low frequency of negative emotions.	Hahn et al., 2012
Happiness	The affective component of people's subjective evaluation of their life.	Patel and Wolfe, 2019; Stephan et al., 2023
Life Satisfaction	The cognitive component of people's subjective evaluation of their life.	Gholipour et al., 2022; Przepiorka and Sobol-Kwapinska, 2021
Temporal well-being	Dimension of well-being that accounts for the effect of time on individual's subjective well-being evaluations.	Larsson et al., 2013, 2017; Sieroka, 2022; Vander Weele et al., 2021
Time pressure	Feeling of discomfort due to problems in managing everything one must do during available time.	Larsson et al. 2013; Hyytinen and Ruuskanen, 2007
Time use satisfaction	Evaluation of the degree of satisfaction regarding how available time is spent.	Larsson et al., 2013

Time pressure and time use (dis)satisfaction (Larsson et al., 2013) appear as two important aspects that are likely to affect the perception of temporal well-being by entrepreneurs. Time pressure refers to the affective evaluation of available time by the individual. Larsson et al. (2013:3) define time pressure as the “feeling of discomfort due to problems in managing everything one has to do” during available time. This feeling of discomfort results from the unbalance between a considerable number of tasks to do during a given period often judged too short (Semmer et al., 1996). Due to their high investment in their professional activity, entrepreneurs are likely to experience a high level of time pressure (Hyytinen and Ruuskanen, 2007), characterized by the feeling of hurriedness (Southerton, 2003). This time pressure may be perceived negatively by the entrepreneurs, as a factor of stress (Connolly et al., 2020). However, it may also be perceived positively, as a condition



allowing to improve work habits and stimulate creativity. The literature (Lévesque and Stephan, 2020) opposes time pressure (i.e. a sense of lacking time) to time affluence (i.e. a sense of time wealth). Time affluence is having enough time without feeling hurried and stressed, having sufficient time to satisfy personal desires and engage in leisure activities (Kasser and Sheldon, 2009). Kasser and Sheldon (2009) establish a positive relationship between subjective well-being and time affluence, while Schaupp and Geiger (2021: 198) consider time affluence as a “necessary but not sufficient condition for a fully realized wealth in time”. For many people, maintaining a satisfactory level of temporal well-being implies less time pressure and more time affluence (Garhammer, 2002).

Time use satisfaction refers to a cognitive assessment by the entrepreneur. It can be defined as entrepreneur’s evaluation of the degree of satisfaction regarding how available time is spent. The concept of time use (dis)satisfaction is larger than just work-life conflict (Larsson et al., 2013). It refers to how entrepreneurs’ time is divided between different types of activities, including entrepreneurial activity, sleeping time, meals time, time spent with family and friends, exercise activities, hobbies, volunteering activities, leisure times, etc. (Feldman and Hornik, 1981). A high level of time use satisfaction is reached when (1) the entrepreneur has a reasonable amount of time to spend on activities he/she considers as important and (2) does not wish to make changes regarding the way his/her time is divided between different activities. Time use satisfaction also implies a low amount of time spent on activities that entrepreneurs consider as unimportant.

The rest of the paper aims to validate empirically the concept of temporal well-being of entrepreneurs and its dimensions (time pressure and time use satisfaction), based on an empirical study realized in the French context.

### 3. Methodology

To bring a new comprehension regarding the impact of time on entrepreneur's well-being, we conducted a qualitative study based on interviews with French entrepreneurs directed towards their perception of temporal well-being. As the subject of our study is quite new with respect to prior entrepreneurship literature on well-being, we opted for in-depth face-to-face interviews. This data collection method seemed to be more adequate than questionnaires to get reliable data reflecting the subjective reality of time and time-related decisions for each entrepreneur. Qualitative research is indeed recommended for exploratory purposes in situations where the researcher wants to develop an initial understanding of new phenomena that have not yet been sufficiently explored in prior studies (Glaser and Strauss, 2000; Charmaz, 2014; Rabeson et al., 2022). The main advantage of interviews compared to questionnaires is that they do not confine respondents to a predefined set of ideas identified by the researcher based on a literature review (Bouillon and Paraschiv, 2020). Instead, this data collection method allows respondents to express their point of view freely, favoring the emergence of new ideas that may enrich the knowledge of the topic under study based on prior research (Glaser and Strauss, 2000).

The interviews were conducted after the Covid crisis. More precisely, the data collection took place over a period of 5 months from February to June 2021. This temporality is important given our focus on time-related aspects. While it is true that the Covid-19 crisis has changed the perception of time for society in general (Haleem et al., 2020), focusing on the temporal dimension of the entrepreneur's well-being is even more relevant. 21 entrepreneurs participated in the study. Following the definition of an entrepreneur provided by Gorgievski and Stephan (2016), we interviewed business founders, owner-managers, and self-employed who work on their own account and risk. Our objective in recruiting entrepreneurs for the study

was to obtain a group of respondents with different profiles. The participation in the study was voluntary. The participants were recruited from all over France via professional networks, through business incubators and regional associations whose aim is to provide support to entrepreneurial projects with respect to their business development and strategy.

The sample size was determined based on the criterion of thematic saturation. This means that our data collection process was stopped when the data become redundant in the sense that the analysis of additional interviews did not allow to observe the emergence of new themes (Glaser and Strauss, 2000). This criterion is often used to ensure the validity of qualitative research findings (Marshall et al., 2013; Bowen, 2008). Although relatively low, our sample size is consistent with prior literature. Indeed, Guest et al. (2006) and Marshall et al. (2013) consider that thematic saturation is generally reached based on the first ten to twenty interviews.

Table 8 provides an overview concerning the profile of the respondents in terms of age, gender, activity field, and entrepreneurial experience. 14 entrepreneurs were men and 7 females. The age of the respondents varied between 19 and 64. The entrepreneurial projects were at different stages of business development and concerned different sectors and fields of activity. 10 entrepreneurs had no prior entrepreneurial experience, while 11 declared that they had already participated in entrepreneurial projects before.

*Tableau 8. Respondents' Profiles*

<b>Respondent</b>	<b>Gender</b>	<b>Age</b>	<b>Industry</b>	<b>Prior experience in entrepreneurship</b>	<b>Years of experience in entrepreneurship</b>
1	Male	23	Electronic cigarettes	No	1 year
2	Male	25	Travel agency	No	3 years
3	Male	19	Business consulting	No	Less than 1 year
4	Male	27	Export of luxury goods	No	2 years
5	Female	45	Transport	No	2 years
6	Male	25	Medical temping	No	1 year
7	Female	26	Mobile app	No	2 years
8	Male	62	Large fishmonger	Yes	41 years
9	Male	64	Food retail	Yes	32 years
10	Male	30	3D printing	Yes	7 years
11	Female	43	Auto school	Yes	18 years
12	Female	43	Beauty salon	No	3 years
13	Male	25	Online bets	Yes	2 years
14	Female	44	Road safety training	Yes	19 years
15	Female	59	Home helping	No	1 year
16	Male	39	Nutrition and coaching	Yes	14 years
17	Male	24	Consulting	No	4 years
18	Male	54	Continuing education	No	1 year
19	Female	36	Mobile app	Yes	4 years

20	Male	37	Computer programming	Yes	12 years
21	Male	43	IT support	Yes	18 years

The interviews were conducted through electronic communication platforms such as Teams or Zoom, which allowed establishing face-to-face interviews, while removing geographical constraints (Heichelbech and Paraschiv, 2022). Our focus was on understanding temporal well-being as perceived by each respondent, basing their opinion on self-defined criteria, inextricably linked to a subjective construct (Larsson et al., 2017). Therefore, we opted for semi-structured interviews, following an interview grid that was identical for all participants. The length of the interviews varied between 45 minutes and 1 hour. The interviews were organized in 3 main parts dealing with (1) the impact of the entrepreneurial project on entrepreneur's well-being, in general, and on the time dimension, in particular, (2) the main sacrifices made for the entrepreneurial project, and (3) the relationship with time and how this varied depending on the evolution of the project.

## 4. Results

We analyzed the interviews following a conventional approach consistent with the grounded theory framework (Glasser and Strauss, 2000; Mbengue et al., 2014). This involved the construction of items through a content analysis. We used a three-step process (Bouillon and Paraschiv, 2020). In the first step, we identified and coded the initial ideas based on a free-floating reading of the transcripts of the interviews. In the second step, a systematic analysis was performed. The items were analyzed and grouped into categories and subcategories using an inductive approach. We used both a vertical reading, focusing on the sayings of each entrepreneur, and a horizontal reading, focusing on the emerging themes, by integrating the

points of view of the different respondents. Finally, the third step was dedicated to the interpretation and validation of the results, with the goal to develop an overall framework regarding entrepreneur's temporal well-being. The analysis of the interviews highlighted four main results, which are presented below.

#### *4.1 The Entrepreneurial Project has a Positive Impact on Entrepreneurs' Well-being, but a Negative Impact on their Temporal Well-being*

The entrepreneurs participating in the study were asked to discuss the impact of their entrepreneurial project on their subjective well-being. The respondents declare that their business has an overall positive impact on their perceived happiness (the only exception concerns Respondent 11 who evokes a decrease of well-being justified by his feeling of *"becoming a slave"* of the project, the latter putting too many constraints in his life). For instance, Respondent 4 explains: *"I have a strong increase in well-being despite the multiple uncertainties that come with the project, despite my fears, and despite the everyday stress..."*, while Respondent 8 says: *"[I have] a strong increase in well-being. I gained freedom in my head!"* We observe that while the respondents recognize and acknowledge the negative side of entrepreneurship (e.g. high level of uncertainty, fear of failure, constant stress), they consider that these negative pathogenic aspects are counterbalanced by the salutogenic feelings of freedom, satisfaction, contributions to society, or doing something meaningful in life that positively contribute to their well-being. Comparing entrepreneurship with a paid job, Respondent 6 declares: *"I wouldn't have been so happy. I would have had more free time because I would have had more stable schedules. I wouldn't have had all this stress. But for me, it doesn't replace it! I am much better like this!"* We observe a recognition that

entrepreneurship highly impacts the time dimension of well-being, a result providing support to the concept of temporal well-being in the entrepreneurial context.

Entrepreneurs further confirm that their well-being is closely linked to the evolution of the project. The ups and downs of the project translate into increases or decreases of happiness. This strong relationship is illustrated particularly well by the sayings of Respondent 7: *“My well-being evolves according to my project. If the project is moving forward, that's great. If it's stuck, I feel that I'm stuck myself”* and Respondent 13: *“My mood is always based on how my day is going. If I lose a client, I'm in a bad mood. If I win 10, I'm very happy. Of course, that's the only thing that impacts my happiness and my well-being. If I have good news, I will have a good day. If I have bad news, I will have a bad day.”*

The entrepreneurs were further asked which are the well-being dimensions that contribute the most to the increase/decrease of their well-being. The analysis of the results shows that the entrepreneurs identify time as the most important factor of reduction of their well-being. For instance, Respondent 15 declares: *“I don't have time anymore”*, Respondent 13 says: *“Time is my main sacrifice!”*, while Respondent 17 states: *“Time is [...] the key resource”*. A similar point of view is shared by Respondent 8: *“It's time my main concern [...] Of course, when one needs to work all day, then, we do not talk about well-being anymore. [...] The critical factor is time”* and Respondent 6: *“It's time, clearly. As we work for us, we really want our idea to succeed, so we don't look at the time we spend on this”*. At first sight, the finding that the entrepreneurial project has a negative impact on entrepreneurs' temporal well-being, but a positive impact on their global well-being may seem counterintuitive. However, this can be explained by the multi-dimensionality of well-being: the negative impact on the temporal dimension is counterbalanced by positive impacts of entrepreneurship on other well-being dimensions, in particular the psychological one related to feelings of self-

achievement, engagement in a meaningful activity, personal satisfaction, and contribution to society.

While 18 out of the 21 entrepreneurs participating in the study declare a negative impact of their entrepreneurial project on temporal well-being, the remaining three entrepreneurs report a positive impact. In what follows, we first try to better understand the negative perceptions of temporal well-being. We then analyze perceptions regarding time for the entrepreneurs reporting a positive impact of their business on temporal well-being. This leads us to identify several phases of evolution of temporal well-being.

## *4.2 Negative Temporal Well-being: Time Pressure and Time Use Dissatisfaction*

Entrepreneurs declaring a negative temporal well-being verbalize both constant time pressure and time use dissatisfaction. Thus, Respondent 15 explains: *“I don’t have time anymore. I have a spontaneous side. I am not afraid to go forward. When I launch something, I go up to the end. [...] I need 48 hours in a day, I am overloaded”*. This time pressure comes from the fact that the entrepreneurial project becomes the number one priority and reduces time available for all the other aspects of entrepreneur’s life. Respondent 21 adds: *“Some weekends I work, [...] I must sacrifice my family time”*. Entrepreneurs often experience guilt arising from the feeling that if they stop working on their project (even for small periods of time), the project will fail. For instance, Respondent 6 declares: *“because it means too much to me! I put pressure on myself, I force myself to get up to work. This is also part of the entrepreneurship”*. Respondent 13 discusses the lack of frontiers between the entrepreneurial project and the rest of entrepreneur’s life, which pushes to consider any time spent on other activities as “time lost”: *“I always have work to do. I can stop working one afternoon; but I would have to catch up on weekends... (...) All my time is on my computer, my laptop. I have all the time something*



*that reminds me of my company. If there isn't someone with me, I work for my company.*" We see that this work overload impacts the different facets of entrepreneur's life. For instance, Respondent 11 explains that he does not have time anymore to do shopping: *"I run after time. The days are too short. I don't take time. Even to do shopping I chronometer"*. Other respondents explain that they lack time to sleep, to see friends or family, to spend on leisure activities. We thus observe that the entrepreneurial project has a multifaceted impact on entrepreneurs' well-being, affecting their body time (sleeping hours), experiential time (passage of time), and social time (with friends and family).

In complement to time pressure, respondents experience time use dissatisfaction. One of the questions faced by the respondents during the interviews asked to verbalize the biggest sacrifice made for their entrepreneurial project. Most entrepreneurs identify "time" as their most important sacrifice. For instance, Respondent 18 explains: the project *"eats up all my time, and my energy. I tend to postpone the pleasure. I will have to rest later"*. Time use dissatisfaction is observed in many spheres of entrepreneur's life. Specifically, the entrepreneurial project reduces drastically social time with family and friends. Thus, Respondent 3 states: *"I have much less time with my friends, I'm less available"* and Respondent 8 says: I sacrificed *"my time and my family with it"*, a point of view shared with Respondent 11: *I sacrificed "my private life, my spare time, I'm at 60 hours per week, I forsaken the family aspect because I always had work to do. (...) I tend to have difficulties to delegate even though I'm working on it. I sacrificed my personal life. I have no family because of that, I live too much for my business."* Respondent 14 explains: *"I lost my boyfriend because of entrepreneurship. The professional life means you don't have time to meet people anymore"*. Leisure time is also an important price to pay as illustrated by the case of Respondent 21: *"I sacrificed my time for sports and video games"* and Respondent 10: *"[I sacrificed] everything: my time, my passion number one music. (...) I'm passionate about music and I have sold several*

*guitars [...]. I play less music. I need to sleep 7 hours a day. I have almost no time for something else if I want to preserve my sleeping time.”* This last entrepreneur tries to preserve his body time (sleeping), but this is not always the case as a high number of entrepreneurs evoke insomnia and difficulties to sleep.

Table 9 summarizes the main items that explain the perception of negative temporal well-being by entrepreneurs. The table distinguishes the items that allow characterizing the two dimensions of temporal well-being, time pressure, and time use (dis)satisfaction. Each dimension is captured through four main items. Time pressure is thus related to “insufficient time”, “time as a limited resource”, “the need of more time for the project”, and the “psychological burden of the project”. Time use satisfaction is related to the “lack of personal time”, the “sacrifice of time”, the “need to race”, and the “subordination to the project and feelings of guilt”.

*Tableau 9. Items Related to Negative Temporal Well-Being of Entrepreneur*

Dimensions	Items
Time Pressure	<p><b>Insufficient time</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I don't have time (16)</li> <li>○ The days are too short (12)</li> <li>○ I always have work to do (9)</li> <li>○ I am overloaded (7)</li> <li>○ I put pressure on myself (5)</li> <li>○ I run after time (5)</li> </ul> <p><b>Time as a limited resource</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Time is the main concern (12)</li> <li>○ Organization is imperative (11)</li> <li>○ Time is a factor of stress (6)</li> <li>○ Time is more important than money (5)</li> <li>○ Time is a critical factor of success (3)</li> </ul> <p><b>Needing more time for the project</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ The project eats up all my time (12)</li> <li>○ No spare time in entrepreneurship (8)</li> <li>○ I don't count the time spent on the project (7)</li> <li>○ I work all day long (5)</li> <li>○ The project eats up all my energy (2)</li> </ul> <p><b>Psychological burden of the project</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ The project is always on my mind (11)</li> <li>○ The project is my number one priority (9)</li> <li>○ The project means too much to me (3)</li> <li>○ I live for my business (3)</li> </ul>
Time use satisfaction	<p><b>Lack of time</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ... for social activities (18)</li> <li>○ ... for family and friends (14)</li> <li>○ ... for leisure (10)</li> <li>○ ... to sleep (9)</li> <li>○ ... for holydays (3)</li> <li>○ ... to do sports (3)</li> <li>○ ... for household tasks (2)</li> </ul> <p><b>The sacrifice of time</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Time is my "main sacrifice" (6)</li> <li>○ I sacrificed "my family" (4)</li> <li>○ I sacrificed "my spare time" (3)</li> <li>○ I have to force myself to work (2)</li> <li>○ I postpone the pleasure (2)</li> </ul> <p><b>Racing</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Need to rush all the time (8)</li> <li>○ A lot of urgent things to do (5)</li> <li>○ A life spent timing (4)</li> </ul> <p><b>Subordination to the project and feelings of guilt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I feel guilty when I'm not working (8)</li> <li>○ I can't take time away from the project (6)</li> <li>○ Time not used for the project perceived as wasted (5)</li> <li>○ If I don't work, the project does not progress (3)</li> <li>○ If I take a break, I must work later to compensate (2)</li> </ul>

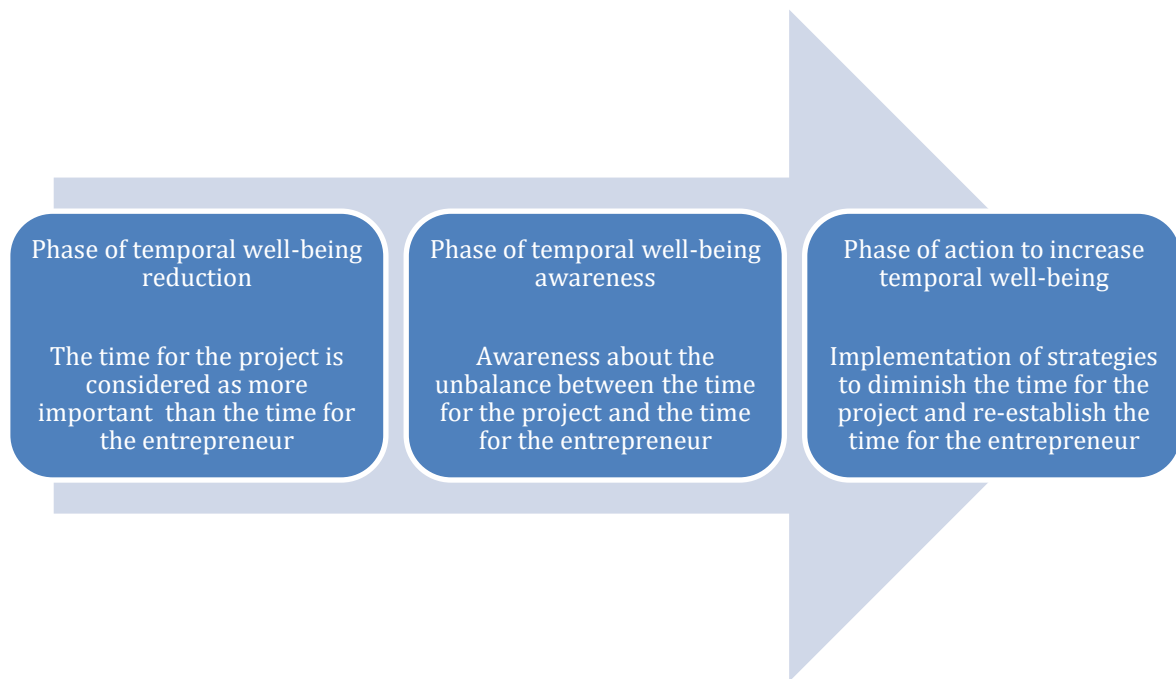
**Notes: The number of occurrences of each item is indicated in parenthesis.**

### *4.3 Phases of evolution of entrepreneurs' temporal well-being*

While temporal well-being is recognized as essential, not all respondents share the same negative point of view regarding the impact of the entrepreneurial project on their temporal well-being. For instance, Respondent 20 explains: *“time, I organize it as I want”,* to add immediately after that the project didn't reduce at all the time spent with the family: *“No, quite the contrary. The year when my daughter was born, I spent every Monday with her. I stayed with her at home. I wish this to all parents.”*

A closer look at entrepreneurs' discourses shows that, in fact, the relation between the entrepreneurial project and temporal well-being is not stable but evolves over time. Entrepreneurs become aware of the necessity to adopt active strategies to better organize time as illustrated by Respondent 4 who evokes a “before” and an “after”: *“I learned to better manage my time, to be more organized. (...) I learned to be patient. There are more important priorities than my job. Before, I would have thought that I was leading my project to failure. Now, I know that I am saving the time necessary for my family life and for my balance”.* Respondent 12 also explains the evolution of temporal well-being over time: *“We've managed to find a balance. At the beginning I was very busy, I did less homework with the children, I always had the project in my mind. But once I solved some steps, it saved me time for my private life. I explained my project to the children, that I was working for women with very serious illnesses...”* The evolution of entrepreneurs' temporal well-being in relation to the entrepreneurial project is characterized by three different phases, which are summarized in Figure 2 and described in detail hereafter.

**Figure 2. Phases of temporal Well-Being Dynamics**



The first phase is a phase of temporal well-being reduction. It is often observed during the starting phases of the project, implying business creation and development. It is characterized by both time pressure and time use dissatisfaction. Entrepreneurs have negative feelings: *“I do not have time anymore”, “the project takes all the time”, “if I don’t work, the project does not advance”, “if I take a break, I have to work later to compensate”, “I can’t take time with my family and friends”*. We observe a presence of guilt each time entrepreneurs try to take time for themselves, rather than the project. In this phase, the “time for the project” is considered as more important than the “time for the entrepreneur”.

The second phase is a phase of temporal well-being awareness, which results in a change of entrepreneurs’ attitude towards time. This phase is characterized by a personal understanding that the full-time investment in the entrepreneurial project leads to a reduction of entrepreneurs’ well-being and that a better balance in terms of time use is needed eventually. For instance, Respondent 11 says: *“Yeah, I’m trying to set the record straight and find some kind of balance”*. This awareness regarding the strong negative impact of time on well-being

pushes the entrepreneur towards an active change in terms of priorities regarding time, as illustrated by Respondent 4: *“I learned to manage my time, to be better organized. It's difficult to postpone appointments, to postpone making contacts. But too bad! One must also live his life”*. In this phase, entrepreneurs become aware of the unbalance between the “time for the project” and the “time for the entrepreneur”.

The third phase is a phase of action aiming to increase temporal well-being where entrepreneurs define and implement new strategies, oriented towards a better organization and a better use of time. In this phase, the change of attitude towards time translates into concrete actions. By changing his/her priorities, the entrepreneur may arrive at a satisfying personal time organization, as illustrated by Respondent 19: *“It took a lot of space in my life, non-stop. But since I'm in the Paris region, I no longer work on weekends. The day is super full, but it's very rare that I work in the evening. That's it, it's settled now.”* The strategies adopted by the entrepreneurs may be different. We thus distinguish two main groups. Some entrepreneurs define barriers between personal and professional times to preserve their personal life (*“I do not work in the evening”*; *“I do not work during the week-end”*, *“I have other priorities”*, *“I preserve time for my family and friends”*, *“I organize”*). Some other entrepreneurs (especially those declaring an overall positive impact on their entrepreneurial project on temporal well-being) mix private life and professional life, rather than defining barriers. In the discourses of these entrepreneurs, we identify ideas like *“I'm available”*, *“I have freedom”*, *“I can choose”*, *“I can adapt my schedule”*, *“I have few constraints”*, *“I can mix private and professional life”*. For instance, Respondent 21 explains: *“I've found that the notion of private life and professional life are no longer distinct for me. I find my flourishing in the fact that the two are perfectly intertwined”*. Thus, the self-perceived control of time appears as an essential aspect leading to a positive entrepreneurs' temporal well-being.

## 4.4 Definition of the (Positive) Temporal Well-Being of Entrepreneurs

The process of evolution in three phases presented above is not identified for all the respondents. Indeed, some of the respondents in the study are still in the first or second stage and have not yet engaged in an active strategy to better control time. For this reason and given that the concept of temporal well-being of the entrepreneur is new with respect to prior literature in entrepreneurship, it seemed interesting to complete our analysis with respondents' vision on this concept. Therefore, at the very end of the interviews, the entrepreneurs participating in the study were asked to explain what a situation of (positive) temporal well-being would mean to them. The analysis of respondents' answers shows that positive temporal well-being is defined based on two main aspects: (1) "having done all the tasks planned" and (2) "having time" for oneself. We observe that the first aspect concerns the "time for the project", and the second the "time for the entrepreneur".

The definition of temporal well-being by the entrepreneurs is thus closely related to their entrepreneurial project. For Respondent 21, temporal well-being *"means having done what is planned during the week"*. For Respondent 2, temporal well-being would be *"to start the day with a vision of a healthy organization and to end the day with serenity, telling myself that I may not have succeeded in doing everything, but I am happy with what I did. The opposite of temporal well-being would be to finish the day feeling guilty or being stressed because I haven't done enough. Be serene about what you can do, without putting pressure on yourself, and without feeling guilty."* We observe that positive temporal well-being is seen as multidimensional, related to low time pressure and high time use satisfaction. Temporal well-being is also strongly dependent of the lack of feelings of guilt, the proper sequencing of tasks and the fluidity of this sequencing: *"I have a problem with being late. If I am on time, I feel good, [...] If I am ahead, I feel better" (R17).*

Regarding time for oneself, this means having time for personal activities not related to the entrepreneurial project but also having free time, without any professional or private occupation planned. Thus, Respondent 14 explains: "*For me, temporal well-being would mean having time for leisure... What I miss is having defined time slots in the week for me. This would be returning 3 times 2 hours a week to the gym. ... So that I find my balance.*" For Respondent 9, temporal well-being is about having a moment without any task to accomplish or deadline to respect: "*Hang out! Having time to hang out, to look for ways about how to occupy myself.*"

Table 9 gives a summary regarding the concept of temporal well-being of entrepreneurs, highlighting its six components: sufficient time, plannability, synchronicity, balance in time use, adequate tempo, and sovereignty.



**Tableau 10. (Positive) Temporal Well-Being of Entrepreneurs**

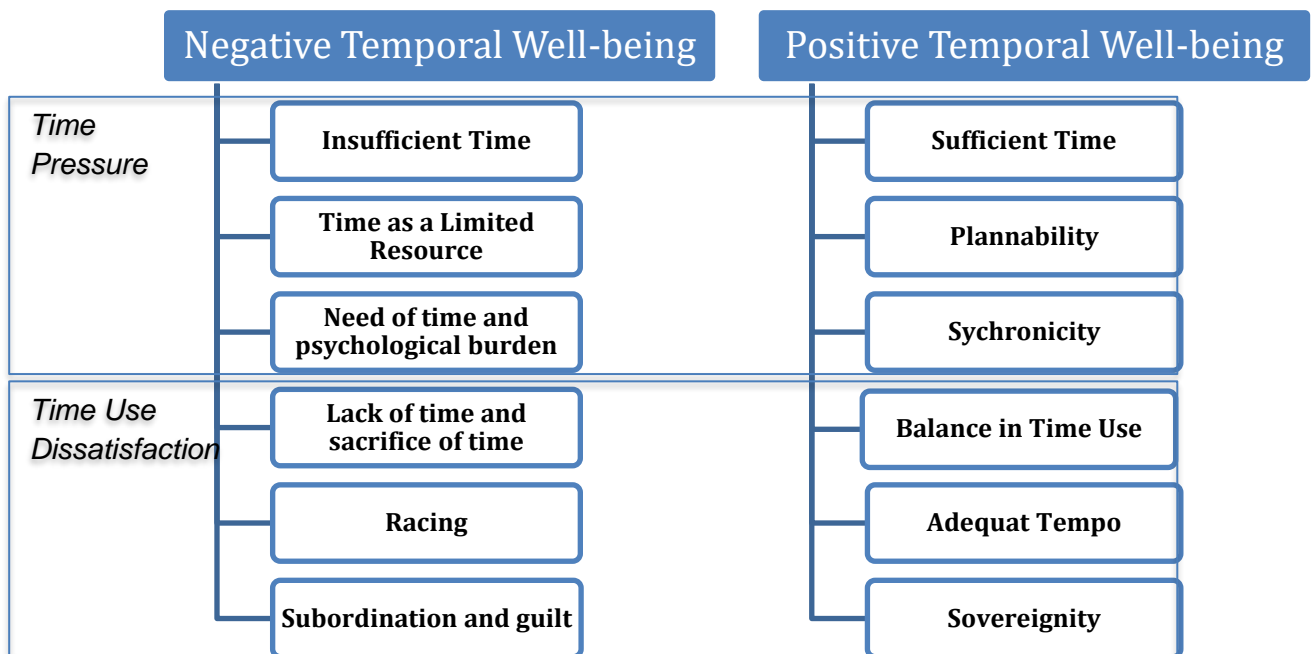
Components	Items reflecting temporal well-being
Sufficient time	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ having time (15)</li> <li>○ having fewer temporal constraints (9)</li> <li>○ being more available (6)</li> <li>○ having time for oneself (6)</li> <li>○ having time with nothing planned (5)</li> </ul>
Plannability	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ being able to organize one's time (11)</li> <li>○ being able to adapt one's schedule (6)</li> <li>○ having a healthy organization of the day (5)</li> <li>○ being able to delegate (3)</li> </ul>
Synchronicity	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ not working during the weekends (10)</li> <li>○ not working during the evening (7)</li> <li>○ having time slots in the week for oneself (6)</li> <li>○ having time slots with family and friends (5)</li> </ul>
Balance in time use	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ having a balance between personal and professional time (12)</li> <li>○ mixing private and professional life (9)</li> <li>○ having time for other activities than work (9)</li> <li>○ having time for family and friends (7)</li> <li>○ having time for one's children (3)</li> </ul>
Adequate tempo	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ being able to take one's time (7)</li> <li>○ being able to avoid delays (5)</li> <li>○ being in advance (3)</li> <li>○ not being rushed (3)</li> <li>○ being able to postpone tasks (2)</li> <li>○ being able to finish what one has planned to do (2)</li> </ul>
Sovereignty	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ being able to manage one's time (11)</li> <li>○ having freedom to organize time (9)</li> <li>○ having other priorities than the project (7)</li> <li>○ being able to take breaks (5)</li> <li>○ being master of one's time (3)</li> <li>○ enjoying time spent at work (3)</li> </ul>

**Notes: The number of occurrences of each item is indicated in parentheses.**

A closer look at tables 3 and 4 shows a parallel in the items identified as explaining negative and positive temporal well-being. For instance, positive temporal well-being implies a perception of sufficient time (see Table 4), while negative temporal well-being is associated to a perception of insufficient time driving time pressure (see Table 3). Figure 3 illustrates this parallel, which is used as a base to provide a definition for the six components of (positive) temporal well-being. Sufficient time can thus be defined as having a reasonable amount of time available, not only for work, but also for other activities considered as important by the entrepreneur. Plannability refers to the capacity of the entrepreneur to act within a sufficiently stable horizon of expectation. It involves the possibility to organize and plan the different professional tasks and adapt one's schedule when necessary. Synchronicity refers to a satisfactorily coordination between different temporal requirements, the capacity to delimit

working time and to set aside time for oneself and for everyday activities. Balance in time use refers to the balance between private and professional life, with the ability to make the most of each moment. Adequate tempo refers to the adequate rhythm of the different activities allowing the respect of deadlines without the need to rush. It implies the possibility of an unhurried pace, where the entrepreneur benefits from an adequate amount of time per activity. Sovereignty can be defined as having sufficiently self-determined conditions and being in control of one's time. It involves the possibility to manage one's time without experiencing feelings of guilt in relation to the entrepreneurial project.

*Figure 3. Components of Temporal Well-Being of the Entrepreneur*



## 5. Discussion and Conclusion

Our paper proposed a theoretical and empirical investigation of the role of time in understanding the well-being of the entrepreneur. While time has been treated in entrepreneurship research based on multiple facets, our paper is, at the best of our knowledge,

the first to address the topic of time from the perspective of temporal well-being of the entrepreneur (Larsson et al., 2013; 2017). Our work complements recent research (Kollmann et al., 2019; Lerman et al., 2021; Wiklund et al., 2019a, 2019b; Torrès and Thurik, 2019; Torrès et al., 2019) addressing entrepreneurial well-being, its components, and the factors that directly or indirectly affect it.

Based on interviews with French entrepreneurs, we showed that the entrepreneurial project highly influences temporal well-being. While most respondents cited the “time” dimension as the factor that contributes the most to their well-being reduction, a few of them also highlighted “time” as a positive factor resulting in a well-being increase. Trying to explain this paradox, our study revealed that temporal well-being is not static, but dynamic. Entrepreneurs pass through several phases related to the evolution of their entrepreneurial project: (1) a phase of temporal well-being reduction, characterized by time pressure and time use dissatisfaction resulting from work overload, (2) a phase of awareness about the negative impact of time on personal life satisfaction, and (3) a phase of action characterized by the implementation of time-related strategy directed towards a better work-life balance that drives an increase of temporal well-being. Overall, our work allowed us to show how the business project may impact temporal well-being, and which measures the entrepreneurs may adopt to deal with their perceived lack of time and fight against its negative impact on their personal and professional life.

Regarding time pressure and time use satisfaction, we showed that these two dimensions of temporal well-being identified by Larsson et al. (2013) can be applied to entrepreneurship. Our respondents verbalized a perceived daily shortage of time (due to stress, work overload, financial pressure, difficulty to disconnect from their project, etc.) considered as an integral part of entrepreneurship. Entrepreneur’s time use satisfaction was shown to highly vary depending on the personality and personal situation of the entrepreneur. Thus, our

work confirmed that temporal well-being is a subjective construct, different from one individual to another. Our research can also be related to Kollmann et al. (2019: 695)'s observation that "the concept of recovery during non-working-times is especially important for entrepreneurs". Our study allowed putting this concept in correlation with the self-discipline implemented by each entrepreneur to increase his/her temporal well-being. This corresponds to a new point of view about the way entrepreneurs manage their time balance between their private and professional life.

## *5.1 Managerial contribution*

One of the main contributions of our study is to propose and analyze the distinction between the concept of temporal well-being of entrepreneurs and the concept of subjective well-being. This distinction is extremely important from a managerial point of view. Considering the multidimensionality of well-being (rather than focusing on a global concept) allows to develop more efficient actions directed towards an enhancement of entrepreneurs' well-being. The interest of addressing temporal well-being rather than subjective well-being is that this allows focusing on a well-identified dimension that can be "changed by active decisions, both at the individual and political level" (Larsson et al., 2017).

Our work highlighted that the entrepreneurs, both neophytes and experienced, must acclimatize to a lack of time. The overall findings of our study showed that the well-being of entrepreneurs is strongly linked to the way time-related decisions are made. This observation has important managerial implications, suggesting that entrepreneurs must learn to better manage their time. To achieve this goal, entrepreneurs need to clarify and prioritize their personal aims, both professional and personal, and find the right balance between them. Our research has shown, in particular, how important time pressure and time satisfaction are in entrepreneurship. An unbalanced relationship between these two dimensions of temporal well-

being should be a real concern for business owners, because of its potential for health problems and depression. So, entrepreneurs must pay more attention to their time balance between their body, experiential and social times.

Based on the analysis of our respondents' answers, we established that temporal well-being depends on the time-related strategies initiated by the entrepreneurs. We could argue that all entrepreneurs do not have the same personality and degree of expertise in entrepreneurship and, so, they are more or less able to determine which time strategies are the most adequate. Our findings suggest that it could be particularly useful to propose to entrepreneurs' specific seminars or workshops on how to improve their time management and thus avoid or limit a temporal well-being decrease. This learning process could contribute to considerably reduce the number of business creation projects that are aborted or abandoned during creation due to the lack of time leading to the demotivation of the project owner.

## *5.2 Directions for future research*

The present research is not without limitations leading to potentially interesting opportunities for future research. First, our sample of entrepreneurs consisted of 21 French respondents. Despite our effort to base our study on different profiles, this small sample cannot be considered as representative of the total French entrepreneurial population. Future research may validate our results regarding temporal well-being of entrepreneurs based on large-scale quantitative surveys involving representative samples. Also, it could be interesting to analyze differences between different countries, which may vary in terms of cultural profile of the entrepreneurs, but also in terms of legislation regarding business initiatives, level of legal charges for the firms, and social recognition of entrepreneurship. Moreover, our analysis was based on a single interview with each entrepreneur. Because our study highlighted an evolution

of temporal well-being over time, it seems important to complete our research by longitudinal studies with the same respondents over a period of several years allowing to analyze more in detail how their temporal well-being evolves over time and the impact of this evolution on the success or failure of their project. The analysis of the temporal well-being of the entrepreneur could also be further deepened considering the trait approach (based on personal characteristics) versus behavior approach (focused on the actions and strategies adopted). This would allow us to understand how temporal well-being of the entrepreneur is influenced by the intrinsic qualities of the individual and by his/her past experiences and decisions. Future research may also study to what extent the fluctuation of entrepreneur's temporal well-being can affect the performance of the company, and how this performance can be measured, from a human point of view and from an economic point of view.

# CHAPITRE 3

# Entrepreneur's Attitude Towards Health: between Denial, Breakdown, Awareness, and Action<sup>12</sup>

**Stéphanie Heichelbech**  
LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Corina Paraschiv**  
LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Abstract:** Our article presents a qualitative survey based on 16 entrepreneurs who were interviewed about the impact of their entrepreneurial project on their health and well-being. The analysis shows an evolution over time of entrepreneur's attitude towards health, with the emergence of four main phases: (1) denial, (2) breakdown, (3) awareness, and (4) action that aims to restore physical and mental state through a better life equilibrium. The main contribution of our research is to show that entrepreneurship may have, for the same individual, both negative/pathogenic and positive/salutogenic health effects, whose relative importance varies depending on the moment of project development for which the entrepreneurship-health relationship is investigated.

**Key words:** entrepreneurship, health, well-being, stress, time, salutogenic, pathogenic.

---

<sup>12</sup> Cet article a été publié dans la *Revue de l'Entrepreneuriat* en 2022, dans le hors-série « Entrepreneurship and Health: a Challenging New Field of Research », dirigé par Olivier Torrès, Florence Guiliani et Roy Thurick.



# 1. Introduction

According to the 2019 barometer by the MMA Foundation of “Entrepreneurs of the Future”<sup>13</sup> regarding the health state of entrepreneurs, 70% of the 1,501 leaders participating in the study are subject to stress and 87% report physical pain during the last 12 months of activity (with 63% citing back pain and 53% articular pain). The work overload is also high, with one out of five entrepreneurs working more than 60 hours a week. These findings suggest that the overtaking professional activity of entrepreneurs has a significant impact on their psychological and physical states, two facets of individual well-being that need to be better understood and analyzed.

Physical health and lifestyle represent (together with strong relationships with family and friends, the collaboration with an efficient work team, the interest in innovation, the strong commitment to a goal in life, the celebration of accomplishments, and the ability to learn from failures) one of the seven pillars on which relies the entrepreneur’s well-being (Fowle, 2019). Although health is recognized as a major societal issue and considered as the first intangible capital of the entrepreneur on which relies business success (Torrès and Chabaud, 2013; Torrès 2016), the research investigating this topic in an entrepreneurial context is still relatively young (Kollmann et al., 2019; Nikolova, 2019; Shepherd and Patzelt, 2015; Stephan, 2018; Torrès, 2012; Wiklund et al., 2019). This is true not only on the international scene, but also in France, where one can observe, during recent years, an increase of the number of studies aiming to better understand the consequences of entrepreneurship on health (Guiliani, 2016; Gharbi, 2014; Lechat and Torrès, 2016a, 2016b; Torrès et al., 2019; Guiliani and Torrès, 2017; Torrès and Thurik, 2019). These studies account for the economic, social and legal specificities of the French national context.

---

<sup>13</sup> <https://fondation-entrepreneurs.mma/etude-sante-dirigeant-2019.htm>

The literature addressing the link between health and entrepreneurship adopts two different, but complementary, approaches, by focusing on one hand, on the cause-effect relationship between the entrepreneur's health and the decision to start a business, and, on the other hand, on the consequences of entrepreneurship on health. The first stream establishes the importance of entrepreneurs' health status for the decision to engage in the process of creating and managing a business (Hessels et al., 2018; Rietveld et al., 2016). Indeed, recent empirical studies show that the health of the founder is a prerequisite for entering entrepreneurship (Gielnik et al., 2012; Rietveld et al., 2015). The literature also provides evidence that the health of the entrepreneur and the health of the business are strongly related. The health problems of CEOs and entrepreneurs translate, most of the time, into a decrease of their business competitiveness (Hessels et al., 2018), which may even lead to closure (Torrès, 2012; Chao et al., 2007). At the same time, the healthiest CEOs run the businesses with the highest growth rates (Rietveld et al., 2016).

The second stream of research, to which our study belongs, addresses the question of whether entrepreneurship is good or bad for health. Many researchers approach this subject from a pathogenic perspective, insisting on the negative consequences of entrepreneurship on health, in connection with the stress inherent to this activity (Lechat and Torrès, 2016a; Stephan et al., 2020; Patel et al., 2019). These studies investigate behavioral disorders (Wiklund et al., 2020), mental illness (Williamson et al., 2019), burnout (Shepherd et al., 2010; Lechat and Torrès, 2016b; Fernet et al., 2016; Torrès and Kinowski-Moysan, 2019), depression (Hessels et al., 2018; Johnson et al., 2018) or suicide of entrepreneurs (Madsen, 2018; Bah and Gaillon, 2016), focusing on their causes. For Fowle (2019), such pathologies are not specific to entrepreneurship, but can be explained by a high exposure of entrepreneurs to stressors that induce physical and mental health problems, such as insomnia (Kollmann et al., 2019; Guiliani and Torrès, 2017; Guiliani, 2016). Patel et al. (2019) focus on allostatic load (i.e., the overall

physiological response of an organism to continuous stress), which is considered as the primary factor of physical and mental wear among entrepreneurs. In contrast to this pathogenic view, which focuses on risk factors and the causes and consequences of illness, more recent studies approach entrepreneurship-health relationship from a salutogenic perspective (Torrès and Thurik, 2019; Torrès et al., 2019; Gharbi, 2014). The salutogenesis finds its etymological origin in the Latin word 'salus' (health) and the Greek word 'genesis' (source). The salutogenic approach focuses on factors that contribute positively to the quality of life, health, and well-being of the entrepreneur. Recent work on this topic shows that entrepreneurship may positively influence health and well-being, especially when creating a business is an opportunity choice (Nikolova, 2019) or it is considered as a life purpose by the founder (Frederickson et al., 2015).

Based on the different contributions from the literature, we can see that the relationship between entrepreneurship and health is complex and not yet sufficiently understood. Prior studies often bring mixed results (Torrès and Chabaud, 2013). This suggests the need for further research allowing to clarify entrepreneurship-health relationship. Our paper contributes to this emerging literature by focusing on the evolution over time of entrepreneurs' health from a dynamic perspective. Considering the existence of a dual salutogenic and pathogenic process, we investigate the dynamics over time of these two dimensions, which complement rather than oppose each other. Our research attention focusses mainly on the dynamics of the entrepreneur's attitude towards own health. However, such an analysis cannot be performed without considering, at the same time, the self-perceived evolution of the entrepreneur's health state, as well as the evolution of health-related behavior. These three complementary aspects, perceptual, attitudinal, and behavioral, will therefore be all considered in the analysis.

The objective of our article is to study the dynamics of the relationship that the entrepreneurs perceive between the evolution of their project and their health and well-being.

Our analysis of entrepreneurs' attitude towards health integrates both a subjective perspective and a temporal dimension. Following the conceptual distinction made by Ware et al. (1981: 621), we are interested in both physical health, related to "the physiological and physical state of the body" and mental health, related to "the state of mind, including basic intellectual functions", which are directly linked to the physical and psychological well-being of entrepreneurs (Ayadi et al., 2019; Vernet et al., 2019).

Our empirical research is based on a qualitative study involving 16 entrepreneurs. The results of the analysis highlight a close link between the evolution of the entrepreneurial project and the perception of the entrepreneur regarding health and well-being. The main contribution of our study is to show a progression in four phases of entrepreneur's attitude towards health, with the phases of denial, breakdown, awareness, and action. Sport, nutrition, and meditation appear as the main domains of action, sometimes accompanied by specialists (coach, nutritionist, etc.). The management of extra-professional time including multiple aspects such as sleeping time, leisure time, personal time, time for holidays, time for family and friends, emerges as a priority to preserve the health and well-being of the entrepreneur.

Our article enriches recent entrepreneurship research investigating entrepreneurial well-being. We contribute to this literature by highlighting the evolution of entrepreneurs' attitude towards health following the evolution of the entrepreneurial project, as well as the strategies adopted for health preservation goals. Our results help to clarify the impact that the entrepreneurial project can have on the entrepreneur's health at different moments in time, opening new avenues of reflection, which make it possible to anticipate and avoid the negative consequences that a possible decline in health may have on entrepreneurs and their businesses.

The rest of the article is structured as follows. Section 1 presents a brief review of prior literature addressing the relationship between entrepreneurship and health. Section 2 describes our methodology and the profile of the respondents who participated in the study. Section 3

presents the analysis and the results, focusing on the four phases of evolution of the entrepreneur's attitude towards health. Section 4 concludes with a discussion highlighting the main contributions of our study, followed by managerial implications and future research directions.

## 2. Literature Review

Entrepreneurs play a major role in the economy as providers of jobs and drivers of innovation (Audretsch and Thurik, 2001). Surprisingly, despite the societal importance of entrepreneurship (Torrès, 2017), the research stream investigating entrepreneurs' health and well-being is relatively recent, and not yet sufficiently developed. The nature of entrepreneurs' professional occupation requires them to carry out a variety of activities in an economically and technologically unstable environment (Douglas and Shepherd, 2002; Paraschiv and Shyti, 2015), to work continuously for long hours (Hyytinen and Ruuskanen, 2007), and to assume multiple roles (manager, accountant, salesperson, etc.) at the same time (Lazear, 2005). This heavy workload, coupled with the high level of uncertainty inherent to entrepreneurial activity (Paraschiv and Shyti, 2016; Shyti and Paraschiv, 2015), exposes entrepreneurs to high levels of stress (Baron, 2008; Harris et al., 1999; Rauch et al., 2018), with negative consequences on health and well-being. According to Fèvre (2018), the diversity of the daily tasks assumed by entrepreneurs, as well as the work demands placed on them, result in more or less severe health impacts, ranging from psychological and mental fatigue to burnout (Shepherd et al., 2010; Lechat and Torrès, 2016b; Fernet et al., 2016). For Hessels et al. (2018), the entrepreneurial literature should give more importance to entrepreneurs' health and its preservation, a subject that should be considered as a high priority for the society. This point of view is also shared by Torrès (2017) in the French context.

In this section, we present a brief overview of prior entrepreneurial literature dealing with the entrepreneur's health, organized around four main points: (1) the definition of the entrepreneur's health, (2) the negative pathogenic and (3) the positive salutogenic effects of entrepreneurship on health, and (4) the need to investigate the entrepreneurship-health relationship from a dynamic perspective.

## *2.1 Entrepreneurs' Health Definition*

Health has historically been analyzed in the literature through the prism of physical health, as a state characterized by the "absence of disease" (Lajarge et al., 2013). Contrary to this restrictive point of view originating in medical literature, in this article, we adopt a broader view of the entrepreneur's health, in line with the work of MacIntosh et al. (2007), Volery and Pullich (2010), and Delaye-Habermacher and Toledo (2020). We adopt the World Health Organisation's (WHO) perspective on health as "a state of complete physical, mental and social well-being, and not merely the absence of disease or infirmity". This definition encompasses both physical health and mental health, the latter being defined as a state of high mental functioning of the individual that enables to engage in productive activities, develop harmonious relationships with others, adapt to changes, and cope with the adversity specific to individual culture (Volery and Pullich, 2010). The advantage of this definition is that it offers a holistic view of health that does not have its origins only in medical and pathological domains (Fèvre, 2018). This allows expressing the entrepreneur's health in "functional terms as a resource that enables (...) an individually, socially and economically productive life" (Volery and Pullich, 2010: 5). Health is thus seen as a force "enhancing the social and individual resources, as well as the physical capabilities" of the entrepreneur (Deschamps, 2003: 322).

According to the literature, health can be measured both objectively and subjectively (McKee-Ryan et al., 2005). The objective measurement of health is based on specific indicators

such as the number and type of illnesses, the frequency of visits to the doctor, the number of hospitalizations, the number of days spent in a hospital, or the physical data of the individual (e.g., weight, BMI, cholesterol level, etc.). In contrast to this approach, in this paper, we analyze health from a subjective perspective (Loprinzi, 2015), considering individual's own perception of feeling well and healthy. We thus focus exclusively on the self-assessment of health state by the entrepreneur, which involves the perceived level of energy, force, and vitality allowing carrying out the entrepreneurial project.

## *2.2 Pathogenic/Negative Effects of Entrepreneurship on Health*

A lot of studies regarding entrepreneur's address health from a pathogenic perspective, highlighting the negative effects of entrepreneurship at a physical or psychological level. Entrepreneurship is a stressful occupation (Stephan et al., 2020), stress being recognized as a major source of reduction of an individual's health. Patel et al. (2019) investigate the allostatic load, which captures the long-term effects of stress. Allostasis is a process by which an organism maintains its physiological stability by adapting the parameters of its internal processes and systems to match the demands of the external environment (Sterling and Eyer, 1988). It is defined as a concept that refers to the negative consequences of the stress experienced by the person. Such negative effects accumulate over time, resulting in the production of hormones that trigger a cascade of adaptive events in the individual's metabolism (e.g., endocrinology, cardiovascular, immunological, or inflammatory problems), which can have serious consequences for the health of the person exposed to stress (Gonzalez-Mulé and Cokburn, 2015). These adaptive changes in metabolism lead to physiological wear (Patel et al., 2019), resulting in a negative relationship between the allostatic load and individual's psychological and mental health (Juster et al., 2010), resulting in persistent and disabling pain,

and chronic illness. Such consequences affect the lives of the people exposed to stress, of which entrepreneurs often belong. The persistent pains bring physical and psychological discomfort to the entrepreneur, who tolerates them by forgetting himself. According to Bissonnette et al. (2017), the entrepreneurs often forget the responsibility that they have towards themselves that of preserving and maintaining a good health.

For Wiklund et al. (2019), the negative effects due to the entrepreneurial environment and, in particular, those due to stress factors are still under-investigated regarding their impact on health. Not being able to disconnect and to take time off (not working time) is a typical problem of entrepreneurs that can lead to a health decline (Weinberger et al., 2018). The literature mentions physical aspects such as lack of sleep, lack of exercise, and unbalanced diet (Hessels et al., 2018; Fowle, 2019), as well as psychosocial aspects such as loss of control, altered self-image or disruption of social relationships (Bah and Gaillon, 2016; Fèvre, 2018; Madsen, 2018). A significant body of literature focuses on the quantity and quality of sleep as a key component of the entrepreneur's health (Guiliani, 2016). For Guiliani and Torrès (2017), sleep deprivation affects alertness and concentration, thus decreasing the ability to successfully complete the entrepreneurial project. Insomnia can have negative effects on health and is a factor increasing mortality risk (Vgontzas et al., 2010). Kollman et al. (2019) show a link between the degree of entrepreneurial experience and the type of insomnia: first-time entrepreneurs suffer more from direct insomnia, while more experienced entrepreneurs are more subject to an interference of their project in their private life that prevents them from resting and having a free mind.

Investigating entrepreneurship from a pathogenic perspective, Torrès and Kinowski-Moysan (2019: 172) consider suicide as "*the final stage of a suffering*". They also recognize "*other pathogenic aspects [that] can affect entrepreneurs, including burnout*". Burnout is defined by the WHO as "*a syndrome resulting from chronic stress at work that has not been*



*successfully managed*". This pathology refers to a state of exhaustion where one becomes cynical about one's work, questions one's self-worth, and doubts about the quality of one's own performance (Maslach et al., 1996). According to Freudenberger (1975), burnout is a psychological and physical disorder caused by a strong emotional workload that negatively affects the individual and generates a feeling of exhaustion and disengagement. Maslach et al. (1996) highlight three theoretical stages of burnout: (1) professional exhaustion (i.e., the psychological resources of a person have been exhausted to the point where there is nothing left to give of oneself); (2) depersonalization (i.e., work-related stress triggers a dysfunctional coping mechanism that causes workers to be distant and negative in their social relationships), and (3) diminished self-achievement (i.e., inability to provide an good performance at work). According to Shepherd et al. (2010), burnout jeopardizes the health of the business because the entrepreneur is unable to focus on the project due to chronic work-related exhaustion.

In their study of the long-term effects of stress, Lechat and Torrès (2016a) highlight the importance to distinguish between imposed stress (i.e., generated by the environment and from which the individual cannot escape) and chosen stress (i.e., resulting from a prior choice of the individual). Some stressors related to entrepreneurship are seen in the literature (Lerman et al., 2021) as challenge stressors (e.g., work overload, time constraints, high level of responsibility) and others as obstacles or hindrance stressors (e.g., administrative constraints, organizational politics). According to Lechat and Torrès (2016a), the structure of stress faced by entrepreneurs leaves more room for chosen stress than for imposed stress. This distinction moderates the negative impact of stress by considering the possible increase of entrepreneurs' job satisfaction in relation to challenge stressors.

### *2.3 The Salutogenic/ Positive Effects of Entrepreneurship on Health*

The consequences of entrepreneurship on health are not always negative. Recent research addresses this topic from the perspective of salutogenesis (Torrès et al., 2019; Gharbi, 2014), showing that entrepreneurial opportunities (Nikolova, 2019) and risk taking (Ayadi et al., 2017) can lead to improvements in the well-being and health of the individual. Torrès et al. (2019) study 37 salutogenic factors that increase the sense of coherence of the entrepreneur (Antonovsky, 1979; Debray et al., 2016) by promoting a perception of events as comprehensive (being able to understand, explain and anticipate events), controllable (having the resources to manage the project) and meaningful (having a system of values that gives meaning to one's project). Entrepreneurial salutogenesis is also based on optimism, which is more present among entrepreneurs than among employees (Trevelyan, 2008; Cossette, 2014), as well as on three other factors, self-confidence, hope, and resilience, which are an integral part of the psychological capital of the individual (Luthans et al., 2007). According to Kim et al. (2013), people who are highly involved in their professional role - which is often the case for entrepreneurs - pay more attention to their health and have a greater propensity for medical surveillance through cholesterol monitoring, scanners, and cancer detection. Research on eudemonic well-being (Frederickson et al., 2015) also shows that people with high goals in life are less prone to brain diseases and related mortality (Cohen et al., 2016; Hill and Turiano, 2014): they are less likely to develop Alzheimer (Boyle et al., 2010), to have a stroke or to develop a heart disease (Kim et al., 2013). According to this work, the pursuit of the entrepreneurial dream may contribute to increasing eudemonic well-being, with positive effects on the physical and mental health of the entrepreneurs (Ryff, 2019; Shir and Ryff, 2021; Stephan, 2018).

The literature on well-being distinguishes the hedonic vision (Diener, 2006), characterized by experiencing (i) pleasant emotions (happiness, joy, pleasure), (ii) a strong feeling of satisfaction, and (iii) little or no unpleasant emotions (anger, sadness, depression),

from the eudemonic vision, where well-being steams from the relationship between the nature of people's goals and the satisfaction of their basic psychological needs (Deci and Ryan, 2008). According to this last vision, individual well-being can be related to notions of realization of one's potential and self-determination, which can be enhanced by entrepreneurship (Ryff, 2019; Shir and Ryff, 2021). For Frederickson et al. (2015), the orientation of the entrepreneur in terms of well-being is an important factor that can explain the impact of entrepreneurship on health. According to this author, eudemonic well-being is more salutogenic than hedonic well-being. Shir and Ryff (2019) also argue in their work that the orientation towards eudemonic well-being can be considered as a factor that improves the health of the entrepreneur.

For Ryff (2019), the stronger propensity for eudemonic well-being of entrepreneurs is based on six dimensions influenced by entrepreneurial life: autonomy, self-acceptance, life purpose, environmental mastery, positive relationships with others, and personal development. Nikolova (2019) shows that the positive impact of entrepreneurship on health is more likely for entrepreneurs by opportunity (i.e., who embrace this career with the desire to create their own project and achieve fulfillment through it) than entrepreneurs by necessity (i.e., forced to go down this path because they cannot find wage employment).

## *2.4 A Dynamic Perspective on Entrepreneur's Health*

In the light of our literature review, the relationship between entrepreneurship and health appears to be complex, requiring further investigations to reconcile the sometimes contradictory results from prior studies. Our article aims to provide new empirical evidence on this relationship, by studying the entrepreneur's health from a dynamic perspective. Our goal is to analyze how the entrepreneur's attitude towards health evolves according to the phase of development of his/her project. Indeed, entrepreneurship involves many tasks whose nature may change over time during the creation, maturation, growth or sale of the company (Chen et

al., 1998; Shepherd et al., 2000; DeTienne, 2010). Our investigation builds on the vision of Shepherd (2015) who highlights the lack of research regarding the link between these different micro-activities and the health of the entrepreneur.

Understanding the dynamics of the entrepreneurship-health relationship requires to consider both the dynamics related to pathogenic aspects and that related to salutogenic factors. The pathogenic aspects are likely to get worse with the accumulation of stress, while the salutogenesis is characterized, according to Torrès et al. (2019: 11), by a “distinct dulling” over time. Thus, the entrepreneur presents euphoric traits in the first phases of the project, while he/she creates a new business and discovers new horizons. Then, over time, the routine wins over entrepreneur’s actions, leading to monotony (Torrès and Thurik, 2019). This dynamics over time suggests that the combined effects of salutogenic and pathogenic factors can be complex to predict, hence the need for specific investigations. The objective of our research is therefore to understand the relation between the evolution of the entrepreneurial project and the health of the entrepreneur by adopting a dynamic perspective on this link and by integrating the idea of evolution over time, during the different phases of the entrepreneurial project. To model these phases, we rely on the growth model of an entrepreneurial project considered from the angle of the organic growth of the business (Penrose, 1952), as a four-phase process (Greiner, 1972). These phases correspond to prelaunch, also known as ideation, launch, development, and maturity, to which we add an end phase, reflecting a situation of bankruptcy, sale of the company or business transfer.

### **3. Methodology**

Our research methodology is based on grounded theory (Glaser and Strauss, 1967). It relies on a qualitative survey consisting of interviews with French entrepreneurs. The

participants in the study were asked questions about the impact of their entrepreneurial project on their health and well-being. The data collection process based on interviews is justified by the exploratory nature of our research. This type of methodological approach allows getting reliable, sensitive, and valid information when one wishes to analyze new or not yet sufficiently understood phenomena (Frisch, 1999). According to the literature, the qualitative approach based on semi-structured interviews is particularly suitable to “answer questions that involve variables that are difficult to quantify, and to better understand emotions and human characteristics” (Seaman, 2008: 36). The advantage of using a qualitative methodology in our study is to allow entrepreneurs to express themselves freely on the subject (Michelat, 1975), without being confined to a perimeter of ideas defined in advance by the researcher (Bouillon and Paraschiv, 2020). Our data collection respects the criterion of thematic saturation, implying that the interviews were stopped when the comments collected became redundant, no longer allowing the emergence of new themes (Low, 2019).

### *3.1 The Profile of the Respondents*

Sixteen entrepreneurs participated in the study. The participants were recruited through business incubators and regional associations whose aim is to assist in the creation and strategic development of entrepreneurial projects. The goal of this recruitment procedure was to get a panel of respondents as varied as possible. No criteria related to, for example, age, type of business, stage of development of the entrepreneurial project, or financial situation of the business was imposed to the participants. Given the theoretical difficulty of precisely defining the entrepreneur (Gartner, 1988), we rely, in this article, on the definition proposed by Gorgievski and Stephan (2016). Our sample is thus made up of owner-managers, business founders, and self-employed people, “as opposed to people employed by others, or the unemployed” (Gorgievski and Stephan, 2016: 439).

Table 11 summarizes the profile of the respondents. Ten participants were men and six women. The age of the respondents varied between 20 and 62 years. Among the interviewed entrepreneurs, eight were first-time entrepreneurs and eight multi-entrepreneurs. Entrepreneurial projects were at different phases (ideation, launch, development, maturity, end) and belonged to various fields of activity (trade, export, IT development, personal services, consulting, e-commerce, online betting, etc.). For about half of the entrepreneurs, the break-even point of their business had not yet been reached (project in the ideation phase, launching or, possibly, in development). Table 1 also provides detailed information regarding the status of each project.

**Tableau 11.** The profile of the entrepreneurs who participated in the study

Respon- dent	Gender	Age	Entrepreneu- rial Experience	Field of Activity	Project Phase	Details on Project Status
R1	Man	25	Multi entrepreneur	Online sales	Launch	Beginning of activity, customer prospecting, project to create a physical sales outlet. Break-even point not reached.
R2	Man	25	Multi entrepreneur	International resale of luxury goods	Development	Break-even point reached less than a year ago. Development of the activity in Asia underway.
R3	Man	50	First-time entrepreneur	Training for adults	Ideation	Not yet registered activity. Business model development, market study in progress. Break-even point not reached.
R4	Man	20	First-time entrepreneur	Consulting	Development	Entry into business incubator, search for <i>business angels</i> underway, first contract signed. Break-even point not reached.
R5	Woman	38	First-time entrepreneur	Mobility in companies	Development	Break-even point reached within the last year. Regional customer prospecting.
R6	Man	20	First-time entrepreneur	Medical interim	Launch	Break-even point not reached. Search for <i>business angels</i> , development of the network of service providers.
R7	Woman	24	First-time entrepreneur	Mobile application	Development	Break-even point not reached. Development of the business model and strategic segmentation.
R8	Man	62	Multi entrepreneur	Food trade	End	Business sold with high profits, reconversion to a non-entrepreneurial activity (teaching/continuing education)
R9	Woman	33	Multi entrepreneur	Anti-street assault mobile application	Development	Break-even point reached more than a year ago. National partnership with a large company, international prospecting.
R10	Man	27	Multi entrepreneur	Computer Science	Development	Break-even point reached more than a year ago. National customer prospecting.
R11	Woman	39	Multi entrepreneur	Driving schools	Maturity	Break-even point reached more than five years ago. Plans to open a fifth branch.
R12	Woman	40	First-time entrepreneur	Beauty salon	Launch	Break-even point not reached. Search for <i>business angels</i> in progress, development of the network of service providers.
R13	Man	24	Multi entrepreneur	Online betting site	Development	Break-even point not reached. Fund raising for international development.
R14	Woman	35	Multi entrepreneur	IT development	Maturity	Break-even point reached more than ten years ago. International recognition, international customer acquisition.
R15	Man	58	First-time entrepreneur	Personal assistance	Launch	Break-even point not reached. Search for <i>business angels</i> in progress, development of the network of service providers.

R16	Man	39	Multi entrepreneur	Mobile nutrition application	Development	Break-even point reached more than five years ago. Partnership with major pharmaceutical companies, development of strategic business segments abroad.
-----	-----	----	--------------------	------------------------------	-------------	--



## *3.2 The Organization of the Interviews*

The interviews, which lasted about one hour on average, were individual and took place between January and March 2021 by videoconference. The use of videoconferencing tools made it possible to overcome geographical and organizational constraints, while respecting the health restrictions in place in France during this period, on one hand, and preserving a direct contact and exchange between the respondent and the interviewer, on the other hand. Given the health-related topic of our study, the Covid context could be a potential factor of influence causing a decrease in respondent's health status. To avoid such a bias in data collection, we only selected for the survey people who had not experienced hospitalization or any other serious effect related to Covid during the period. Because the wide access to Covid diagnostic tests was guaranteed relatively late in France, one cannot completely rule out the possibility that an undiagnosed Covid may have influenced the fatigue state experienced by the respondents. However, our control allowed us to avoid the possible bias due to severe Covid cases.

The interviews were based on a semi-structured interview grid, which was identical for all participants. Respondents were asked questions about the perceived impact of their entrepreneurial project on their health and well-being. The main themes were the following: (1) the constraints related to the project and their impact on well-being, (2) the influence of the project on health and how this influence evolved over time, and (3) the main concerns regarding the project and the way of managing these concerns. After being recorded, the interviews were transcribed and validated by each respondent, before being analyzed.

## 4. Analysis and Results

The processing of the data collected from the entrepreneurs was based on the construction of items through a content analysis in accordance with the analytical approach underlying the grounded theory framework (Glaser and Strauss, 1967; Strauss and Corbin, 1990; Mbengue et al., 2014). Respondents' answers were processed and classified using an inductive approach involving the search of emergent ideas through a data coding process, with the items then organized into categories and subcategories. The data reading was both vertical (i.e., focusing on the answers of each respondent) and horizontal (i.e., focusing on the emergent themes, while integrating the sayings of each respondent). Following the method proposed by Baumard et al. (1999), our analysis involved an initial processing phase based on skim reading, followed by a systematic analysis phase (classification), and an interpretation phase (validation of results).

The analysis of the interviews highlighted two main results which are presented below. They concern (1) the impact of the entrepreneurial project on the entrepreneur's well-being and health based on pathogenic and salutogenic aspects, and (2) the evolution of entrepreneur's attitude towards health over time.

### *4.1 The Impact of the Entrepreneurial Project on Entrepreneur's Well-being and Health*

The analysis of the interviews shows, first of all, the close relationship between the evolution of the entrepreneurial project and the health and well-being of the entrepreneur. Thus, Respondent 7 explains that the evolution of the entrepreneurial project "*affects my mental, which in turn affects my physical health*", while for Respondent 9, the different stages of the

project “*are challenges, they are quests that will have a direct impact on my mental and my physical health*”. Respondent 2 also mentions his fears about health: “*I am mentally tired, I am afraid of being sick, that it will affect my health*”. Although both aspects of health, physical and mental, are present, their place in respondents’ answers is not identical. Thus, the impact of the entrepreneurial project on entrepreneur’s physical health appears to be indirect (“*affects my physical health*”, “*I am afraid of being sick*”), as a consequence of the direct impact that the failures and successes associated to the project exert on the mental state of the entrepreneur (“*affects my mental*”, “*I am mentally tired*”). The fluctuation of the entrepreneur’s well-being has “ups” and “downs” reflecting the “ups” and “downs” of the project, as illustrated by Respondent 4: “*In the bad moments, it goes badly, you're in a bad mood, you're angry against yourself, you're in a black hole, and then in the good moments, everything goes well, you're smiling from ear to ear, you're in a dream. This has a strong impact on my well-being, and, I would even say, on my mental health.*”

Regarding the impact of the project on well-being, all respondents, without exception, declare that they experience a higher level of happiness because of the freedom and self-satisfaction provided by being an entrepreneur. This result attests to a strong salutogenesis. Many respondents also emphasize the fact that their project offers the opportunity to express their creativity and their ideas, and to “*live in alignment with their values*”, as emphasized by Respondent 5.

The pathogenic aspect is also present. Stress appears in respondents’ discourse as a central element in explaining the impact of the entrepreneurial project on the entrepreneur’s health (“*I was stressed all the time*”, “*because of stress*”, “*I have my anxiety level raising*”). Most respondents recognized both the recurrent nature of stress (R4: “*It can cause stress*”; R14: “*There are some periods when I experience big stress*”) and its intensity (R8: “*There is a powerful stress*”). When discussing what entrepreneurship means to him, Respondent 4

explains: *"Being an entrepreneur is like being an athlete, you must surpass yourself, move forward, continue, do better. You must keep going, keep going despite the stress and the fear. (...) You have no one to guide you. You really must deal with the fear and move forward without letting it take over the project."* This shows that the stress and uncertainty regarding the future are seen by the entrepreneur as inseparable facets of entrepreneurship, which need to be accepted and managed every day. It is interesting to note that the entrepreneur may feel anxiety not only about a possible failure of the business, but also about a possible success coming too fast. Thus, Respondent 9 explains: *"Sometimes, I am afraid that it will work too well. I'm anxious, because if it works, it works too well, more responsibilities, more things to manage..."*.

A closer analysis of the interviews shows that the stress associated to the project is not always perceived negatively by the entrepreneurs. Thus, Respondent 5 explains *"it's a good stress"*, a view shared by Respondent 7 (*"it's an asset, the good stress"*) and Respondent 16 (*"I feel good, with stress, challenges and fears"*). We thus observe in the discourses of some entrepreneurs, a positivation of stress, although the notion of "good stress" is difficult to defend empirically insofar as studies highlight that stress, especially when it affects the individual on the long term, has an undeniably negative impact on health (Patel et al., 2019; Torrès, 2012). However, this positive perception can be explained by the fact that the stress that entrepreneurs face is often a chosen stress and not an imposed one (Lechat and Torrès, 2016a).

In conclusion, our analysis confirms that the two aspects, salutogenic and pathogenic, are both present in respondents' discourses. The entrepreneurs who participated in the study acknowledge the omnipresent nature of stress, while accepting it as an integral part of their professional life. At the same time, the presence of stress does not prevent the entrepreneur from considering that entrepreneurship has a salutogenic impact on well-being, as illustrated by Respondent 4: *"I have a strong increase in well-being despite the fears, the stress..."*

## *4.2 The Evolution of Entrepreneur's Attitude towards Health during the Project*

Our analysis of the link between the evolution of the project and the health of the entrepreneur reveals a progression in several phases of entrepreneur's attitude towards health. We thus distinguish four phases that characterize the dynamic evolution of the entrepreneur's attitude: (1) a phase of denial, (2) a phase of breakdown, (3) a phase of awareness, and (4) a phase of action. Each of these phases will be briefly presented below. Table 12 summarizes entrepreneurs' attitude towards physical and mental health in each phase, highlighting the main items that emerged from the analysis of respondents' answers.

**Tableau 12. Evolution in Phases of Entrepreneur's attitude towards Health**

<b>Phase</b>	<b>Entrepreneurs' relationship with physical and mental health</b>	<b>Items (occurrences)</b>
Denial	Mental health: Mental overload Physical health: Ignored body	Work that never ends (10) Spending own life at work (7) Hard work (6) Working late at night (6) Non-priority body (4) Ignored pain (2) Feeling like a robot (1)
Breakdown	Mental health: Mental fatigue that adds up and leads to mental breakdown Physical health: Physical fatigue that adds up and leads to physical breakdown	Difficulty to disconnect from the project (12) Worry (12) Fatigue (5) Difficulty to sleep (4) Depression (3) Burnout (3) Lack of sleep (2) Insomnia (2) Weight loss (2) Weight gain (2) Emotional eating and bulimia (2) Despair (2)
Awareness	Mental health: Listening to the needs of the mind Physical health: Listening to the needs of the body	Search for balance (5) Refocusing on oneself (3) Listening to one's body (2) Business in secondary position (1)
Action	Mental health: Keeping a healthy mind (rest, leisure, social life) Physical health: Keeping the body healthy (sport, diet, etc.)	Doing sport (10) Respect of time with family/friends (7) Respect of non-work time (6) Respect of rest time and recreational activities (4) Work-life balance (4) Respect of meals (4) Respect of the quality of meals (4) Healthy living (3) Meditation (3) Respect of sleeping time (2) Respect of the quality of sleep (1) Respect of holidays (1) Acupuncture (1)

**Note.** The last column of the table presents the items identified following the analysis with, in brackets, the number of occurrences corresponding to each item, based on all respondents.

### *4.3 Phase of Denial*

The analysis of the interviews highlights an initial phase of total investment of the entrepreneur in the business project. During this phase of denial, the entrepreneur, totally focused on the project's success, completely disregards personal health issues. Respondents

explained: “*I could work until 2 or 3 in the morning*” (R13), “*I was spending my life at work*” (R11), “*...intense rhythm of work; my body was put in priority 2*” (R8), “*I was out of my head ..., I was like a slave*” (R9). Entrepreneurs’ attitude towards physical health during this phase can be described as complete indifference, with physical warning signs neglected when they were not strong enough (R1: “*I think less about the pains I might have*”). However, this sustained working rhythm is not without consequences on health, although the entrepreneur chooses to ignore these consequences. The sayings of Respondent 8 illustrate the negative impact of the project on health and well-being: “*Of course, when you have to work like a mule with weeks that don’t come to an end, then we’re not talking about well-being anymore. It hurts physically, you’re in ‘I have to go all the way’ mode, not in a positive mode, but in a warrior mode*”.

This phase of denial is described by the respondents through items such as “*work that never ends*” (10 occurrences), “*spending one’s life at work*” (7 occurrences), “*intense work*” (6 occurrences), “*working late at night*” (6 occurrences). This work overload translates into a mental overload because of the project that weighs heavily on the entrepreneur’s mental health and has major effects at physical level: “*non-priority body*” (4 occurrences), “*pain ignored*” (2 occurrences), “*feeling like a robot*” (1 occurrence). Referring to this mental overload, Respondent 4 explains: “*I can’t afford anymore to watch heavy, black reports on TV or documentaries. I have enough heaviness in my day. Whereas before I could watch such documentaries without worrying. I need to clear my mind by watching silly things.*” One can see that the entrepreneurial project profoundly affects the psychological state of the entrepreneur, who finds it difficult to disconnect.

## 4.4 Phase of Breakdown

This 100% investment of the entrepreneur in the project often leads to a breakdown phase, which can be physical and/or mental. The health of the entrepreneur is influenced by the continuous stress of the entrepreneurial project, which affects physical and psychological well-being. At psychological level, we observe the difficulty to disconnect from the permanent mental load linked to the project (R2: *"the brain that goes round and round with the impossibility to quit"*) and the presence of moments of despair (R9: *"sometimes I have tetany attacks, lots of tears"*) associated to the fear of failure (R1: the fear *"of not being up to the task and of having a lack of skills"*, R2: *"the fear of the project's inadequacy in relation to the market"*).

At physical level, one can note sleep problems such as R16: *"I don't sleep enough because of stress"*, R2: *"I have great difficulty with sleeping, experience insomnia"*, R5: *"sleep problems, annoyance, irritation"*, R10: *"I used to get up at night, write things down, it was all over the place"* or R11: *"stress, insomnia, bulimia attacks sometimes. I used to have a lot of insomnia; I was stressed all the time"*. Sleep appears in the discourses through several complementary dimensions such as "lack of sleep", "difficulty to sleep" or "insomnia". Respondent 16 explains the direct effect of stress on these aspects: *"I don't sleep enough because of the stress, that's the difference with the employees, it's never over"*, a point of view also shared by Respondent R7 who explains that the project *"is a source of stress, constant thoughts and questions that follow one another, and I can find myself unable to sleep"*.

Several respondents also mentioned the gains or losses of weight, as, for example, Respondent 6: *"I put on a bit of weight"* or Respondent 8: *"I had lost about ten kilos, intense working rhythm. No sport, too tired. But given the fatigue, I couldn't do any"*. Respondent 9 also describes a situation of chronic fatigue that impacts health: *"I had no energy left... I lost*



*weight; I couldn't eat. I was out of my head.*” The consequences in terms of health, which are relatively smooth at first, can fast become serious, with episodes of depression, as in the case of Respondent 14 (*"The lack of consideration for entrepreneurs is really a nightmare, to the point where I go crazy. I had a small breakdown"*), or burnout, like Respondents 9, 11 and 13. The physical breakdown phase in the form of burnout is not always present, but negative effects on health appear almost systematically, as is the case for Respondent 5 who explains: *I had "worries, but not to the point of taking medication or going to the psy"*. When the moment of breakdown arrives, it is often significant (R9: *"I thought my world was falling apart"*) and forces the entrepreneur to question oneself, which results in a refocusing on personal health.

## 4.5 Phase of Awareness

When facing physical and/or mental breakdown, the entrepreneur becomes aware that to be able to resist in entrepreneurship in the long run and to successfully complete the project, a change of attitude towards health is necessary. Thus, Respondent 13 explains: *"I have made progress, I have a balanced life now ... I had a burnout. Now, I am really paying attention"*. This need of the entrepreneur to rebalance life priorities involves a need to better know oneself and one's limits. Respondent 2 stresses the importance of listening to one's body through introspection: *"I have to stop thinking about business and focus on myself, do some introspection, get to know myself better"*. During this awareness phase, the entrepreneur has a change of attitude towards health. Health is recognized as a key factor on which depends the success of the project. This awareness (R4: *"It's important to take care of your body"*) can go as far as reversing the priorities between health and the project, as illustrated by Respondent 11: *"During the last year (...), I have taken my life in charge. The company became secondary..."*. This attitudinal shift is often associated with a particular moment, which may correspond to an identified episode of physical breakdown (R13: *"I had a burnout"*; R14: *"I*

*had a breakdown") or other significant events at psychological level (R11: "My mother fell ill, and I couldn't stand it anymore. You say to yourself, wait a minute, there's more to life than work. At your age you look like crap, you don't see your family...").*

The analysis of respondents' interviews shows that this awareness phase is reflected through items like the recognition of the importance of "*looking for balance in life*" (5 occurrences), "*refocusing on oneself*" (3 occurrences), "*listening to one's body*" (2 occurrences) and "*placing one's business in a secondary position*" in one's list of priorities (1 occurrence).

## *4.6 Phase of Action*

The awareness phase is followed by an action phase during which the entrepreneur adopts conscious strategies to regain and maintain a good physical and mental state (R11: "*I have started to change*"; R13: "*Now, I pay attention to the quality of my sleep and my meals*"). This change through action aims at a better lifestyle and a better work-life balance. Respondents' comments highlight two areas of action, sport, and nutrition, which are often invoked together. Sometimes, entrepreneurs rely on the help of professionals. Thus, Respondent 4 explains the use of a coach and a nutritionist: "*I do a lot more sport than before. I need it, it makes me feel good! I feel disconnected after sport. I took a coach and a nutritionist*", while Respondent 5 explains the decision to join a sports club: "*It allowed me to join a sports club. I was amazed when I realized how much it is like a tool, a stress relief, a moment when I could listen to radio programs.*" The verbatims show that sport is for the entrepreneur a means to disconnect from the mental load related to the project ("*I feel drained*", "*it's a release*", "*it's a tool*"; "*I need it, it makes me feel good*"). Nutrition appears to be a complementary tool that enables the entrepreneur to maintain an optimal health allowing dealing with the fast-working rhythm imposed by the project. The need to ensure a healthy lifestyle through sport and a balanced diet appears in most of the interviews. This is the case,

for instance, for Respondent 9 who explains: *"I have a very healthy lifestyle, I take cold showers every morning, I eat very well, healthily"*, Respondent 10: *"I continue to do sport. It's more the Covid that stopped me in taking care of my health. I do my little bag of apples every morning, I run..."*, and Respondent 15: *"My health is much better, I'm losing weight, the fact that I'm creating something gives me a crazy dynamic. In the morning, I get up, I do my sport, I do my little balanced meal. I eat there using the microwave."*

Other actions directed towards a reduction of entrepreneurs' mental load related to the project include meditation (R4: *"I started meditation, it was unknown to me before"*), acupuncture sessions (R15: *"stimulating acupuncture points"*), recreational activities (R4: *"I watch TV, stupid stuff, I try to release the pressure"*), taking self-imposed holidays, setting up a work-life balance, keeping time for oneself, or imposing sleeping time (R12: *"as soon as I can sleep, I sleep"*). The management of extra-professional time thus emerges as a priority to preserve the health and the well-being of the entrepreneur in the long run. The analysis of the interviews allows distinguishing different classifications of time, with sleeping time, leisure time, time for oneself, time for family and friends, free time, holidays, etc. The entrepreneur's work-life balance is often achieved through self-imposed limits on working time, as explained by Respondent 11: *"Now, when I go home, I don't work. I am off once a week, I don't go to the office, I take care of myself... As far as health is concerned, I do sport, I try to evacuate by saving a little time for myself (something I didn't do before), to clear my head"*.

This four-phase analysis of the evolution of entrepreneurs' attitude towards health allows a better understanding of the pathogenic and salutogenic dynamics over time. Thus, in the denial phase, the pathogenic effect is present, but it's dominated in intensity by the salutogenic effect. In the breakdown phase, the salutogenic effect is no longer strong enough to counteract the pathogenic effect, as the latter becomes more and more important. This phase is therefore characterized by a dominance of pathogenic factors in respondents' health-related

evaluations. A phase of awareness then follows, in which the entrepreneur understands the need to control the pathogenic effect and reduce it to an acceptable level in the long term. The strategies adopted by the entrepreneur in the action phase are directed toward this rebalancing objective. It is interesting to note that although the age of the entrepreneur has no impact on these four phases, the level of profitability of the business seems to play a role: the entrepreneurs whose projects have been profitable for several years verbalize a more positive impact of their project on their health.

## **5. Discussion**

Our study allowed to enrich entrepreneurship literature by highlighting the strong relationship between the evolution of the entrepreneurial project and the well-being of the entrepreneur, as well as the consequences in terms of mental and physical health. Our contribution to prior literature is twofold. First, we have shown that entrepreneur's attitude towards health is not stable, but evolves over time, reflecting the evolution of the project. This result reconciles contradictory findings from the literature regarding the pathogenic/negative (Patel et al., 2019; Stephan et al., 2020) or salutogenic/positive (Torrès et al., 2019; Nikolova, 2019; Ryff, 2019) impact of entrepreneurship on entrepreneur's health. Thus, our analysis shows that entrepreneurship may have, for the same entrepreneur, both negative and positive effects on health, depending on the moment when the entrepreneurship-health relationship is considered. On this point, our work extends the work of Torrès and Thurick (2019) who focus on the consequences of entrepreneurship on entrepreneurs' health through the prisms of pathogenesis and salutogenesis. Our work confirms the observations of Torrès et al. (2019) regarding the decrease in salutogenic effect during the entrepreneurial process, also showing

how the entrepreneur reacts by implementing actions to deal with this decrease and preserve health and well-being in the long run.

Second, the analysis of respondents' points of view enabled us to identify an evolution in phases of entrepreneur's attitude towards health. Four phases were identified, corresponding to denial, breakdown, awareness, and action. The analysis of the interviews highlighted which items regarding entrepreneurs' physical and mental health were specific to each phase, as well as the behaviors that can degrade or promote good health. In particular, our analysis showed the actions implemented by the entrepreneur to preserve health state and well-being, to increase them, and to anchor them in the long term, thus favoring the success of the entrepreneurial project. Kollmann et al. (2019: 695) already pointed to the importance of an equilibrated work-life balance, while emphasizing "*the notion of recuperation outside working hours [which] is particularly important for entrepreneurs*". Our results further highlight the need to adopt a healthy lifestyle involving a better time equilibrium between the different personal and professional facets of entrepreneurs' lives. We also provide insights regarding the most important factors to consider in each of the four stages of denial, breakdown, awareness, and action. The adoption by the entrepreneur of preventive actions aimed at a better lifestyle thus appears as essential for the sustainability of the project.

## *5.1 Managerial Insights*

Our results have important managerial implications for entrepreneurs, management schools, consultants, and business incubators. While previous research focused on the subjective well-being of the entrepreneur and its factors of influence, our study focused primarily on the means and strategies used to counteract the pathogenic effects of entrepreneurship and thus increase entrepreneurial well-being and make it sustainable. Our results showed how important it is for entrepreneurs to pay attention to their lifestyle and not

to underestimate the negative impact that a lack of sleep, an unbalanced nutrition or too much time investment in the project could have on health. They warn against the self-forgetfulness that could be caused by the professional conditions specific to entrepreneurship, which may lead the entrepreneur to excessive psychological and physical fatigue that could turn into burnout (Shepherd et al., 2010; Lechat and Torrès, 2016b). The experiences verbalized by the participants in the study provided real-life examples of what could lead to entrepreneurial or private life failures. These situations can help entrepreneurs to better understand, manage and apprehend the phases they face. By better anticipating the fluctuations of their physical and psychological state, they can be better prepared to react adequately in order to achieve optimal functioning of their capacities in the long run and limit the decline of their well-being.

As Gharbi (2014) points out, a salutogenic dimension is provided to entrepreneurs through support structures (business incubators, virtual support structures, academic and scientific incubators) that provide them with beneficial and salutary social support for their well-being (Bouillon and Paraschiv, 2020). Our results suggest that these institutions should implement more regular prevention and coaching seminars in relation to entrepreneurs' health as part of their training, to compensate for the lack of social and psychological resources that entrepreneurs may suffer from. The use of nutritionists and sports coaches could thus prove beneficial in the context of information seminars aimed at preparing entrepreneurs to better manage the evolution of their health during their project. By being better informed upstream about the dynamics of the entrepreneurship-health relationship, entrepreneurs could better anticipate behaviors that are negative for their well-being and health during their business creation process and thus avoid some of the physical and psychological complications that may arise. Our work also supports Gharbi (2017)'s point of view about the necessity to move beyond the era of technical aids alone. Entrepreneurs need, indeed, emotional and psychological support in the form of resources that are adapted and adaptable to their personal needs.

Some health professionals, both medical and non-medical, could also use the results of our research to better assist their patients or clients among entrepreneurs in managing their health and well-being. By better understanding how entrepreneurs react over time in relation to health, they could more easily diagnose and treat some psychological (burnout, behavioral disorders) and physical (deficiencies, heart disease, recurrent fatigue) conditions. New therapies - discussion groups, psychological follow-up, regular check-ups - could be set up with the help of these professionals, in coordination with their patients among entrepreneurs, to help the latter, fight the negative effects arising from too much time and too much mental investment in their project. These structures could build on the field work of the Amarak Observatory (Torrès, 2016; Torrès and Kinowski-Moysan, 2019) and the Occupational Health and Prevention Service (PRESANSE Occitanie), which together created the “Amarok e-santé” device, the first digital tool dedicated to the health of managers in the form of a web interface, designed to assess the burnout rate of company founders and CEOs.

## *5.2 Limitations and Paths for Future Research*

By highlighting the dynamic relationship between entrepreneurs’ health and the evolution of their project, our research has enriched existing entrepreneurial literature on the topic. However, our study is not without limitations, calling for future research, whose aim is to open new avenues of reflection regarding entrepreneurs’ health and well-being.

First, our analysis was based on interviews with a small number of entrepreneurs. Our choice of qualitative methodology allowed us to uncover a vision that was as close as possible to the situation experienced by the entrepreneurs in the field, giving respondents the opportunity to express themselves freely about their health and well-being. This allowed us to identify items reflecting the psychological state of the respondents with much more precision than if we had used a questionnaire with more structured questions. However, our observations

could be completed by quantitative surveys on representative samples of entrepreneurship in France. The quantitative approach appears to be particularly suitable to better assess the evolution of entrepreneurs' attitude towards health and its factors of influence, by studying, for example, the explanatory role of variables such as geographical location, age, gender, being a first-time vs. an experienced entrepreneur or the financial situation of the business. This type of future research could be enriched by a comparison of entrepreneurship in different sectors of activity.

Another potential limitation of our study of the dynamics of entrepreneurship-health relationship is that it was conducted during the Covid period. This period may be itself a source of negative health effects, especially if the entrepreneur has been seriously ill or hospitalized. In our data collection, we took precautions to control for this aspect (1) by excluding from the start of the data collection those people who were heavily affected by the virus and (2) by using an interview grid that focused on the health effects directly related to the entrepreneurial activity, two aspects that appeared as closely related based on the answers provided by the respondents. Regarding Covid, the respondents mentioned it during the interviews essentially from the angle of uncertainty (R4: "*with Covid it was not easy*") or from the social angle (R9: "*we have no social life at the moment with the health crisis*"; R13: "*I am not bad at human contact, Covid may have made me lose a little, but it will come back afterwards*"), and not in direct relation to health. However, it may be interesting for future research to confirm our findings through an analysis of entrepreneurship-health relationship outside the Covid period.

Another possible criticism of our research is that it was based on narratives that sometimes mixed present and past effects. Indeed, the same entrepreneurs discussed several phases through which they had passed, which implies a mix, in some discourses, between the present situation and memories. Our results may thus be potentially affected by a recall bias. In this respect, however, it should be noted that the phases of denial, breakdown, awareness



and action were not the starting point of our work but emerged from our analysis when questioning entrepreneurs about entrepreneurship-health relationship. These phases could nevertheless be the starting point of a new data collection in the future, based on larger samples to facilitate comparison. A longitudinal analysis over several years would be particularly suitable for investigating the subject in greater depth and could, moreover, help to better identify the positive long-term effects of an improvement in the entrepreneur's lifestyle, both on personal health and on the economic health of the company.

Future research could also focus on the effects that the four-phase development of the entrepreneur's attitude towards health has on the spouse and close relatives. How do relatives react to the fluctuations in entrepreneurs' well-being and mood? How do spouses deal with and understand variations in the health of the person whose life they share? What strategies or actions are put in place by entrepreneurs' family members to adapt to these different phases? Does the spouse of an entrepreneur see his or her life impacted in the same way depending on whether the entrepreneur is a man or a woman? All these questions are paths for future research that it could be interesting for researchers to address. Such future topics of research could play an active role in raising awareness about entrepreneurs' health and encourage society to take a closer interest in these leaders who have an essential role to play by participating in national and international economic life.

# CHAPITRE 4

# Légitimité de l'Entrepreneur : par-delà les Jugements Sociaux, le Bien-Etre Social<sup>14</sup>

**Stéphanie Heichelbech**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Corina Paraschiv**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Carine Boiteau**

LIRAES, UNIVERSITE PARIS CITE

**Résumé :** Dans un contexte économique difficile, les entrepreneurs doivent lutter afin de pérenniser leur société et disposer d'une assise reconnue dans leurs secteurs d'activité ainsi qu'auprès des parties prenantes de leurs projets. Pour ce faire, il leur est nécessaire de construire leur légitimité propre et celle de leur entreprise grâce aux résultats financiers de celles-ci, mais également par le truchement des jugements sociaux. Notre travail présente une étude qualitative basée sur 17 entrepreneurs français menée en 2021 et met en lumière les liens existants entre les jugements sociaux, la construction de la légitimité de l'entrepreneur et l'évolution de son bien-être social, tout au long du processus entrepreneurial. Notre étude souligne les impacts positifs et les impacts négatifs de ces jugements sociaux sur le bien-être social des entrepreneurs.

**Mots clés :** Bien-être, entrepreneuriat, légitimité, légitimation, jugements sociaux

**Abstract:** In a difficult economic context, entrepreneurs have to fight for their company to be sustainable and to be recognized in their activity sectors as well as by their projects stakeholders. To do so, they need to build their own legitimacy and the legitimacy of their companies not only through financial results, but also through social judgments. Our paper presents a qualitative study based on 17 French entrepreneurs, conducted in 2021. It highlights the links between social judgments, the construction of the entrepreneur's legitimacy and the evolution of his or her social well-being, throughout the entrepreneurial process. Our study underlines the positive and negative impacts of these social judgments on the social well-being of entrepreneurs.

**Keywords:** Well-being, entrepreneurship, legitimacy, legitimation, social judgments

---

<sup>14</sup> Ce chapitre est basé sur un « short paper » qui a été accepté pour présentation au *XIIIème Congrès de l'Entrepreneuriat et de l'Innovation* à Strasbourg en juin 2023.

# 1. Introduction

L'entrepreneuriat ne cesse de se développer en France et ce malgré la crise du Covid 19, ses conséquences économiques, l'incertitude des marchés européens et la crise énergétique actuelle. En 2021, 995 000 entreprises ont été créées, ce qui représente une hausse de 30% en un an (INSEE, 2022)<sup>15</sup>. Ces jeunes structures devront lutter afin d'être pérennisées et de disposer d'une assise reconnue dans leurs secteurs d'activité, auprès de leurs partenaires financiers, mais également dans le monde des entreprises. Les premiers au front dans ce combat sont les entrepreneurs, qui doivent à travers les résultats de leurs projets non seulement gagner la légitimité de leurs entreprises mais également leur propre légitimité en tant que dirigeants, générateurs de valeur ajoutée et créateurs d'amplificateurs économiques (Zimmerman et Zeitz, 2002 ; Suddaby et al., 2017).

La légitimité entrepreneuriale est un concept clé en matière de création d'entreprise (Suchman, 1995 ; Zimmerman et Zeitz, 2002 ; Fischer, 2020), elle représente un terrain de recherche mais également un lieu de débat moral et politique (Marchesnay, 2020). Les entrepreneurs se trouvent dans une position – qui peut être vécue comme peu confortable - entre injonction d'efficacité et débats portant sur la légitimité de leurs actions. Cette légitimité tant recherchée passe par les jugements sociaux qui proviennent des parties prenantes du projet (Pailot et al., 2015 ; Vial et al., 2016), voire de la sphère entrepreneuriale en général et de la sphère privée. Ces mêmes jugements sociaux, impactent de façon positive et ou négative la renommée, l'image et la reconnaissance de l'entrepreneur au niveau social (Bitektine, 2011) tout en entraînant des conséquences sur le bien-être social de celui-ci.

---

Etude reprise par Forbes le 22/11/2022 : <sup>15</sup> <https://www.forbes.fr/entrepreneurs/quel-est-letat-de-lentrepreneuriat-en-france-en-2022/>

Depuis quelques années seulement, les chercheurs en sciences de gestion, s'intéressent au bien-être de l'entrepreneur (Wiklund, 2019 ; Nikolova, 2019 ; Stephan, 2018). La littérature scientifique existante compte des travaux étudiant le bien-être de l'entrepreneur sous différents angles : santé mentale et physique (Torrès et al., 2019 ; Patel et al., 2019), bien-être psychologique (Ryff, 2019 ; Hmieleski et Carr, 2007), situation géographique (Abreu et al., 2019), accès aux ressources (Marshall et al., 2020).

Les travaux en entrepreneuriat autour de la légitimité sont nombreux et abordent la légitimité sous différents angles : la légitimité des repreneurs d'entreprises (Mazari et al., 2020 ; De Freyman, 2019), le rôle de l'incubateur dans l'acquisition de la légitimité de l'entrepreneur (Messeghem et Sammut, 2010), la légitimité des femmes entrepreneures (Pailot et al., 2015), la légitimité entrepreneuriale en regard des jugements sociaux (Kasperova, 2021 ; Kibler et al., 2015). Cependant aucune étude concernant la légitimation entrepreneuriale et son impact sur le bien-être social du créateur d'entreprise n'a été menée (Stephan et al., 2020).

Notre article présente ici, une approche originale dans le sens où nous y étudions le bien-être de l'entrepreneur et l'évolution de sa légitimité en corrélation avec les relations sociales (Shir et Ryff, 2021) et ce au cours du processus entrepreneurial à travers une étude empirique qualitative menée auprès de 17 entrepreneurs français. Pour cela, nous adoptons une démarche dynamique de la légitimation de l'entrepreneur en quatre phases (Heichelbech et Paraschiv, 2022) : idéation, lancement de l'activité, développement et enfin maturité du projet. Chacune de ces quatre phases est liée à une étape de la construction de la légitimité et à des effets positifs ou négatifs sur le bien-être social des entrepreneurs.

Notre article s'organise en trois temps. Premièrement, à travers une courte revue de littérature, nous présentons notre cadre théorique : après la présentation de la légitimité et de son importance pour l'entrepreneur, nous nous attardons sur les interactions entre les jugements sociaux et le bien-être social de l'entrepreneur. Deuxièmement, nous présentons la

méthodologie qualitative de notre recherche. Troisièmement, nous présentons et discutons les résultats de notre étude qui font ressortir la concomitance des quatre phases du processus entrepreneurial avec les quatre phases de la légitimation de l'entrepreneur.

## 2. Revue de littérature

Le concept de légitimité peut être défini de manières différentes selon la discipline de la recherche effectuée (De Freyman et al., 2021). Pailot et al. (2015), définissent la légitimité entrepreneuriale comme résultant de la reconnaissance de l'entrepreneur par les parties prenantes et annexes de son projet. Zimmerman et Zeit (2002) expliquent que cette légitimité occupe un rôle important voire central dans le processus de création d'une entreprise et va conditionner son succès en lui donnant accès aux ressources nécessaires, quelles qu'elles soient (Nagy et al., 2012).

Pour Fisher (2020) la légitimité entrepreneuriale est un procédé complexe et long dont les principaux obstacles se trouvent au cours des premières phases du processus entrepreneurial (Fisher et al., 2016), alors que le projet est encore fragile (McMullen et Sheperd, 2006), que le marché concerné soit nouveau ou établi (Navis et Glynn, 2011). Kibler et al. (2015) mettent en avant le fait que la légitimité dépend des contextes géographiques économiques et sociétaux. Liu et al. (2019) soulignent que le genre intervient également dans la légitimité et montrent que la hiérarchie des sexes dessert la légitimité des femmes entrepreneures au sein des réseaux professionnels.

D'après Bitektine (2011) les évaluations de la légitimité sont formées par des jugements sociaux. La légitimité ne peut donc pas être auto-proclamée par l'entrepreneur, elle est consubstantielle aux évaluations de ses pairs ou de ses connaissances. Weber (1995) souligne deux de ses caractéristiques : elle impose des comportements par rapport à une norme et elle

évalue des actions, comportements, paroles, en regard de celle-ci. Si Goffman (1975) insiste sur le risque de stigmatisation en cas de non-respect de cette norme, Pailot et al. (2015) soulignent que l'entrepreneur peut nuancer son identité afin d'être perçu comme chef d'entreprise et « adopter des comportements congruents avec les cadres normatifs qui sont associés à cette fonction » (p. 36).

Selon Diener (1984), le bien-être est une évaluation subjective et personnelle de la vie via le niveau de satisfaction et de l'affect. Les recherches sur le bien-être de l'entrepreneur sont récentes (Wiklund et al., 2019) et mobilisent des connaissances issues de plusieurs domaines d'études. En ce qui concerne notre sujet, une meilleure compréhension des aspects sociaux, appelle des réflexions sur la dimension sociale du bien-être. En cela, les travaux de Keyes (1998) fournissent un cadre de référence intéressant. Ainsi, les deux angles de la vie (privé et public) offrent chacun des possibilités différentes de juger le bien-être social. Keyes (1998) donne les cinq dimensions suivantes qui constituent celui-ci (Provencher et Keyes, 2010) et qui s'articulent autour « des tâches et des défis liés à l'actualisation de l'individu dans la sphère sociale » (Doré et Caron, 2017 : 130). L'intégration sociale réside dans le sentiment de faire partie de la société et d'avoir quelque chose en commun avec son entourage. L'acceptation sociale, transparaît dans l'acceptation des autres tels qu'ils sont. La contribution sociale réside dans la conviction d'être indispensable à la société . L'actualisation sociale reflète le confort que l'on éprouve à faire partie d'une société et dans le sentiment que celle-ci réalise son potentiel à travers ses membres. Enfin la cohérence sociale, dépend de la perception de la qualité de l'organisation et de la compréhension du monde qui nous entoure.

# 3. Méthodologie

## 3.1 *Profils des répondants*

Notre enquête qualitative a été menée en 2021 auprès de 17 entrepreneurs français dans toute la France. 65 % des répondants sont des hommes, 35 % sont des femmes. Ces répondants sont âgés de 21 à 65 ans. 59% de ces répondants sont des multi-entrepreneurs, qui ont eu à leur actif plusieurs projets entrepreneuriaux terminés ou qui mènent plusieurs projets entrepreneuriaux simultanément, 41% sont des primo entrepreneurs. Ils appartiennent tous à des domaines d'activité différents. Les projets de ces répondants se situent à différentes phases de développement (idéation, lancement, développement ou maturité). Le tableau 13 présente les profils des répondants. Pour ce travail nous nous basons sur la définition de l'entrepreneur de Gorgievski et Stephan (2016), tous les répondants de notre échantillon sont donc des propriétaires-dirigeants, des créateurs d'entreprise ou des travailleurs indépendants.



*Tableau 13. Profils des Répondants*

Répondant	Age	Domaine d'activité	Phase du projet	Durée de l'entretien
1	25	Vente via internet	Lancement	70 minutes
2	25	Luxe	Développement	60 minutes
3	50	Formation continue	Idéation	70 minutes
4	20	Consulting	Développement	65 minutes
5	38	Application mobile	Développement	65 minutes
6	20	Intérim médical	Lancement	70 minutes
7	24	Application mobile	Développement	60 minutes
8	62	Alimentation	Terminé	65 minutes
9	33	Application mobile	Développement	80 minutes
10	27	Informatique	Développement	80 minutes
11	39	Formation à la conduite	Maturité	90 minutes
12	40	Esthétique	Lancement	75 minutes
13	24	Jeux en ligne	Développement	80 minutes
14	35	Programmation informatique	Maturité	60 minutes
15	58	Services à la personne	Lancement	70 minutes
16	39	Nutrition	Développement	60 minutes
17	40	Ingénierie informatique	Maturité	65 minutes

### *3.2 Déroulement des entretiens*

Nous avons privilégié le mode d'entretien en face à face en vue de faciliter un climat de confiance avec les répondants afin que ceux-ci donnent à voir leur expérience sans retenue. Toutefois nous avons gardé une attitude compréhensive, veillant à ne pas influencer les répondants dans leurs propos, maintenant notre posture de neutralité face aux informations recueillies.

Les entretiens ont duré entre 60 et 90 minutes. Ils ont tous été réalisés à partir d'une seule et même grille d'entretien semi-directif, divisée en trois parties. En premier lieu, les répondants ont été interrogés sur les incidences des contraintes liées à l'entrepreneuriat sur leur bien-être en général. En second lieu, la grille portait sur l'évolution de leur bien-être social au cours du projet. Pour terminer, en troisième lieu, la grille était axée sur leur légitimation et

l'impact de de leur légitimité sur leur bien-être social. Après avoir enregistré et intégralement retranscrit chaque entretien, ceux-ci ont été validés par chaque répondant. Nous avons ensuite procédé à une lecture verticale (axée sur les propos de chacun des répondants) et à une lecture horizontale (axée sur les principaux items émergents de l'ensemble des entretiens). Notre traitement des données s'appuie sur la théorie ancrée (Glaser et Strauss, 1967 ; Mbengue et al., 2014).

### *3.3 Processus d'analyse des résultats*

Nous avons effectué le codage des données à travers une approche inductive en mettant en lumière les thèmes émergents, regroupant les items en catégories et sous catégories selon un processus d'analyse manuel thématique transversal (Alami et al., 2009). Notre analyse a induit 3 phases de traitement (Baumard et al. 1999): une phase de traitement initial, à l'aide d'une lecture flottante, une phase d'analyse systématique (phase de classification) et enfin une phase d'interprétation des résultats. Les 3 phases ont été effectuées par tous les chercheurs de manière parallèle, avant de faire l'objet d'une mise en commun et d'une recherche collective.

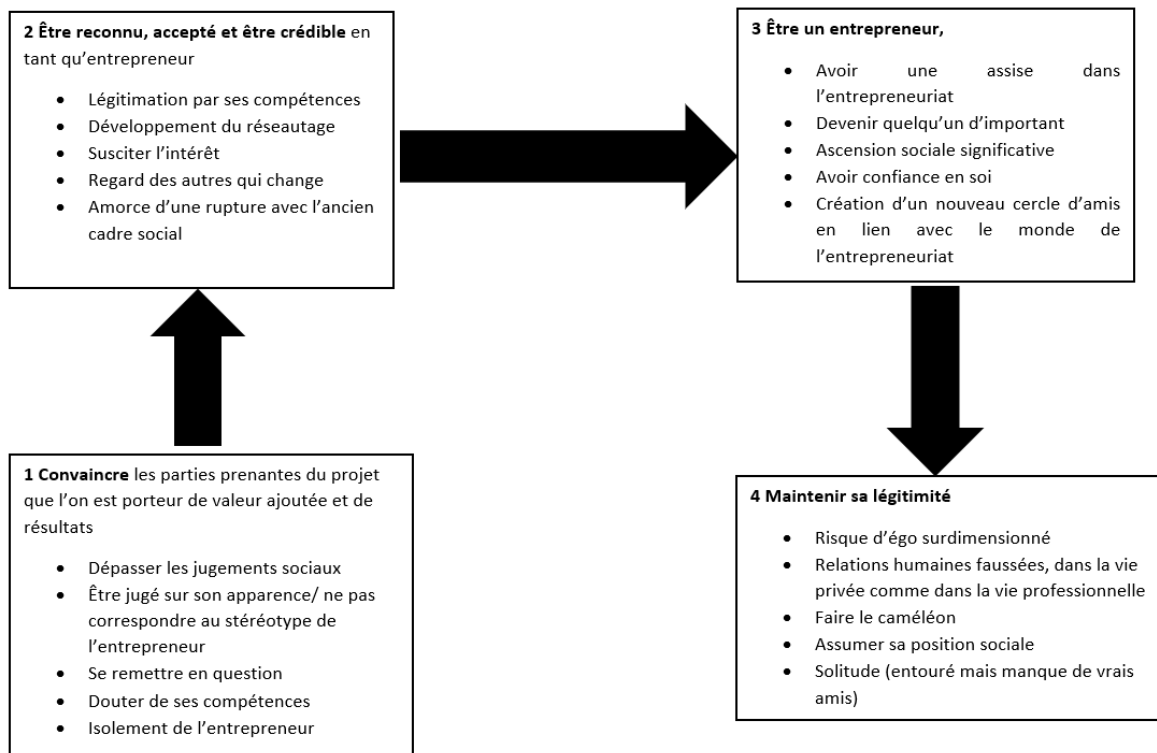
Tout au long de la collecte de données nous avons respecté le critère de saturation thématique et nous avons cessé la collecte dès lors que les entretiens effectués amenaient à une répartition des propos et n'entraînaient plus l'apparition de thèmes nouveaux (Low, 2019). Nous soulignons que ce phénomène reste relatif (Royer, 2006).

## **4. Résultats**

Il ressort de notre analyse que l'entrepreneur vit en parallèle des 4 phases du processus entrepreneurial (idéation, lancement, développement , maturité) une légitimation en 4 temps. La figure 4 a été réalisée à partir d'un schéma de Barach et al. (1988), paru dans un article

traitant de la transmission intergénérationnelle des entreprises familiales. Nous avons représenté le processus de légitimation entrepreneuriale tel que nous avons pu l'identifier durant l'analyse de nos données.

**Figure 4 : Légitimation de l'Entrepreneur, un Processus en Quatre Phases**



**Source : Réalisée par les auteurs à partir des travaux de Barach et al. (1988)**

Durant la phase d'idéation il doit convaincre la société de sa valeur ajoutée et des résultats que son projet engendrera. « *Seul avec son projet* » (R16), il traverse « *beaucoup de remises en question, par rapport à lui et aux autres* » (R4) et des périodes de doute : « *parfois, on se demande comment ne pas passer pour 2 idiots* » (R6). Plusieurs répondants expliquent avoir été pénalisés par leur apparence physique ou leur âge.

A la phase de lancement correspond la phase de reconnaissance et d'acceptation sociale en tant qu'entrepreneur. Ce dernier développe son réseau professionnel : « *je rencontre beaucoup de personnes,* » (R12), « *je cherche de nouveaux partenariats, je réponds au service clients, le démarchage, etc ...* » (R13) Ses compétences sont confortées par les premiers résultats du projet, entraînant une évolution dans les jugements sociaux : « *les gens n'ont plus le même ton quand ils nous parlent c'est incroyable, on est plus pris en considération* » (R15), « *les gens te regardent et te parlent différemment* » (R11) . Une rupture sociale s'amorce : « *j'ai changé de groupe de potes* » (R9), « *j'ai fait un tri entre ceux qui sont curieux et ceux qui remettent en question mon projet.* » (R13).

Avec la phase de développement arrive la légitimité de l'entrepreneur : « *Le statut social, change, quand on se balade chez le préfet avec la casquette de chef d'entreprise avec 50 employés derrière soi on est quelqu'un d'important* » (R8). Le répondant 1 confie s'être senti durant cette période « *plus légitime pour un tas de choses* ». La confiance en soi augmente: « *Je pensais que j'étais bidon [...]en fait je connais pas mal de choses.* » (R6) L'ascension sociale significative : « *j'ai basculé dans un autre monde* » (R15), permet « *d'avoir une carte d'avance, des rencontres inespérées, de vivre un rêve* » (R4).

Le projet arrivé à maturité, l'entrepreneur doit maintenir sa légitimité et son statut social en se heurtant à deux écueils. Premièrement, « *il y a un risque d'égo dès qu'on touche les étoiles* » (R16) ; deuxièmement : « *l'entrepreneuriat peut fausser les relations avec les autres [...] il peut y avoir des gens malhonnêtes, pernicioeux [...] un fort sentiment de jalousie* » (R8) et ceci même au sein du cercle familial : « *mon père est rentré en compétition, il était fier mais un peu jaloux* » (R11). Le Répondant 14 explique : « *le financier, je n'en parle pas avec mes parents, ce que je gagne en une semaine, ils le gagnent en un mois.* » Afin de passer outre les jugements sociaux le Répondant 4 explique « *faire le caméléon* ». L'entrepreneur souffre alors de solitude, afin de correspondre au stéréotype sociétal du chef d'entreprise « *J'étais invité par*

*toutes les instances politiques [...] mes vrais amis je les voyais moins* » (R8). Le tableau 14 présente l'évolution des jugements durant le processus entrepreneurial et leurs principaux impacts sur le bien-être social de l'entrepreneur.

**Tableau 14.** Evolution des Jugements Sociaux au cours du Processus Entrepreneurial et leurs impacts sur le Bien-Etre Social de l'Entrepreneur

Phase de l'évolution du projet entrepreneurial	Evolution des jugements sociaux	Items	Bien-être social de l'entrepreneur	Items
Idéation	Critique négative Jugements sur l'âge, l'apparence jugements subjectifs	Avoir l'air trop jeune 6(4) Être classé dans une catégorie 4(3) Avoir l'air d'un voyou 1(1)	Doutes Remises en question Syndrome de l'imposteur	Douter de ses compétences 14(12) Peur de ne pas y arriver 13(11) Manque de confiance en soi 8(8) Se croire bidon 6(4) Craindre de passer pour un idiot 2(2) Syndrome de l'imposteur 2(2)
Lancement	Jugements des résultats du projet Jugements objectifs	Susciter de l'intérêt pour son projet Intéresser les gens 9(9) Avoir du crédit grâce aux résultats financiers 7(6) Réussir sans diplôme 6(6) Être vu comme un génie 2(2)	Le regard des autres change Naissance de la légitimité de l'entrepreneur	Faire la fierté de sa famille 13(11) Être capable 13(8) Avoir la reconnaissance des autres 9(8) Être pris en considération 7(7) Être reconnu en tant que chef d'entreprise 7(5) Les gens te regardent différemment 6(6) Être légitime 6(6) Les gens te parlent différemment 5(5) Être quelqu'un d'important 4(2)

Développement	<p>Division des relations professionnelles et privées quant au projet</p> <p>Changement d'entourage</p>	<p>Relations perturbées avec les proches 10(10)</p> <p>Ne plus être sur le même « mindset » que ses anciens amis 7(7)</p> <p>Faire du tri dans ses amis 6(5)</p> <p>Ne plus fréquenter ceux qui ne croient pas dans le projet 4(3)</p> <p>S'entourer de très peu de personnes 3(3)</p> <p>Des tabous s'instaurent 3(3)</p> <p>Changer de groupe de potes 3(3)</p>	<p>Confiance en soi</p> <p>Renforcement de la légitimité de l'entrepreneur</p> <p>Être conforté dans son choix pour l'entrepreneuriat</p> <p>Ascension sociale</p>	<p>Sortir de son milieu 12(10)</p> <p>S'élever sur l'échelle sociale 12(11)</p> <p>Être fier 12(10)</p> <p>Trouver sa place dans la société 10(8)</p> <p>Faire des rencontres tournée vers l'entrepreneuriat 8(6)</p> <p>Faire des rencontres inespérées 8(8)</p> <p>Avoir une carte d'avance 5(3)</p> <p>Vivre un rêve, toucher les étoiles 4(4)</p>
Maturité	<p>Jugements quant à la réussite financière de l'entrepreneur</p> <p>Mise en exergue du self made man</p> <p>Amitiés intéressées</p>	<p>Le salaire comme indicateur de valeur 10(8)</p> <p>Relations sociales biaisées 7(5)</p> <p>Subir la jalousie des autres 6(4)</p>	<p>Être mis sur un piédestal</p> <p>Risque d'égo-surdimensionné</p> <p>Conserver sa légitimité entrepreneuriale</p>	<p>Avoir la grosse tête 12(6)</p> <p>"Devenir un gros con" 6(4)</p> <p>Être méfiant 4(3)</p> <p>Faire le caméléon 3(3)</p>

**Note :** Au sein des colonnes « Items », sont identifiés les principaux items relevés suite à notre analyse avec, entre parenthèses, accolé au nombre d'occurrences relevées, le nombre de répondants chez qui ces items ont été relevés

# 5. Discussion

Notre recherche met en avant le fait que la légitimité de l'entrepreneur s'acquiert au cours des quatre phases du processus de création du projet de celui-ci. Ce résultat affine le travail de Zimmerman et Zeitz (2002) qui proposent l'existence d'un seuil de légitimité pour les nouvelles entreprises. Notre étude confirme les travaux de Fischer et al. (2016), qui proposent eux, l'existence de multiples seuils de légitimité pour les nouveaux projets. Ces seuils peuvent être mis en corrélation avec les 4 phases que nous soulignons dans ce travail et expliqués par le fait que les entrepreneurs doivent faire appel à différents publics pour obtenir des ressources matérielles et ou financières au cours des différents stades de développement de leur projet.

Si la littérature existante est beaucoup axée sur la légitimité sociétale de l'entreprise ou de l'entrepreneur, notre travail lui s'intéresse de plus près à la légitimité de l'entrepreneur par rapport à lui-même Il vient compléter les travaux de Messeghem et Sammut (2010), sur les stratégies de légitimation mises en œuvre en pépinières d'entreprises afin de rompre l'isolement des nouveaux chefs d'entreprises en confirmant le fait que la légitimité doit être maintenue et entretenue par l'entrepreneur sans jamais être considérée comme définitivement acquise.

Notre travail souligne que les cinq dimensions données par Keyes (1998) se retrouvent au sein du bien-être de l'entrepreneur tout au cours du processus entrepreneurial. Toutefois elles ne s'illustrent pas toutes au même moment. L'intégration sociale se retrouve en phase de lancement et en phase de développement avec la création du nouveau cadre social de l'entrepreneur du fait de son ascension sociale. L'acceptation sociale est présente en phase de lancement, en phase de développement et en phase de maturité avec la volonté de l'entrepreneur d'être en adéquation avec les attentes sociales de son entourage afin de maintenir



sa légitimité. Nous retrouvons la contribution sociale durant la phase de lancement à travers les premiers résultats positifs du projet. L'entrepreneur s'ancre alors dans le fonctionnement de la société en créant un amplificateur économique qui produit de la valeur ajoutée au sein de la société. L'actualisation sociale est-elle présente en phase de lancement et en phase de développement, durant lesquelles le chef d'entreprise assoit sa légitimité et son statut de dirigeant et exprime son potentiel via son projet. La cohérence sociale est présente quant à elle tout au long des quatre phases, puisque l'entrepreneur doit durant tout le processus entrepreneurial comprendre et appréhender l'environnement dans lequel il évolue. Le tableau 14 synthétise ces différentes phases du bien-être social décrites par Keyes (1998) et les phases du projet durant lesquelles elles s'expriment.

*Tableau 15 : Les Dimensions du Bien-Etre Social de Keyes (1998) et les Phases du Projet (Heichelbech et Paraschiv, 2022) durant lesquelles elles s'expriment*

Dimension du bien-être social (Keyes, 1998)	Phases du projet concernées (Heichelbech et Paraschiv, 2022)
Intégration sociale	Lancement, développement
Acceptation sociale	Maturité
Contribution sociale	Lancement
Actualisation sociale	Lancement, développement
Cohérence sociale	Idéation, lancement, développement, maturité

Source : Réalisée par les auteurs

## *5.1 Implications théoriques et managériales*

Notre travail a mis en évidence que le bien-être social de l'entrepreneur est directement lié à la légitimation au cours du processus entrepreneurial. Il évolue au cours des 4 phases de celui-ci.

Nous avons identifié que durant la phase d'idéation, il est directement lié aux doutes et aux phases de remise en question que traverse le porteur de projet, induites par les jugements sociaux négatifs visant son apparence et sa personne. Durant la phase de lancement, le bien-être social transparaît dans la reconnaissance de l'entrepreneur par les parties prenantes du projet du fait des résultats financiers de ce dernier et du fait de sa création de valeur. Durant cette phase s'amorce un changement du cadre social qui s'affirme dans la phase suivante : le développement. Le bien-être social de l'entrepreneur réside alors dans son ascension sociale et dans la création d'un nouveau réseau amical et ou professionnel avec ses pairs, mais est impacté par les jugements sociaux venant de sa sphère privée (familiale et amicale). Enfin durant la phase de maturité, le bien-être social de l'entrepreneur est fragilisé et malmené par le fait que celui-ci fait face à des relations sociales biaisées, intéressées, amenées par son nouveau statut social de chef d'entreprise. Il doit affronter la jalousie des autres et maintenir sa légitimité en adoptant les codes sociaux induits par son milieu professionnel, sans succomber au développement d'un égo surdimensionné qui pourrait le couper de ses proches.

Les implications managériales de notre travail sont multiples : permettre aux structures accompagnant les entrepreneurs (pépinières, business nurseries, écoles de management...) de mieux appréhender l'encadrement des porteurs de projets, de compléter leurs formations par des ressources sociales et psychologiques adaptées à la phase du projet en cours, de mettre en avant le besoin d'aide personnalisée via des coachs, des mentors lors de l'incubation du projet et au-delà de cette période. Enfin, notre travail renforce la nécessité des recherches futures dans

le domaine de la psychologie entrepreneuriale et justifie le fait que ce champ d'étude soit de plus en plus exploré par les chercheurs en sciences de gestion.

## *5.2 Limites et pistes futures*

Nous admettons que cette étude n'est pas exempte de limites qui appellent à des recherches futures. Il conviendrait de valider les items identifiés sur un échantillon plus large. Une étude longitudinale sur une décennie pourrait être envisagée, de façon à avoir une meilleure compréhension de la conservation de la légitimité de l'entrepreneur sur une longue période, à la tête d'une même entreprise. De plus, il serait bienvenu de prendre en compte des aspects non traités ici : genre, âge, secteur d'activité, niveau d'expérience, spécificités géographiques. De ce fait les recherches futures pourraient être orientées vers un aspect international, afin de constater comment les facteurs culturels interfèrent avec la légitimation entrepreneuriale. Comment les jugements sociaux incitent ou découragent les porteurs de projets à se tourner vers l'entrepreneuriat dans différents pays ? Comment et sur quels critères les parties prenantes fondent leurs jugements sociaux à l'étranger ? La légitimité impacte-t-elle le bien-être social des entrepreneurs dans tous les pays ?

# **CONCLUSION GENERALE**

Cette thèse avait pour visée d'apporter des contributions théoriques à la recherche sur le bien-être des entrepreneurs, en analysant sa multidimensionnalité.. Notre étude du bien-être de l'entrepreneur s'est articulée autour de l'analyse des dimensions qui composent ce concept. Notre recherche s'inscrit ainsi dans le courant récent en entrepreneuriat qui, depuis une quinzaine d'années, étudie le bien-être de l'entrepreneur dans le but de proposer une modélisation spécifique, adaptée et complète de cette notion. L'objectif des travaux présentés dans cette thèse était d'analyser la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur et d'étudier les impacts négatifs et positifs du projet entrepreneurial sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur et la dynamique de celui-ci.

Notre travail de recherche a été basé sur quatre contributions empiriques, de nature qualitative. Ces contributions représentent des études indépendantes les unes des autres, qui ont été soit publiées dans des revues scientifiques, soit présentées dans des conférences nationales ou internationales. Les différents articles ont permis d'explorer comment le bien-être de l'entrepreneur évolue au cours du projet entrepreneurial et ce sous un prisme plus large que dans la littérature existante.

L'originalité de nos travaux réside dans le fait que le bien-être de l'entrepreneur a été étudié sous un angle multi-dimensionnel, dans une perspective dynamique, tout en soulignant un ensemble de facteurs d'influence qui exercent un effet négatif ou positif. Nous avons réalisé ce travail de recherche dans le but de comprendre et d'analyser comment la prise de conscience de l'importance de son bien-être aide l'entrepreneur dans sa réussite professionnelle et dans son épanouissement personnel. Nous soulignons néanmoins que le sujet est d'une ampleur telle, qu'il subsiste beaucoup de pistes d'études et de réflexions futures à mener afin d'approfondir les connaissances ici présentées.

# 1. Synthèse des résultats de la recherche

Le premier chapitre a mis en lumière une vision multi-dimensionnelle du bien-être de l'entrepreneur. Il a démontré l'application des quatre dimensions du bien-être déjà traitées en sciences de gestion, à savoir le bien-être psychologique, physique, financier et social, au bien-être de l'entrepreneur, tout en enrichissant le référentiel proposé par Ayadi et al. (2019) dans leurs travaux. En effet, notre recherche a mis en avant une cinquième dimension, la dimension temporelle, qui s'est avéré être la dimension la plus importante du bien-être de l'entrepreneur. Ce premier travail de recherche a souligné l'importance de considérer les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur afin de comprendre les conséquences de l'entrepreneuriat sur ce dernier. Il a mis en exergue le fait que traiter le bien-être de l'entrepreneur sous un seul angle mène à une vision biaisée et incomplète de celui-ci et ne reflète pas la réalité de l'état global de bien-être de l'entrepreneur. A travers ce chapitre, nous avons démontré que la pathogénèse et la salutogénèse entrepreneuriales se succèdent au cours du projet pour les cinq dimensions à des degrés et à des moments différents selon les entrepreneurs. Nos résultats ont montré que le salutogénèse apparaît plus tard que la pathogénèse durant le projet, et permet de compenser en partie cette dernière. Ils ont également souligné également le fait que le bien-être global de l'entrepreneur varie en fonction de l'évolution du projet et des évènements négatifs et positifs afférents à celui-ci.

Le deuxième chapitre qui s'est focalisé sur le bien-être temporel de l'entrepreneur, souligne le fait que celui-ci est évolutif au cours du projet. A travers ce travail de recherche nous avons proposé une conceptualisation du bien-être temporel de l'entrepreneur et de ses composantes positives et négatives et soulignés le fait que le facteur temps, décrit comme le plus gros sacrifice par les entrepreneurs au cours de leur projet, est le principal réducteur de

leur bien-être. Il est apparu cependant que cet impact négatif sur la dimension temporelle est compensé par les impacts positifs de l'entrepreneuriat sur d'autres dimensions du bien-être. Notre étude a montré que le temps des entrepreneurs est impacté sous trois aspects : temps corporel (heures de sommeil), temps expérientiel (passage du temps) et temps social (avec amis et famille). Ainsi les entrepreneurs exprimant un bien-être négatif ressentent une pression temporelle constante et une insatisfaction liée à l'utilisation du temps. Ces deux dimensions du bien-être temporel évoluant au cours du temps, nous avons identifié trois phases dans la dynamique du bien-être temporel de l'entrepreneur : une phase de réduction du bien-être temporel, une phase de prise de conscience, traduite par un changement d'attitude des entrepreneurs à l'égard du temps et une phase qui vise à augmenter le bien-être temporel. Durant cette dernière, les entrepreneurs définissent et mettent en œuvre des actions concrètes afin d'optimiser leur organisation et leur utilisation du temps. Ce travail a mis en évidence que le bien-être temporel de l'entrepreneur est de l'ordre de la subjectivité de chaque individu concerné et diffère d'un entrepreneur à un autre.

Le troisième chapitre, en analysant la relation étroite entre l'évolution du projet entrepreneurial et la santé et le bien-être de l'entrepreneur, a confirmé l'existence de la pathogénèse et de la salutogénèse entrepreneuriales et a montré que l'évolution du projet impacte positivement et négativement la santé et le bien-être de l'entrepreneur. Cette étude a mis en évidence l'existence de quatre phases successives qui caractérisent l'évolution dynamique de l'attitude de l'entrepreneur. La première phase est une phase de déni, durant laquelle l'entrepreneur, entièrement concentré sur le succès du projet, néglige complètement ses problèmes de santé personnelle. La deuxième phase est une phase de rupture qui peut être physique et/ou mentale. La troisième phase est une phase de prise de conscience. Au cours de cette dernière, l'entrepreneur reconnaît que sa santé est un facteur clé dans la réussite de son projet et change d'attitude envers sa santé. Enfin la quatrième phase est une phase d'action, au

cours de laquelle l'entrepreneur adopte des stratégies concrètes pour retrouver et maintenir un bon état physique et mental, réduire la charge mentale liée au projet et met en place une meilleure gestion de son temps extra-professionnel.

Le quatrième chapitre a mis en lumière les relations existantes entre la légitimation de l'entrepreneur par les jugements sociaux et l'évolution de son bien-être social, tout au long du processus entrepreneurial. Notre étude a montré que l'entrepreneur vit en parallèle des quatre phases du processus entrepreneurial (idéation, lancement, développement, maturité), une légitimation en quatre temps. Dans un premier temps, l'entrepreneur doit convaincre les parties prenantes de la valeur ajoutée de son projet et des futures retombées positives de celui-ci. Dans un second temps, il doit faire en sorte d'être reconnu, accepté et crédible auprès des parties prenantes du projet et de sa sphère sociale privée. Dans un troisième temps, après avoir acquis un nouveau statut social du fait de son poste de chef d'entreprise, il doit gérer son ascension sociale et s'adapter à son nouvel entourage professionnel et amical. Enfin, dans un quatrième temps, il doit renforcer et maintenir sa légitimité. Cette étude a souligné les impacts positifs et les impacts négatifs des jugements sociaux sur le bien-être social de l'entrepreneur au cours du processus entrepreneurial. Le tableau 15 synthétise les principaux résultats des contributions présentés dans la thèse.



*Tableau 16. Synthèse des Résultats des Quatre Contributions Présentées dans la Thèse*

<b>Chapitre/Article</b>	<b>Questions de recherche</b>	<b>Méthode de recherche appliquée</b>	<b>Résultats</b>
<p><b>Chapitre 1 :</b> Bien-être de l'entrepreneur : Une perspective multi-dimensionnelle (Heichelbech, Paraschiv, Boiteau, 2023)</p>	<p>Le bien-être de l'entrepreneur est-il multidimensionnel ? Quelles sont les dimensions qui le composent ?</p>	<p>Etude empirique qualitative auprès de 12 entrepreneurs français, grille d'entretien semi-guidé, analyse des résultats par usage de la méthode de la théorie ancrée</p>	<p>Multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur. Existence de 4 dimensions déjà traitées en sciences de gestions: psychologique, physique, financière et sociale. Mise en avant d'une nouvelle dimension: la dimension temporelle. Evolution des 5 dimensions au cours du temps, impactant le bien-être de l'entrepreneur positivement et négativement</p>
<p><b>Chapitre 2:</b> Temporal Well-being of Entrepreneurs: An Empirical Investigation (Heichelbech, Folzer, Paraschiv, 2023)</p>	<p>Comment évolue le bien-être temporel de l'entrepreneur ? Quels sont les impacts positifs et négatifs de l'entrepreneuriat sur celui-ci au cours du projet ?</p>	<p>Etude empirique qualitative auprès de 21 entrepreneurs français, grille d'entretien semi-guidé, analyse des résultats par usage de la méthode de la théorie ancrée</p>	<p>Mise en évidence de la pathogénèse et de la salutogénèse entrepreneuriales. Evolution en 3 phases du bien-être temporel de l'entrepreneur: une phase de réduction de celui-ci, une phase de prise de conscience et une phase d'actions visant à l'augmenter. Mise en avant des composantes négatives et des composantes positives du bien-être temporel de l'entrepreneur</p>
<p><b>Chapitre 3:</b> Entrepreneur's attitude towards health: Between denial, breakdown, awareness, and action (Heichelbech, Paraschiv, 2022)</p>	<p>Quel est l'impact du projet entrepreneurial sur le bien-être et la santé de l'entrepreneur ? Y a-t-il une évolution de l'attitude de l'entrepreneur à l'égard de sa santé en fonction de son projet ?</p>	<p>Etude empirique qualitative auprès de 16 entrepreneurs français, grille d'entretien semi-guidé, analyse des résultats par usage de la méthode de la théorie ancrée</p>	<p>Impact pathogène et salutogène du projet sur la santé et le bien-être de l'entrepreneur. Evolution en 4 phases de l'attitude de l'entrepreneur à l'égard de sa santé: une phase de déni, une phase de rupture, une phase de prise de conscience et une phase d'action</p>
<p><b>Chapitre 4 :</b> Légitimité de l'entrepreneur : par-delà les jugements sociaux, le bien-être social (Heichelbech, Paraschiv, Boiteau, 2023)</p>	<p>La construction de la légitimité de l'entrepreneur a-t-elle un impact sur l'évolution de son bien-être social tout au long du projet ?</p>	<p>Etude empirique qualitative auprès de 17 entrepreneurs français, grille d'entretien semi-guidé, analyse des résultats par usage de la méthode de la théorie ancrée</p>	<p>Impacts négatifs et positifs de la construction de la légitimité de l'entrepreneur sur le bien-être social de l'entrepreneur. Evolution en 4 étapes du bien-être social de l'entrepreneur: convaincre les parties prenantes, être reconnu, accepté et crédible en tant qu'entrepreneur, être un entrepreneur, maintenir sa légitimité</p>

## 2. Apports des résultats obtenus

### *2.1 Prendre en compte les dimensions du bien-être de l'entrepreneur afin de mieux accompagner ce dernier*

En démontrant que la dimension temporelle est la dimension la plus importante du bien-être de l'entrepreneur, notre travail a apporté un éclairage nouveau sur la gestion du temps par l'entrepreneur et sur l'enjeu qu'elle représente dans le maintien du bien-être global de l'entrepreneur. Pour l'entrepreneur, le temps doit être pris en considération comme le principal facteur réducteur de bien-être et doit donc être l'objet d'une attention particulière et soutenue. Par la mise en évidence que chacune des cinq dimensions du bien-être de l'entrepreneur (psychologique, physique, financière, sociale et temporelle) évolue au cours du projet en étant impactée positivement et négativement selon les individus, à des degrés et à des moments différents, la thèse a montré que la pathogénèse peut n'atteindre qu'une seule dimension du bien-être de l'entrepreneur et entraîner une baisse de performance du projet ou un retard dans la réalisation de celui-ci. Nous avons souligné la nécessité d'examiner et d'analyser le bien-être de l'entrepreneur sous plusieurs angles en vue d'en identifier clairement la ou les dimensions impactées négativement de manière à mettre en place des actions correctives ciblées afin de rétablir un niveau de bien-être de l'entrepreneur positif, permettant au chef d'entreprise d'agir et de prendre des décisions de manière saine et raisonnée concernant l'avancée de son projet.

A travers la mise en évidence des différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur et des facteurs pathogènes et salutogènes de l'entrepreneuriat sur ces dernières, nos travaux avaient pour but d'aider les structures d'accompagnement entrepreneurial, comme les pépinières d'entreprises, les incubateurs, les business nurseries, les associations d'aide aux

entrepreneurs ou encore toute organisation ayant pour visée la formation de ces derniers : parcours universitaires, grandes écoles de managements, centres de formation continue à créer et à mettre à jour des séminaires et des formations dédiées à la gestion des facteurs pathogènes qui peuvent impacter une ou plusieurs dimensions du bien-être des entrepreneurs. A travers la mise en exergue de l'importance de leur bien-être dans la réussite de leur projet, nos travaux ont souligné l'importance de prendre en compte les conditions de travail des entrepreneurs et d'agir pour la prévention et la détection précoce des risques professionnels liés à l'environnement entrepreneurial. Nos travaux ont renforcé ainsi ceux de Gharbi (2017), axés sur les structures accompagnant les entrepreneurs. Confirmant les travaux de Torrès (2017), Guiliani et Torrès (2017) et Torrès et Kinowski-Moysan (2019), nous soulignons l'importance de préparer les entrepreneurs à ménager leur bien-être sous tous ses angles, quel que soit le stade d'avancement du projet, afin d'éviter une fatigue professionnelle physique et mentale, un oubli de soi et une aliénation au projet qui peuvent conduire dans les cas extrêmes au burn-out et au suicide.

## *2.2 Une vision terrain à travers la parole des entrepreneurs au sujet de leur bien-être*

La plupart des travaux qui nous ont aidés et guidés dans notre travail étant de nature quantitative (CF tableau 3, p. 32) nous avons pu, à travers les témoignages de nos répondants, valider et compléter les recherches antérieures concernant le bien-être des entrepreneurs à travers des données qualitatives. A travers cette méthode de recherche nous voulions recueillir les témoignages d'entrepreneurs retranscrivant la réalité de leur bien-être et l'évolution de celui-ci le plus justement possible afin de le comprendre et de l'analyser au mieux. Cette approche méthodologique nous a permis d'obtenir des témoignages offrant un aperçu

authentique des défis, des succès, des pressions et des satisfactions auxquels les entrepreneurs sont confrontés. Elle nous a permis de donner la parole aux entrepreneurs et de connaître de manière plus ciblée leurs ressentis en matière de bien-être. Nous avons pu mettre en exergue à travers ces témoignages des problèmes spécifiques liés au bien-être des entrepreneurs : des facteurs de stress, des sources de fatigue, des pressions temporelles, des problèmes de santé mentale. Nous avons également pu observer et retranscrire l'optimisme, le sentiment de liberté, de puissance, et une volonté de concrétiser un projet qui caractérisent l'entrepreneur et sous-tendent son bien-être. Bien que ces différents facteurs ne soient pas nécessairement nouveaux dans la littérature entrepreneuriale, notre recherche a permis de mieux appréhender leurs impacts sur chaque dimension du bien-être, permettant ainsi une meilleure prise en compte de leur rôle.

Les entretiens menés durant cette étude, ont permis aux répondants de se confier au sujet de leur bien-être et de raconter leur quotidien notamment de décrire les stratégies qui leur sont propres en ce qui concerne le maintien de ce dernier. Les chefs d'entreprise interrogés ont souvent partagé des pratiques qui les aident à gérer leur bien-être, sous une ou plusieurs dimensions. En verbalisant leurs expériences personnelles, les répondants ont fourni des exemples concrets, qui ont permis une meilleure compréhension de la fluctuation et de l'évolution de leur bien-être au cours du projet. Le fait de mettre en avant des témoignages émanant d'entrepreneurs et transcrivant leur réalité, contribue également à réduire la stigmatisation associée aux problèmes de bien-être des entrepreneurs : faillite, dépôt de bilan, fatigue émotionnelle, dépression, burn-out... Notre recherche a apporté un éclairage sur la force salvatrice de la libération de la parole des entrepreneurs en souffrance, illustrant la nécessité de renforcer l'utilisation de nouvelles thérapies à travers des groupes de parole, des ateliers d'échange et le suivi individuel régulier de ces individus par des professionnels issus de différentes spécialités (coachs, nutritionnistes, psychologues, professionnels de santé, ...).

Nous notons que ces pratiques émergent sur le terrain depuis une dizaine d'années notamment via l'observatoire Amarok et l'association Entre-Head dans le sud de la France.

## **3. Limites et perspectives de la recherche**

### *3.1 Sur le plan méthodologique*

Les limites rencontrées par notre étude au niveau méthodologique sont en partie liées à la difficulté d'obtenir des échantillons de répondants qui couvrent une représentation de tous les domaines d'activités, des tranches d'âges homogènes et des zones géographiques réparties sur l'ensemble du territoire français. En effet, les données, en particulier des données qualitatives, axées sur les entrepreneurs éprouvant une baisse de bien-être et souffrant de maux psychologiques ou physiques en raison de leur profession et de leur statut social sont difficiles à obtenir, ce sujet restant encore tabou dans notre société (Boussaguet et Bourgeois, 2023). Cette difficulté découle en grande partie du mythe persistant de l'entrepreneur en tant que « *self-made man* » qui prévaut dans notre société (Bornard et al., 2018). Ce mythe, qui fait de la réussite individuelle de l'entrepreneur une norme non négociable, est profondément enraciné dans l'imaginaire collectif et empêche de nombreux entrepreneurs de parler de leurs problèmes personnels. De ce fait, le nombre d'entrepreneurs que nous avons interrogés est restreint. Afin d'approfondir les travaux présentés dans cette thèse et compléter leurs résultats, de multiples pistes de recherches futures sont à envisager. Tout d'abord, il serait pertinent de mener des études quantitatives sur des échantillons plus larges et plus représentatifs de la population entrepreneuriale en France. Cela permettrait en particulier d'identifier les dimensions du bien-être les plus impactées par la pathogénèse et la salutogénèse en fonction de différents critères

concernant les entrepreneurs comme l'âge, le genre, les années d'expérience, le secteur d'activité ou le niveau d'études. Enfin, il serait bénéfique d'élargir les études à d'autres pays afin d'analyser si le bien-être de l'entrepreneur dépend du cadre culturel de celui-ci et de sa localisation géographique. Cet aspect interculturel pourrait révéler des différences significatives dans les défis et les stratégies de gestion du bien-être entrepreneurial d'un pays à un autre. Cela permettrait également de déterminer si les conclusions de cette thèse sont généralisables à un contexte international ou occidental ou si des adaptations sont nécessaires en fonction de la culture entrepreneuriale spécifique à chaque pays.

Il serait intéressant d'approfondir nos résultats en menant des études complémentaires, orientées sur le genre, sur une population d'entrepreneurs d'hommes et de femmes plus importante pour plusieurs raisons. Premièrement, les entrepreneurs ne sont pas exclusivement masculins ou féminins, et leur bien-être peut être influencé par une variété de facteurs liés au genre (Ahl, 2006). En effet, des études antérieures montrent qu'il existe des biais de genre en entrepreneuriat, notamment en ce qui concerne l'accès aux financements, les opportunités d'affaires, la reconnaissance, mais aussi la gestion du stress (Henri et al., 2016 ; Fischer et al., 1993). Ces biais peuvent également avoir un impact sur le bien-être des entrepreneurs. Une étude portant sur les différences selon le genre permettrait de mieux comprendre ces disparités et d'identifier les besoins spécifiques des entrepreneurs et de savoir si les facteurs pathogènes et les facteurs salutogènes liés à l'entrepreneuriat impactent de manière identique les entrepreneurs et les entrepreneures. De plus, les hommes et les femmes peuvent avoir des perspectives différentes sur les dimensions du bien-être de l'entrepreneur (temporelle, psychologique, physique, financière et sociale). Une telle étude permettrait de capturer ces différentes perspectives, ce qui enrichirait considérablement notre compréhension du bien-être global des entrepreneurs.

Notre étude est basée sur des données collectées à un moment donné. Si les projets de nos répondants sont à différents stades (idéation, lancement, développement, maturité), ce qui permet à nos travaux d'offrir une vision profonde du bien-être de l'entrepreneur à un moment précis, notre étude ne prend pas en compte l'évolution du bien-être de chaque répondant au cours du processus entrepreneurial. Chaque entrepreneur a une trajectoire unique en matière de bien-être. Certains peuvent faire face à des difficultés au début de leur carrière, puis s'améliorer avec le temps, tandis que d'autres peuvent connaître des hauts et des bas constants. Des études longitudinales, sur plusieurs années, permettraient de suivre ces trajectoires individuelles et de mieux comprendre leurs déterminants. Nous ajoutons que le bien-être des entrepreneurs est fortement influencé par le contexte économique, social et personnel. Une étude longitudinale permettrait de réaliser une contextualisation des données et d'analyser comment ces facteurs contextuels interagissent avec le bien-être au fil du temps.

### *3.2 Sur le plan théorique*

Nos travaux offrent une étude multidimensionnelle du bien-être de l'entrepreneur, cependant, ils ne différencient pas le bien-être hédonique et le bien-être eudémonique pour chaque dimension étudiée. Ces deux concepts fournissent néanmoins des perspectives distinctes et complémentaires sur la qualité de vie et l'état psychologique d'un individu (Ryff, 2019 ; Biétry et Creusier, 2013), ce qui pourrait aider à une compréhension plus approfondie et nuancée de la santé mentale et physique des entrepreneurs.

Le bien-être hédonique (Diener, 1984 ; Deci et Ryan, 2008) est basé sur le plaisir et met l'accent sur la recherche du bonheur, de la satisfaction et du contentement dans la vie. Dans le contexte entrepreneurial, cela pourrait signifier l'évaluation du bien-être en fonction de la réussite financière, de la satisfaction professionnelle immédiate, du confort matériel, etc. Il

serait intéressant d'explorer cette dimension du bien-être pour comprendre comment les entrepreneurs ressentent le plaisir et la satisfaction dans leur vie professionnelle.

Le bien-être eudémonique (Ryff, 2019 ; Deci et Ryan, 2008 ; Ryan et Deci, 2001) se penche sur le sens et l'épanouissement dans la vie, en se concentrant sur la réalisation de son plein potentiel, la quête de buts et de valeurs plus profonds. Dans le contexte entrepreneurial, cela pourrait signifier l'évaluation du bien-être en fonction de la réalisation personnelle, de la contribution à la société, de la poursuite d'objectifs professionnels significatifs, etc. Cette dimension du bien-être est cruciale pour comprendre si les entrepreneurs trouvent un sens et une satisfaction profonde dans leur travail.

Nous notons que la thèse n'aborde pas, en profondeur, la dimension financière du bien-être de l'entrepreneur. Une étude future sur cette dimension, qui distinguerait le bien-être hédonique et le bien-être eudémonique s'ancrerait parfaitement dans la continuité de la thèse. Cette étude pourrait répondre à des questions cruciales telles que : « *Comment la poursuite du bien-être financier peut-elle influencer la satisfaction à court terme (bien-être hédonique) par rapport à la réalisation personnelle à long terme (bien-être eudémonique) chez les entrepreneurs ?* », « *Les entrepreneurs qui poursuivent des objectifs alignés sur leurs valeurs et leurs passions connaissent-ils un bien-être eudémonique plus élevé que ceux qui se concentrent principalement sur la recherche de leur bien-être financier ?* ».

La thèse a mis en avant la multi-dimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur et a souligné les facteurs pathogènes et les facteurs salutogènes qui impactent les différentes dimensions de ce dernier durant le processus entrepreneurial. Cependant nous reconnaissons que la thèse n'a pas analysé les interactions entre ces différentes dimensions au cours du temps. Une telle étude serait intéressante pour comprendre comment les aspects pathogènes et salutogènes de l'entrepreneuriat interagissent et s'influencent mutuellement. Cette compréhension permettrait d'identifier les facteurs de risque et de protection, d'optimiser les



interventions, de prévenir les effets en cascade et de personnaliser le soutien aux entrepreneurs en difficulté. Les dimensions du bien-être de l'entrepreneur sont étroitement liées puisque la thèse a démontré qu'une baisse du bien-être de l'entrepreneur dans une seule de ces dimensions entraîne une baisse du bien-être global de l'entrepreneur. En examinant les interactions entre les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur, on prendrait en compte la complexité du bien-être et on offrirait des pistes pour soutenir efficacement la santé mentale et physique de l'entrepreneur, tout en favorisant une meilleure qualité de vie globale pour celui-ci.

### *3.3 Perspectives de recherche autour de la multidimensionnalité du bien-être de l'entrepreneur*

Le thèse a mis en évidence l'importance de la dimension temporelle du bien-être de l'entrepreneur et la prévalence de cette dimension sur les quatre autres (psychologique, physique, financière et sociale). Il serait intéressant d'analyser comment et par quelles stratégies l'entrepreneur maintient son bien-être temporel. Pour cela, les chercheurs pourraient étudier les différentes formes d'organisations temporelles des entrepreneurs. Il s'agirait de comprendre comment les entrepreneurs gèrent et optimisent leur temps afin de lutter par exemple contre l'épuisement physique et mental (Torrès et Kinowski-Moysan, 2019), la pression temporelle (Hyytinen et Ruuskanen, 2007) et le stress chronique (Rauch, 2018). Dans un environnement économique et technologique où tout est vitesse, les recherches futures pourraient s'orienter vers la question suivante : « *comment l'entrepreneur peut-il maintenir son bien-être temporel, via le slow business ou slow management ?* » (Vitari et al., 2013).

Durant notre travail de recherche, nous avons fait le choix de ne pas traiter le bien-être de l'entrepreneur à travers l'approche par les traits et l'approche par les comportements (Grandclaude et Nobre, 2013). Afin de proposer une amélioration personnalisée du suivi des

entrepreneurs en ce qui concerne leur niveau de bien-être, il serait intéressant d'intégrer à l'analyse cet aspect pour mieux comprendre comment les caractéristiques individuelles (traits) (Cassar, 2007) de l'entrepreneur et son vécu (comportements) (Pettersen et Jacob, 1992) peuvent influencer son bien-être et si ces facteurs influencent toutes les dimensions de celui-ci. Notre étude de l'évolution du bien-être de l'entrepreneur a mis en évidence différentes phases concernant chaque dimension étudiée. Chacune de ses phases pourrait être le point de départ pour des recherches plus approfondies. Par exemple, en ce qui concerne l'aspect santé, des études spécifiques croisant les domaines de la médecine et de l'entrepreneuriat pourraient se concentrer sur la phase de déni, de rupture, de prise de conscience ou d'action, et les analyser en détail, avec pour chaque phase des variables organiques précises à identifier et à mesurer telles que la tension artérielle, l'étude du sommeil profond et paradoxal, la prise ou la perte de poids.

En outre, il serait bénéfique de se tourner vers la psychologie entrepreneuriale pour examiner dans quelle mesure le bien-être de l'entrepreneur peut agir comme un biais cognitif dans le processus de prise de décision et évaluation du risque dans un environnement instable (Shyti et Paraschiv, 2015). Les entrepreneurs pourraient être enclins à prendre des décisions différentes en fonction de leur état de bien-être temporel, ce qui pourrait avoir des implications significatives pour leurs entreprises. En explorant cette relation, on pourrait découvrir comment le bien-être influence la perception des risques, la créativité, la résilience, et d'autres aspects clés de la prise de décision entrepreneuriale.

Il est à envisager également d'étudier le bien-être des entrepreneurs à profils atypiques. En effet, nombre d'individus dits à profils atypiques, se tournent vers l'entrepreneuriat par nécessité, faute de trouver un poste ou un emploi salarié qui réponde à leurs particularités. Il est ici fait référence aux personnes à Haut Potentiel Intellectuel (HPI), aux personnes porteuses d'un trouble du spectre autistique (TSA) ou bien encore des personnes avec un trouble

déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). De nombreux entrepreneurs neurodivergents affichent leur différence et la présentent comme une force en entrepreneuriat : Mark Zuckerberg (TSA et HPI), Bill Gates (TDAH, TSA et HPI), Steve Jobs (TSA et HPI), Elon Musk (TSA et HPI), Richard Branson (TDAH et HPI), etc. Si les travaux de Miller et Len Breton-Miller (2017) sont axés sur les entrepreneurs porteurs de TDAH, les travaux sur les entrepreneurs neurodivergents sont peu nombreux. Entreprendre des recherches sur le bien-être de ces individus pourrait du fait de leurs approches uniques et non conventionnelles de leur environnement, ouvrir de nouvelles pistes de réflexion sur le bien-être de l'entrepreneur en sortant des considérations traditionnelles, en s'orientant vers des approches diverses via la pensée non linéaire de la préservation des différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur.

# Bibliographie

- Abdellaoui, M., Gutierrez, C., and Kemel, E. (2018). Temporal discounting of gains and losses of time: An experimental investigation, *Journal of Risk and Uncertainty*, 57(1): 1-28.
- Abord de Chatillon, E., Richard, D. (2015). Du sens, du lien, de l'activité et de confort (SLAC) : Proposition pour une modélisation des conditions du bien-être au travail par le SLAC. *Revue Française de Gestion*, 249(4) : 53-71.
- Abreu, M., Oner, O., Brouwer, A., van Leeuwen, E. (2019). Well-being effects of self-employment: A spatial inquiry. *Journal of Business Venturing*, 34(4): 589-607.
- Aeon, B., Aguinis, H. (2017). It's about Time: New perspectives and insights on time management, *Academy of Management Perspectives*, 31(4): 309-330.
- Aeon, B., Giurge, L., and Whillans, A. (2020). Toward a theory of subjective time, *Academy of Management Proceedings*, 2020(1): 21362.
- Ahl H. (2006). Why Research on Women Entrepreneurs Needs New Directions, *Entrepreneurship Theory and Practice*, 30(5): 595-621.
- Alami S., Desjeux D., Garabau-Moussaoui I., (2019). *Les Méthodes Qualitatives*, Presses Universitaires de France, Paris, France.
- Allard-Poesi F., Perret V., (2003). La recherche-action , dans *Conduire un Projet de Recherche : une Perspective Qualitative*, EMS, Caen : 245-290.
- Allen, K. R. 2006. *Launching New Ventures: An Entrepreneurial Approach*. Houghton Mifflin. New York, USA.
- Ancona, D.G., Goodman P.S., Lawrence, B.S., and Tushman, M.L. (2001). Time: A new research lens, *Academy of Management Review*, 26(4): 645-663.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1): 11-18.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping*, Jossey-Bass Publishers, San Francisco, USA.
- Ataria, Y., Neria, Y. (2013). Consciousness-body-time: How do people think lacking their body?, *Human Studies*, 36(2): 159-178.

Audretsch, D.B., Thurik, A.R. (2001). What's new about the new economy? Sources of growth in the managed and entrepreneurial economies. *Industrial and Corporate Change*, 10(1): 267-315.

Ayadi, N., Paraschiv, C., Vernet, É. (2019). Vers un référentiel théorique interdisciplinaire du bien-être individuel. *Revue Française de Gestion*, 281(4) : 43-56.

Ayadi, N., Paraschiv, C., Vernet, E. (2017), "Increasing Consumer Well-Being: Risk as Potential Driver of Happiness", *Applied Economics*, 49(43): 4321-4335.

Bachir, M., Bussat, V. (2000). L'entretien en actes. *Les Méthodes au Concret*, Presses Universitaires de France, Paris : 31-58.

Bakker, R.M., Shepherd, D.A. (2017). Pull the plug or take the plunge: Multiple opportunities and the speed of venturing decisions in the Australian mining industry, *Academy of Management Journal*, 60(1): 130-155.

Bah, T., Gaillon, D. (2016). Suicidal process of small business leaders: state of play and prevention measures. *Management Avenir*, 85(3): 79-105.

Barach, J. A., Gantisky, J., Ourson, J. A., Doochin, B. A. (1988). Entry of the next generation strategy, challenge for family business *Journal of Small Business Management*, 3: 12.

Baron, R.A. (2008). The role of affect in the entrepreneurial process. *Academy of Management Review*, 33(2): 328-340.

Baumard, P., Donada, C., Ibert, J., Xuereb, J.M. (1999). La collecte des données et la gestion de leurs sources dans, *Méthodes de Recherche en Management*, R. A. Thiétard, Dunod, Paris, France : 224-256.

Baumard, P., Ibert, J. (2014). Quelles approches avec quelles données, dans *Méthodes de Recherche en Management*, R. A. Thiétard, Dunod, Paris : 105-128.

Baumard, P., Ibert, J. (2003). Quelles approches avec quelles données, dans *Méthodes de Recherche en Management*, R.A. Thiétard, Dunod, Paris, France : 82-103.

Becker, C. M., Glascoff, M. A., Felts, W. M. (2010). Salutogenesis 30 Years Later: Where Do We Go from here? *International Electronic Journal of Health Education*, 13: 25-32.

Berthe, B. (2021). Bien-être, questions de gestion. *Bien-être, questions de gestion*, L'Harmattan, Paris, France.

Berg, A. E. (1905). *The Writings of Thomas Jefferson*, volume XV, The Jefferson Memorial Association. Washington, USA.

Bietry, F., Creusier J. (2013). « Proposition d'une échelle de mesure positive du bien-être au travail (EPBET) », *Revue de Gestion des Ressources Humaines*, 87: 23-41.

Binder, M., Coad, A., (2016). How Satisfied are the Self-Employed? A Life Domain View, *Journal of Happiness Studies*, 17(4): 1409–1433.

Binnié, M., Douillard, J.L., Fèvre, M. (2018). *La souffrance de l'entrepreneur. Comprendre pour agir et prévenir le suicide*. Presses de l'EHESP, Rennes, France.

Bird, B., Schjoedt, L., Baum, J. R. (2012). Editor's introduction. Entrepreneurs' behavior: Elucidation and measurement. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 36(5): 889-913.

Bird, B.J., West, G.P. (1998). Time and entrepreneurship, *Entrepreneurship Theory and Practice*, 22(2): 5-9.

Bissonnette, J.F., Crétois, P., Rio, C., Roza S., Desaldeleer, N. (2017). *Debt as a social relationship. Freedom or servitude?* Bord de l'eau (Le), Lormont.

Bitektine, A. (2011). Toward a theory of social judgments of organizations: The case of legitimacy, reputation, and status. *Academy of Management Review*, 36: 151–179

Bornard, F., Toutain, O. Verzat, C. (2018). Dépasser le mythe de l'entrepreneur super héros. *Entreprendre & Innover*, 39, 5-9.

Bouillon, E., Paraschiv, C. (2020). Le coaching, un vecteur de changement au sein des organisations? *Revue Française de Gestion*, 46(291): 73–87.

Boussagnet, S., Bourgeois, M. (2023) *J'entreprends sans m'épuiser: Réussir en préservant son bien-être et sa santé*. Vuibert, Paris, France.

Boutillier, S. Tiran, A. (2016). La théorie de l'entrepreneur, son évolution et sa contextualisation. *Innovations*, 50: 211-234. Brockhaus, R. H. (1980). Risk taking propensity of entrepreneurs. *Academy of Management Journal*, 23(3): 509-520.

Bowen, G.A. (2008). Naturalistic inquiry and the saturation concept: A research note, *Qualitative Research*, 8(1): 137–152.

Boyle, P.A., Buchman, A.S., Barnes, L.L., Bennett, D.A. (2010). Effect of a purpose in life on risk of incident Alzheimer disease and mild cognitive impairment in community-dwelling older persons. *Archives of General Psychiatry*, 67(3): 304-310.

Bozzon, R., Murgia, A. (2021). Work-family conflict in Europe. A focus on the heterogeneity of self-employment. *Community, Work & Family*, 24(1): 93-113.

Bradley, B. (2021). A Defense of Temporal Well-Being, *Res Philosophica*, 98(1): 117-123.

Brockhaus, R., Horwitz, P. (2002). *The Psychology of the Entrepreneur. Entrepreneurship: Critical Perspectives on Business and Management*: Routledge, Londres, Royaume-Uni.

Brown, K.W., Ryan, R.M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4): 822-848.

Cantillon, R. (1755). *Essay on the Nature of Trade in General*. Henry Higgs edition and translation, Londres, Royaume-Uni (1959).

Cardon, M. S., Patel, P. C. (2015). Is stress worth it? Stress-related health and wealth trade-offs for entrepreneurs. *Applied Psychology*, 64(2): 379-420.

Carland, J. W., Hoy, F., Carland, J. A. C. (1988). "Who is an entrepreneur?" is a question worth asking. *American Journal of Small Business*, 12(4): 33-39.

Carton, R. B., Hofer, C. W., Meeks, M. D. (1998). The entrepreneur and entrepreneurship: Operational definitions of their role in society. In *Annual International Council for Small Business. Conference, Singapore*: 1-12.

Cassar, G. (2007). Money, money, money? A longitudinal investigation of entrepreneur career reasons, growth preferences and achieved growth. *Entrepreneurship & Regional Development*, 19: 89-107.

Chao, L.W., Pauly, M., Szrek, H., Pereira, N.S., Bundred, F., Cross, C., Gow, J. (2007). Poor health kills small business: Illness and microenterprises in South Africa. *Health Affairs*, 26(2): 474-482.

Charmaz, K. (2014). *Constructing grounded theory*. Sage Publication, Thousand Oaks, USA.

Chen, C.C., Greene, P.G. Crick, A. (1998). Does entrepreneurial self-efficacy distinguish entrepreneurs from managers? *Journal of Business Venturing*, 13(4): 295-316.

Cloninger, P. A., Oviatt, B. (2007). Service content and the internationalization of young ventures: an empirical test. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 31(2): 233-256.

Cohen, R., Bavishi, C., Rozanski, A. (2016). Purpose in life and its relationship to all-cause mortality and cardiovascular events: A meta-analysis. *Psychosomatic Medicine*, 78(2): 122-133.

Cole, A. H. (1969). Definition of entrepreneurship. In *Karl A. Bostrom Seminar in the Study of Enterprise. Milwaukee: Center for Venture Management*: 10-22.

Collins, O. F. Moore, D. G. (1970). *The Organization Makers*. Appleton-Century-Crofts, New York, USA.

Connolly, F.F., Sevä, J.I., Gärling, T. (2020). How does time pressure influence emotional wellbeing? Investigating the roles of domain satisfaction and neuroticism among small-business owners, *International Journal of Wellbeing*, 10(2): 71-88.

Cooper, A., Ramachandran, M., Schoorman, D. (1998). Time Allocation Patterns of Craftsmen and Administrative Entrepreneurs: Implications for Financial Performance. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 22(2): 123–136.

Cossette, P. (2014). Heuristics and cognitive biases in entrepreneurs: A review of the research. *Journal of Small Business & Entrepreneurship*, 27(5): 471-496.

Cunningham, J. B., Lischeron, J. (1991). Defining entrepreneurship. *Journal of small Business Management*, 29(1): 45-61.

Das, T.K., Teng, B.-S. (1998). Time and Entrepreneurial Risk Behavior. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 22(2): 69–88.

Davids, L. E. (1963). *Characteristics of Small Business Founders in Texas and Georgia*. Small Business Administration. Washington, D. C, USA.

Debray, C., Paradas, A., Fournier, C., Torrès, O. (2016), The relationship between the sense of coherence in the directors of SMEs, and their perception of stress, isolation, and physical and mental health, *32nd EGOS Colloquium*, July 7-9, Naples, Italy.

Deci, E. L., Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of happiness studies*, 9 : 1-11.

De Chatillon, E. A., Richard, D. (2015). Du sens, du lien, de l'activité et du confort (SLAC) – Proposition pour une modélisation des conditions du bien-être au travail par le SLAC. *Revue Française de Gestion*, 41(249): 53-71.

De Freyman, J., Boussaguet, S., Cullière, O. (2021). Essai de conceptualisation de la légitimité du repreneur externe de PME. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 20(4): 17-40.

Delaye-Habermacher, R., de Toledo, A. (2020). The perception of the health of the leader, a chiaroscuro reality? Exploratory study. *Management & Sciences Sociales*, 28: 106-116.



Delmar, F. Davidsson, P. (2000). Where do they come from? Prevalence and characteristics of nascent entrepreneurs. *Entrepreneurship and Regional Development*, 12(1), 1-23.

Demaizière, F., Narcy-Combes, J. P. (2007). Du positionnement épistémologique aux données de terrain. *Recherches en didactique des langues et des cultures. Les cahiers de l'Acedle*, 4(4).

Desai, S. (2017). Measuring entrepreneurship: Type, motivation, and growth. *IZA Institute of Labor economics World of Labor*: 327.

Deschamps, J. (2003). A "re-reading" of the Ottawa Charter. *Santé Publique*, 15: 313-325.

DeTienne, D.R. (2010). Entrepreneurial exit as a critical component of the entrepreneurial process: Theoretical development. *Journal of Business Venturing*, 25(2): 203-215.

Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4): 397-404.

Diener, E. 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95: 542-575.

Diener, E., Oishi S., Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research, *Nature Human Behaviour*, 2(4): 253-260.

Doré, I., Caron, J. (2017). Santé mentale: concepts, mesures et déterminants. *Santé mentale au Québec*, 42(1): 125-145.

Douglas, E. J., Shepherd, D. A. (2002). Self-Employment as A Career Choice: Attitudes, Entrepreneurial Intentions, and Utility Maximization. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 26(3): 81-90.

Draheim. K, P, (1972). Factors influencing the rate of formation of technical companies. *Technical entrepreneurship: A Symposium. Milwaukee: Center for Venture Management*. 3-2.

Drouin, P., Bertrand-Dubois, D., Provost Savard, Y., Champagne, É., Londei-Shortall, J., Dagenais-Desmarais, V. (2019). La relation entre le bien-être eudémonique et hédonique au travail : vers une compréhension de sa direction. *Journal sur l'identité, les relations interpersonnelles et les relations intergroupes*, 12: 12-23.

Dumez, H. (2021). *Méthodologie de la recherche qualitative : Toutes les questions-clés de la démarche*. Vuibert, Paris.

Dumez, H. (2011). Qu'est-ce que la recherche qualitative ? *Le Libellio d'Aegis*, 7(4-Hiver) : 47-58.

Evans, V. (2003). *The structure of time: Language, meaning and temporal cognition*. Amsterdam: John Benjamins Publishing.

Fairlie, R. W., Fossen, F. M. (2018). Opportunity versus necessity entrepreneurship: Two components of business creation. *IZA Institute of Labor Economics* discussion paper: 11258.

Farragher, R., Coogan, D. (2018). Constructivist grounded theory: Recognizing and raising the voice of young people with experience of care systems. *Child Care in Practice*, 1-12.

Feldman, L.P., Hornik, J. (1981). The Use of Time: An Integrated Conceptual Model, *Journal of Consumer Research*, 7(4): 407-419.

Fernet, C., Torrès, O., Austin, S., St-Pierre, J. (2016). The psychological costs of owning and managing an SME: Linking jobstressors, occupational loneliness, entrepreneurial orientation, and burnout, *Burnout Research*, 3(2): 45-53.

Fèvre, M. (2018). Determinants of entrepreneurial health, keys to understanding. In Binnié M. (ed.), *La souffrance de l'entrepreneur : Comprendre pour agir et prévenir le suicide*. Presses de l'EHESP, Rennes, France: 49-69.

Fiet, J. O., Patel, P. C. (2008). Entrepreneurial discovery as constrained, 183olytechni search. *Small Business Economics*, 30: 215-229.

Fisher, G. (2020). The complexities of new venture legitimacy. *Organization Theory*, 1(2), 2631787720913881.

Fisher, G., Kotha, S., Lahiri, A. (2016). Changing with the times: An integrated view of identity, legitimacy, and new venture life cycles. *Academy of Management Review*, 41(3): 383-409.

Fischer, E. M., Reuber, A. R., Dyke, L. S. (1993). A theoretical overview and extension of research on sex, gender, and entrepreneurship. *Journal of Business Venturing*, 8: 151–168.

Franke, A. (2015). Salutogenetische Perspektive. BZgA. Leitbegriffe der Gesundheitsförderung.

Franzkowiak, P., Lehmann, M. (2015). Gesundheits-/Krankheits-Kontinuum. *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung*.

Forsyth, D., Van Gelderen, M. (2005). Time management for novice nascent entrepreneurs. *International Journal of Entrepreneurship Education*, 3(3): 245-252.

Fowle, M. (2019). The entrepreneurial dream: happiness, depression and freedom. *International Review of Entrepreneurship*, 17 (3): 305-322.

Fowers, B. J., Mollica, C. O., Procacci, E. N. (2010). Constitutive and instrumental goal orientations and their relations with eudaimonic and hedonic well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(2): 139-153.

Fredrickson, B. L., Grewen, K. M., Algoe, S. B., Firestone, A. M., Arevalo, J. M. G., Ma, J., Cole, S. W. (2015). Psychological well-being and the human conserved transcriptional response to adversity. *Plos One*, 10(3): e0121839.

Freudenberger, H.J. (1975). The staff burn-out syndrome in alternative institutions, *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 12(1): 73-82.

Frisch, F. (1999), *Les études qualitatives*, Editions de l'Organisation, Paris.

Garhammer, M. (2002). Pace of life and enjoyment of life, *Journal of Happiness Studies*, 3(3): 217–256.

Gartner, W.B. (1988). "Who is an entrepreneur?" is the wrong question. *American Journal of Small Business*, 12(4): 11-32.

Gartner, W. B., Shane, S. A. (1995). Measuring entrepreneurship over time. *Journal of Business Venturing*, 10(4): 283-301.

Geiger, S.M., Freudenstein, J.P., von Jorck, G., Gerold, S., Schrader, U. (2021). Time wealth: Measurement, drivers, and consequences. *Current Research in Ecological and Social Psychology*, 2: 100015.

Georget, V. (2020). *Approche Salutogénique du Corporate Entrepreneurship : Quels Apprentissages Organisationnels ?* Thèse, Ecole Polytechnique Paris, I.

Gharbi, V. (2017). Faut-il surveiller la santé des créateurs d'entreprise, in Torrès, O. (ed.) *La santé du dirigeant : de la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salubre*, De Boeck Supérieur, Brussels, Belgium.

Gharbi, V. (2014). La place de la santé dans les structures d'accompagnement à la création d'entreprise: une perspective salutogénique (thèse Montpellier 1).

Gholipour, H.F., Kalantari, H.D., Kousary, M. (2022). Self-employment and Life Satisfaction: The Moderating Role of Perceived Importance of Family, Friends, Leisure Time, and Work, *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 100, 101922.

Giacomin 1, O., Janssen, F., Guyot, J. L. (2016). Entrepreneurs de nécessité et d'opportunité : quels comportements durant la phase de création ? *Revue de l'Entrepreneuriat*, 15(3): 181-204.

Gielnik, M.M., Zacher, H., Frese, M. (2012). Focus on opportunities as a mediator of the relationship between business owners' age and venture growth. *Journal of Business Venturing*, 27(1): 127-142.

Glaser, B., Strauss, A. (2000). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Routledge, Londres, Royaume-Uni.

Glaser, B.G., Strauss, A.L. (1967), *The discovery of grounded theory, strategies for qualitative research*, Aldine publishing company, New York.

Girod-Séville, M., Perret V. (1999). Fondements épistémologiques de la recherche» dans *Méthodes de Recherche en Management*, R. A. Thiétard, Dunod, Paris, France : 13-33.

Goffman, E. (1975), *Stigmates : Les usages sociaux des handicaps*, Éditions de Minuit.

Gomez-Breyse, M. (2016). L'entrepreneur «lifestyle». *Revue de l'Entrepreneuriat*, 15(3): 231-256.

Gompers, P., Kovner, A., Lerner, J., Scharfstein, D. (2008). Venture capital investment cycles: The impact of public markets. *Journal of Financial Economics*, 87(1): 1-23

Gonzalez-Mulé, E., Cockburn, B. (2017). Worked to death: The relationship of job demands and job control with mortality. *Personnel Psychology*, 70(1): 73-112.

Gorgievski, M., Stephan, U. (2016). Advancing the Psychology of Entrepreneurship: A Review of the Psychological Literature and an Introduction. *Applied Psychology*, 65(3): 437–468.

Grandclaude, D., Nobre, T. (2013). Caractéristiques du propriétaire dirigeant de PME, entre l'être et le faire, où en sommes-nous ? *XXIIème conférence de l'AIMS, Clermont-Ferrand*, France.

Greiner, L.E. (1972). Evolutions and revolutions as organizations grow, *Harvard Business Review*, 50(4): 37-46.

Grossi, G., Lanzarotti, R., Napoletano, P., Noceti, N., Odone, F. (2020). Positive technology for elderly well-being: A review, *Pattern Recognition Letters*, 137: 61-70.

Gruber, M. (2007). Uncovering the value of planning in new venture creation: A process and contingency perspective. *Journal of Business Venturing*, 22(6): 782-807.

Guery, A. (2011). *Montchrestien et Cantillon : Le Commerce et l'Emergence d'une Pensée Economique*. ENS Éditions, Lyon, France.

Guest, G., Bunce, A., Johnson, L. (2006). How many interviews are enough? An experiment with data saturation and variability, *Field methods*, 18(1): 59-82.

Guiliani, F. (2016). *Entrepreneurial alertness: the sleep-related antecedents of the SME manager*, PhD thesis, University of Montpellier

Guiliani, F., Torrès, O. (2017). L'influence de la somnolence et de la concentration sur la vigilance entrepreneuriale des dirigeants de PME. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 16(3): 147-176.

Guillemette, F. (2006). L'approche de la grounded theory : pour innover? *Recherches qualitatives*, 26(1): 32-50.

Guo, B., Huang, J. (2023). Financial Well-Being and Financial Capability among Low-Income Entrepreneurs. *Journal of Risk and Financial Management*, 16(3): 181.

Gupta, P., Chauhan, S., Paul, J., Jaiswal, M. P. (2020). Social entrepreneurship research: A review and future research agenda. *Journal of business research*, 113: 209-229.

Hahn, V. C., Frese, M., Binnewies, C., Schmitt, A. (2012). Happy and proactive? The role of hedonic and eudaimonic well-being in business owners' personal initiative. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 36(1): 97-114.

Haleem, A., Javaid, M., Vaishya, R. (2020). Effects of COVID-19 pandemic in daily life. *Current Medicine Research and Practice*, 10(2): 78-79.

Hanlon, D. Saunders, C. (2007). Marshaling resources to form small new ventures: Toward a more holistic understanding of entrepreneurial support. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 31(4): 619-641.

Harris, L. (2003). Home-based teleworking and the employment relationship: Managerial challenges and dilemmas, *Personnel review*, 32(4): 422-437.

Harris, J.A., Saltstone, R., Fraboni, M. (1999) An Evaluation of the Job Stress Questionnaire with a Sample of Entrepreneurs. *Journal of Business and Psychology*: 13447-455.

Hashim, S., Naldi, L., Markowska, M. (2021) 'The royal award goes to...': Legitimacy processes for female-led family ventures. *Journal of family business strategy*. 12 (3), 100358.

Hawking, S., Penrose, R. (2010). *The nature of space and time*. Princeton: Princeton University Press.

Hébert, R. F., Link, A. N. (1982). *The Entrepreneurs: Mainstream Views and Radical Critiques*. Praeger, New York, USA.

Heichelbech, S., Paraschiv, C. (2022). Entrepreneur's attitude towards health: Between denial, breakdown, awareness, and action. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 21(2): 33-58

Henry, C., Foss, L., Ahl, H. (2016). Gender and entrepreneurship research: A review of methodological approaches. *International Small Business Journal*, 34(3): 217–241.

Hessels, J., Rietveld, C.A., Thurik, A.R., Van der Zwan, P. (2018). Depression and entrepreneurial exit. *Academy of Management Perspectives*, 32(3): 323-339.

Hill, P. L., Turiano, N. A. (2014). Purpose in life as a predictor of mortality across adulthood. *Psychological Science*, 25(7): 1482-1486.

Hite, J. (2005). Evolutionary processes and paths of relationally embedded network ties in emerging entrepreneurial firms. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 29(1): 113–144.

Hmielesky, K.M., Carr, J.C., 2008. The relationship between entrepreneurs' psychological capital and new venture performance. *Frontiers of Entrepreneurship Research*, 28(4): 1–15.

Hornaday, J. Aboud, J. (1971). Characteristics of successful entrepreneurs. *Personnel Psychology*, 24: 141-153.

Hornaday, J. Bunker, C. (1970). The nature of the entrepreneur. *Personnel Psychology*, 23: 47-54.

Howorth, C., Tempest, S., Coupland, C. (2005). Rethinking entrepreneurship methodology and definitions of the entrepreneur. *Journal of small Business and Enterprise Development*, 12: 24-40.

Hull, G. (2017). *A Treatise on Political Economy*. Routledge, Londres, Royaume-Uni.

Hull, D. L., Bosley, J. J. Udell, G. G. (1980). Reviewing the heffalump: Identifying potential entrepreneurs by personality characteristics. *Journal of Small Business Management*, 18: 11-18.

Hyytinen, A., Ruuskanen, O. P. (2007). Time use of the self-employed. *Kyklos*, 60: 10-122.

Johnson, S.L., Madole, J.W., Freeman, M.A. (2018). Mania risk and entrepreneurship: Overlapping personality traits. *Academy of Management Perspectives*, 32(2): 207-227.

Julien, P.A. (2015). Olivier de Serres, Ménageur et entrepreneur, dans *Les Grands Auteurs en entrepreneuriat et PME*, Messenghem, K., Torrès, O. EMS, Caen, France : 30-47.

Juster, R.P., McEwen, B. S. Lupien, S.J. (2010). Allostatic load biomarkers of chronic stress and impact on health and cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(1): 2-16.

Kao, R. W. (1993). Defining entrepreneurship: past, present and? *Creativity and Innovation Management*, 2(1): 69-70.

Kasperova, E. (2021) Impairment (in)visibility and stigma: how disabled entrepreneurs gain legitimacy in mainstream and disability markets. *Entrepreneurship and regional development*. 33 (9-10): 894–919

Kasser, T., Sheldon, K.M. (2009). Time affluence as a path toward personal happiness and ethical business practice: Empirical evidence from four studies, *Journal of Business Ethics*, 84(2): 243–255.

Kaufmann, J.-C. (2001). *Ego : pour une sociologie de l'individu*. Nathan, Paris, France.

Kevill, A., Trehan, K., Harrington, S., Kars-Unluoglu, S. (2021). Dynamic managerial capabilities in micro-enterprises: Stability, vulnerability and the role of managerial time allocation, *International Small Business Journal*, 39(6): 507-531.

Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social psychology quarterly*: 121-140.

Keyes, C. L., Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology*, 4: 197-201.

Keyes, C.L., Lopez, S. (2002). *Toward a Science of Mental Health: Positive Directions in Diagnosis and Interventions. The Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press, New-York, USA.

Keyes, C. L., Shmotkin, D., Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6): 1007.

Kibler, E., Wainwright T., Kautonen T, Blackburn R. (2015) Can Social Exclusion Against ‘Older Entrepreneurs’ Be Managed? *Journal of small business management*. 53: 193–208.

Kim, E.S., Sun, J.K., Park, N., Kubzansky, L.D. Peterson, C. (2013). Purpose in life and reduced risk of myocardial infarction among older US adults with coronary heart disease: a two-year follow-up. *Journal of Behavioral Medicine*, 36(2): 124-133.

Kirtley, J., O'Mahony, S. (2020). What is a pivot? Explaining when and how entrepreneurial firms decide to make strategic change and pivot, *Strategic Management Journal*, 44(1): 197-230.

Kirzner, I. M. (1999). Creativity and/or alertness: A reconsideration of the Schumpeterian entrepreneur. *The Review of Austrian Economics*, 11(1-2): 5-17.

Koch, C.J., Kleinmann, M. (2002). A stitch in time saves nine: Behavioural decision-making explanations for time management problems, *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 11(2): 199–217.

Koenig, G., (2009). « L'étude de cas à visée informationniste », *Le Libellio d'Aegis*, 5(4): 7-13.

Koh, H. C. (1996). Testing hypotheses of entrepreneurial characteristics: A study of Hong Kong MBA students. *Journal of Managerial Psychology*, 11(3): 12-25.

Kollmann, T., Stöckmann, C., Kensbock, J.M. (2019). I can't get no sleep—The differential impact of entrepreneurial stressors on work-home interference and insomnia among experienced versus novice entrepreneurs. *Journal of Business Venturing*, 34: 692-708.

Kushlev, K., Heintzelman, S.J., Oishi, S., Diener, E. (2018). The declining marginal utility of social time for subjective well-being, *Journal of Research in Personality*, 74: 124-140.

Lachmann H., Larose C. et Penicaud M. (2010). « *Bien-Etre et Efficacité au Travail, 10 Propositions pour améliorer la Santé Psychologique au Travail* ». Rapport fait à la demande du Premier ministre.

Lagabrielle, C., Laberon, S. (2015). Santé au travail et risques psychosociaux : Tous Préventeurs ? *Santé au Travail et Risques Psychosociaux* : 1-294.

Lajarge, É., Debiève, H. Nicollet, Z. (2013). Evolution of the definition of public health. In Lajarge, É., Debiève, H., Nicollet, Z. (Eds), *Santé publique : En 12 notions*, Dunod, Paris, France: 13-40.

Larsson, J., Andersson, D., Nässén, J. (2017). Subjective temporal well-being: Defining, measuring, and applying a new concept, *Cogent Social Sciences*, 3(1): 1-12.

Larsson, J., Andersson, D., Holmberg, J., Nässén, J. (2013). Temporal well-being: a central dimension of sustainable lifestyles? *SCORAI-conference*, Worcester.

Larsson, J. P., Thulin, P. (2019). Independent by necessity? The life satisfaction of necessity and opportunity entrepreneurs in 70 countries. *Small Business Economics*, 53(4): 921-934.

Lazear, E. (2005). Entrepreneurship. *Journal of Labor Economics*, 23(4): 649-680.



Lechat, T., Torrès, O. (2016a). Les risques psychosociaux du dirigeant de PME: typologie et échelle de mesure des stressseurs professionnels 1. *Revue internationale PME*, 29(3): 135-159

Lechat T., Torrès, O. (2016b). Exploring Negative Affect in Entrepreneurial Activity: Effects on Emotional Stress and Contribution to Burnout, in *Emotions and Organizational Governance - Research on Emotion in Organizations*, Emerald Group Publishing Limited, 12: 69-99.

Lerman, M.P., Munyon, T.P., Williams, D.W. (2021). The (not so) dark side of entrepreneurship: A meta-analysis of the well-being and performance consequences of entrepreneurial stress, *Strategic Entrepreneurship Journal*, 15(3): 377-402.

Lévesque, M., MacCrimmon, K. R. (1998). On the interaction of time and money invested in new ventures. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 22(2): 89-110.

Lévesque, M., Stephan, U. (2020). It's Time We Talk About Time in Entrepreneurship, *Entrepreneurship Theory and Practice*, 44(2): 163-184.

Lévy, R. (1994). Croyance et doute: une vision paradigmatique des méthodes qualitatives . *Ruptures, revue transdisciplinaire en santé*, 1 : 92- 100.

Litzinger, W. D. (1965). The motel entrepreneur and the motel manager. *Academy of Management Journal*, 8: 268-281.

Liu, Y., Schøtt, T., Zhang, C. (2019). Women's experiences of legitimacy, satisfaction and commitment as entrepreneurs: embedded in gender hierarchy and networks in private and business spheres. *Entrepreneurship & Regional Development*, 31(3-4): 293-307.

Loprinzi, P.D. (2015). Factors influencing the disconnect between self-perceived health status and actual health profile: implications for improving self-awareness of health status. *Preventive Medicine*: 7337-39.

Louvrier-Clerc, M., Mendez, V. (2018). Le rapport au temps: un critère d'évaluation clé dans l'accompagnement d'entrepreneurs, activateur de sens et générateur de transformation, *Vie sciences de l'entreprise*, 205(1): 128-153.

Low, J. (2019). A pragmatic definition of the concept of theoretical saturation. *Sociological Focus*, 52(2): 131-139.

Low, M.B. (2001). "The adolescence of entrepreneurship research: specification of purpose", *Entrepreneurship Theory and Practice*, 25(4): 17-25. Marchesnay, M. (2008). L'entrepreneur : une histoire française. *Revue Française de Gestion*, (8): 77-95.

Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3): 541-572.

MacIntosh, D., MacLean, D., Burns, H. (2007). Health in Organization: Towards a Process-Based View. *Journal of Management Studies*, 44(2): 206-221.

Madsen, P. M. (2018). Creatives' Destruction: Suicide Risk among Entrepreneurs relative to Wageworkers. *Academy of Management Proceedings*: 15645.

Marchesnay, M. (2020) *Entreprendre Histoires d'une servitude volontaire*. EMS éditions Caen, France.

Marshall, D. R., Meek, W. R., Swab, R. G., Markin, E. (2020). Access to resources and entrepreneurial well-being: A self-efficacy approach. *Journal of business research*, 120: 203-212.

Maslach, C., Jackson, S.E., Leiter, M.P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual*, 3rd ed, Consulting Psychologists Press, Palo Alto, USA.

Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélair, S., Battaglini, A. (1998). The structure of mental health: Higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. *Social Indicators Research*, 45: 475-504.

Mazari, L., Berger-Douce, S., Deschamps, B. (2020). Les déterminants psychologiques de la légitimité du repreneur externe d'une PME auprès des salariés. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 19(3):163-187.

Mbengue, A., Vandangeon-Derumez, I., Garreau, L. (2014). Chapitre 11. Construire un modèle. Dans Thiétart, R-A. (éd.), *Méthodes de recherche en management*, Dunod, Paris : 334-387.

McClelland, D. C. (1961). *The Achieving Society*. Van Nostrand, Princeton, USA.

McDowell, W. C., Matthews, L. M., Matthews, R. L., Aaron, J. R., Edmondson, D. R., Ward, C. B. (2019). The price of success: balancing the effects of entrepreneurial commitment, work-family conflict and emotional exhaustion on job satisfaction. *International Entrepreneurship and Management Journal*, 15(4): 1179-1192.

McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C.R., Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90(1): 53-76.

McMullen, J. S., Shepherd, D. A. (2006). Entrepreneurial action and the role of uncertainty in the theory of the entrepreneur. *Academy of Management Review*, 31(1) : 132-152.

Méliani, V. (2013). Choisir l'analyse par théorisation ancrée : illustration des apports et des limites de la méthode. *Recherches Qualitatives*, 15: 435-452.

Messeghem, K., Sammut, S. (2010). Accompagnement du créateur: de l'isolement à la recherche de légitimité. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 9(1): 82-107.

Michelat, G. (1975). On the use of the non-directive interview in sociology. *Revue Française de Sociologie*, 16(2): 229-247.

Minniti, M., Lévesque, M. (2008). Recent developments in the economics of entrepreneurship. *Journal of Business Venturing*, 23(6): 603-612.

Miles, M. B., Huberman, A. M. (2003). *Analyse des Données Qualitatives*. De Boeck Supérieur, Louvain la Neuve, France.

Miller, D. Len Breton-Miller, I. (2017). Les *underdog entrepreneurs* : quand l'adversité crée des bâtisseurs. *Gestion*, 42 : 34-36.

Mogilner, C., Whillans, A., and Norton, M.I. (2018). Time, money, and subjective well-being. In: Diener E, Oishi S and Tay L (Eds.) *Handbook of Well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.

Murnieks, C. Y., Arthurs, J. D., Cardon, M. S., Farah, N., Stornelli, J., Haynie, J. M. (2020). Close your eyes or open your mind: Effects of sleep and mindfulness exercises on entrepreneurs' exhaustion. *Journal of Business Venturing*, 35(2): 105918.

Nadkarni, S., Chen, J. (2014). Bridging yesterday, today, and tomorrow: CEO temporal focus, environmental dynamism, and rate of new product introduction, *Academy of Management Journal*, 57(6): 1810-1833.

Nagy, B.G., Pollack, J.M., Rutherford, M.W., Lohrke, F.T. (2012), The influence of Entrepreneur's Credentials and Impression Management Behaviors on Perceptions of New Venture Legitimacy, *Entrepreneurship Theory & Practice*, 36(5): 941-965.

Navis, C., Glynn, M. A. (2011). Legitimate distinctiveness and the entrepreneurial identity: Influence on investor judgments of new venture plausibility. *Academy of Management Review*, 36: 479-499.

Nefzi, N. (2018). Fear of failure and entrepreneurial risk perception. *International Journal of Entrepreneurial Knowledge*, 6(2).

Netemeyer, R. G., Warmath, D., Fernandes, D., Lynch JR., J. (2017). How am I doing? Perceived financial well-being, Its potential antecedents, and its relation to overall well-being. *Journal of Consumer Research*: 68-89.

Nikolova, M. (2019). Switching to self-employment can be good for your health, *Journal of Business Venturing*, 34(4): 664-691.

Orser, B. J., Riding, A. L., Manley, K. (2006). Women entrepreneurs and financial capital. *Entrepreneurship Theory and practice*, 30(5): 643-665.

Pailot, P., Poroli, C., Lee-Gosselin, H., Chasserio, S. (2015). Contribution à une lecture catégorielle et interactionniste de la légitimité des femmes entrepreneures. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 14(2) : 31-57.

Paraschiv, C., Shyti, A. (2016). Entrepreneurs under Ambiguity: A Prospect Theory Perspective, dans Das T.K. (ed.) *Decision Making in Behavioral Strategy*, Research in Behavioral Strategy Series, Age Information Publishing.

Parker, S. (2009). *The Economics of Entrepreneurship*. Cambridge University Press, Cambridge, Royaume-Uni.

Patel, P. C., Wolfe, M. T. (2019). Money might not make you happy, but can happiness make you money? The value of leveraging subjective well-being to enhance financial well-being in self-employment. *Journal of Business Venturing*, 12.

Patel, P.C., Wolfe, M.T., Williams, T.A. (2019). Self-employment and allostatic load. *Journal of Business Venturing Insight*, 34 (4): 731-751.

Pathak, S. (2021). Contextualizing well-being for entrepreneurship, *Business & Society*, 60(8): 1987-2025.

Penrose, E. (1952). Biological analogies in the theory of the firm, *American Economic Review*: 42(5): 804-819.

Perret, V., Séville, M. (2003). Fondements épistémologiques de la recherche dans *Méthodes de Recherche en Management*, E. Thietard 2 : 13-33.

Pesqueux, Y. (2019). Chapitre 21. De l'entrepreneur et de l'entrepreneuriat. Dans : Jean Desmazes éd., *Entrepreneur à l'université: Mélanges en l'honneur de Michel Kalika*. EMS Editions, Caen, France: 262-270.

Petrakis, P.E. (2007). The effects of risk and time on entrepreneurship, *International Entrepreneurship and Management Journal*, 3(3): 277-291.

Pettersen, N. et R. Jacob. (1992). *Comprendre le Comportement de l'individu au Travail : un Schéma d'Intégration*. Agence d'Arc, Ottawa, Canada.

Pfeffer, J., and Carney, D.R. (2018). The economic evaluation of time can cause stress. *Academy of Management Discoveries*, 4(1): 74-93.

Provencher, H., Keyes, C. (2010). Une conception élargie du rétablissement. *L'information psychiatrique*, 86 : 579-589.

Przepiorka, A., Sobol-Kwapinska, M. (2021). People with positive time perspective are more grateful and happier: Gratitude mediates the relationship between time perspective and life satisfaction, *Journal of Happiness Studies*, 22(1): 113-126.

Rabeson, L., Paraschiv, C., Bertrandias, L., and Chenavaz, R. (2022). Couple Ethical Purchase Behavior and Joint Decision Making: Understanding the Interaction Process and the Dynamics of Influence, *Sustainability*, 14(13): 8105.

Rauch, A., Fink, M., Hatak, I. (2018). Stress processes: An essential ingredient in the entrepreneurial process. *Academy of Management Perspectives*, 32(3): 340-357.

Rauch, A., Frese, M., Utsch, A. (2005). Effects of human capital and long-term human resources development and utilization on employment growth of small-scale businesses: A causal analysis. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 29(6): 681-698.

Reuschke, D. (2019). The subjective well-being of homeworkers across life domains, *Environment and Planning A: Economy and Space*, 51(6): 1326-1349.

Rietveld, C.A., Bailey, H., Hessels, J., van der Zwan, P. (2016). Health and Entrepreneurship in four Caribbean Basin Countries. *Economics & Human Biology*, 21: 84-89.

Rietveld, C.A., van Kippersluis, H., Thurik, A.R. (2015). Self-employment and health: Barriers or benefits? *Health Economics*, 24(10): 1302-1313.

Robb, J. (2002). Time and biography. In J. Robb (Ed), *Thinking through the Body*:153-171 Boston, MA: Springer.

Rosati, C.S. (2021). The Normative Significance of Temporal Well-Being, *Res Philosophica*, 98(1): 125-139.

Royer, C. (2006). Peut-on fixer une typologie des méthodes qualitatives ? *Les Actes*, 82: 82-98.

Ryan, R. M., Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1) : 141-166.

Ryan, R. M., Huta, V., Deci, E. L. (2013). *Living well: A Self-Determination Theory Perspective on Eudaimonia. The Exploration of Happiness*. Springer, New York, USA.

Ryff, C. D. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new science. *Journal of Business Venturing*, 34(4): 646-663.

Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4): 99-104.

Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* 69: 719-727

Ryff, C. D., Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: An eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9: 13-39.

Ryff, C. D., Singer, B. (1998). *The Role of Purpose in Life and Personal Growth in Positive Human Health*, Lawrence Erlbaum Publishers. Mahwah, New Jersey, USA.

Sabri, M., Zakaria, N. (2015). The influence of financial literacy, money attitude, financial strain and financial capability on young employees' financial well-being. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*: 827-848.

Saint-Cyr Tribble, D. Saintonge, L. (1999). Réalité, subjectivité et crédibilité en recherche qualitative: quelques questionnements. *Recherches qualitatives*, 20 : 113-125.

Sánchez-García, J. C., Vargas-Morúa, G., Hernández-Sánchez, B. R. (2018). Entrepreneurs' well-being: a bibliometric review. *Frontiers in psychology*, 9 : 1696 .

Say Jean-Baptiste (1803), *Traité d'économie politique, ou simple exposition de la manière dont se forment, se distribuent et se consomment les richesses*, 2 tomes. Crapelet, Paris, France.

Schmitt, C. (2018). *La Fabrique de l'Entrepreneuriat*. Dunod, Paris, France.

Schumpeter, J. (1928). The instability of capitalism. *The economic journal*, 38(151) : 361-386.

Seaman, C.B. (2008). Qualitative methods. In *Guide to advanced empirical software engineering*, Springer, London, UK: 35-62.

Sebastian, K. (2019). Distinguishing between the strains grounded theory: Classical, interpretive and constructivist. *Journal for Social Thought*, 3(1).

Seligman, M. E. P., Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1): 5–14.

Semmer, N., Schallberger, U. (1996). Selection, socialisation, and mutual adaptation: Resolving discrepancies between people and work, *Applied Psychology*, 45(3): 263-288.

Serres (de), O. (1600). *Le Théâtre d'agriculture et mesnage des champs*, Métayer, Paris, France.

Sharif, M. A., Mogilner, C., and Hershfield, H. E. (2021). Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 121, 933–947.

Schaupp, J., Geiger, S. (2022). Mindfulness as a path to fostering time affluence and well-being, *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 14(1): 196-214.

Shepherd, D. A. (2015). Party On! A call for entrepreneurship research that is more interactive, activity based, cognitively hot, compassionate, and prosocial. *Journal of Business Venturing*, 30 (4): 489-507.

Shepherd, D. A., Douglas, E. J., Shanley, M. (2000). New venture survival: Ignorance, external shocks, and risk reduction strategies. *Journal of Business Venturing*, 15(5-6): 393-410.

Shepherd, C.D., Marchisio, G., Morrish, S.C., Deacon, J.H., Miles, M.P. (2010). Entrepreneurial burnout: exploring antecedents: dimensions and outcomes. *Journal of Research in Marketing and Entrepreneurship*, 12(1): 71-79.

Shepherd, D. A., Patzelt, H. (2015). The “heart” of entrepreneurship: The impact of entrepreneurial action on health and health on entrepreneurial action. *Journal of Business Venturing*, 4: 22-29.

Shepherd, D.A., Wennberg, K., Suddaby, R., and Wiklund, J. (2019). What are we explaining? A review and agenda on initiating, engaging, performing, and contextualizing entrepreneurship, *Journal of Management*, 45(1): 159-196.

Shepherd, D. A., Williams, T. A., Patzelt, H. (2015). Thinking about entrepreneurial decision making: Review and research agenda. *Journal of Management*, 41(1): 11-46.

Shipp, A.J., Jansen, K.J. (2021). The “Other” Time: A Review of the Subjective Experience of Time in Organizations, *Academy of Management Annals*, 15(1): 299-334.

Shir, N. (2015). *Entrepreneurial Well-Being: The Payoff Structure of Business Creation*. Thèse, Stockholm School of Economics, Stockholm, Suède.

Shir, N., Nikolaev, B. N., Wincent, J. (2019). Entrepreneurship and well-being: The role of psychological autonomy, competence, and relatedness. *Journal of Business Venturing*, 34(5): 105875.

Shir, N., Ryff, C. D. (2022). Entrepreneurship, self-organization, and eudaimonic well-being: A dynamic approach. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 46(6): 1658-1684.

Shyti, A., Paraschiv, C. (2015). Does Entrepreneurial Experience Affect Risk and Ambiguity Attitudes? An Experimental Study, *Academy of Management Proceedings*: 17530.

Sieroka, N. (2022). Being “in-tact” and well: metaphysical and phenomenological annotations on temporal well-being, *Ethical Theory and Moral Practice*: 1-16.

Slawinski, N., Bansal, P. (2015). Short on time: Intertemporal tensions in business sustainability, *Organization Science*, 26(2): 531-549.

Sonnentag, S. (2015). Dynamics of well-being, *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2(1): 261-293.

Sonnentag, S., Mojza, E.J., Binnewies, C., Scholl, A. (2008). Being engaged at work and detached at home: A week-level study on work engagement, psychological detachment, and affect, *Work & Stress*, 22(3): 257-276.

Southerton, D. (2003). “Squeezing time”: Allocating practices, coordinating networks and scheduling society, *Time & Society*, 12(1): 5–25.

Stephan, U. (2018). Entrepreneurs' mental health and well-being: A review and research agenda. *Academy of Management Perspectives*, 32(3): 290-322.

Stephan, U., Li, J., Qu, J. (2020). A fresh look at self-employment, stress and health: accounting for self-selection, time and gender, *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*, 26(5): 1133-1177.

Stephan, U., Rauch, A., Hatak, I. (2023). Happy entrepreneurs? Everywhere? A meta-analysis of entrepreneurship and wellbeing. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 47(2): 553-593.

Stephan, U., Rauch, A., Hatak, I. (2020). The Happy Entrepreneur? A Meta-Analysis of Entrepreneurship and Well-Being Considering Context. *Academy of Management Proceedings*: 116967.

Stephan, U. Tavares, S. M., Carvalho, Ramalho, J. J.S., Santos, C. Van Veldhoven, M. (2020) Self-employment and eudaimonic well-being: Energized by meaning, enabled by societal legitimacy. *Journal of business venturing*, 35 (6): 106047–106047.



Sterling, P., Eyer, J. (1988). Allostasis: a new paradigm to explain arousal pathology. In Fisher, K., Reason, J. (Eds), *Handbook of life stress, cognition and health*. Wiley, New York: 629-649.

Strauss, A., Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Sage publications, Los Angeles, USA.

Suchman, M. C. (1995). Managing Legitimacy: Strategic and Institutional Approaches. *Academy of Management Review*, 20(3): 571–610.

Suddaby, R., Bitektine, A., Haack, P. (2017). Legitimacy. *Academy of Management Annals*, 11(1): 451-478.

Talaulicar, T., Grundei, J., Werder, A. V. (2005). Strategic decision making in start-ups: The effect of top management team organization and processes on speed and comprehensiveness. *Journal of Business Venturing*, 20(4): 519-541.

Tessier-Dargent, C. Fayolle, A. (2016). Une approche typologique de l'entrepreneuriat de nécessité. *RIMHE : Revue Interdisciplinaire Management, Homme & Entreprise*, 22(5): 74-92.

Torrès, O. (2017). *La santé du dirigeant: De la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salutaire*. De Boeck Supérieur, Paris, France.

Torrès, O. (2016). AMAROK, premier observatoire sur la santé des dirigeants de PME : d'un enjeu scientifique à une ambition sociétale. *Revue Internationale PME*, (29)2 : 21-30.

Torrès, O. (2007). *La Recherche Académique en PME, les Thèses, les Revues, les Réseaux*. La Documentation Française, Oséo.

Torrès, O., Chabaud, D. (2013), "La santé du dirigeant de PME: un sujet capital marginalisé". in Chabaud, D. (ed.), *Qui sont (vraiment) les dirigeants de PME*. Editions EMS Management et Société, Caen, France: 41-46.

Torrès, O., Guiliani, F., Thurik, R. (2022). Entrepreneurship and Health: an Existential Perspective. *Revue de l'Entrepreneuriat*, 21(2): 11-32.

Torrès, O., Guiliani, F., Kamei, K., Thurik, R. (2019). Éléments empiriques d'une salutogénèse entrepreneuriale, 11<sup>ème</sup> congrès de l'Académie de l'Entrepreneuriat et de l'Innovation, 3-5 juin 2019, Montpellier.

Torrès, O., Kinowski-Moysan, C. (2019). Dépistage de l'épuisement et prévention du burnout des dirigeants de PME D'une recherche académique à une valorisation sociétale, *Revue Française de Gestion*, 284(7): 171- 189.

Torrès, O., Thurik, R. (2019). Small business owners and health. *Small Business Economics*, 53: 311-321.

Totterdell, P. (1996). *Temporal Aspects of Wellbeing*. PhD Thesis, University of Leicester, UK.

Trevelyan, R. (2008). Optimism, overconfidence and entrepreneurial activity, *Management Decision*, 46(7): 986-1001.

Vander Weele, T.J., Long, K., Balboni, M.J. (2021). Tradition-Specific Measures of Spiritual Well-Being In: M.T. Lee, L.D. Kubzansky, and T.J. Vander-Weele (Eds), *Mesuring well-being*. 482-498. Oxford: Oxford University Press.

Van Praag, C. M. (1999). Some classic views on entrepreneurship. *De Economist*, 147: 311-335.

Van Praag, C. M., Versloot, P. H. (2007). The economic benefits and costs of entrepreneurship: A review of the research. *Foundations and Trends in Entrepreneurship*, 4(2): 65-154.

Vernette E., Ayadi, N., Paraschiv, C. (2019), A New Vision of Consumer Welfare: A multi-faceted personal balance, *Marketing Trends Proceedings*.

Vérin, H. (1982). *Entrepreneurs, Entreprise, Histoire d'une Idée*. Presse Universitaires de France, Paris, France.

Vgontzas, A. N., Liao, D., Pejovic, S., Calhoun, S., Karataraki, M., Basta, M., Fernandez-Mendoza, J. Bixler, E. O. (2010). Insomnia with short sleep duration and mortality: the Penn State cohort. *Sleep*, 33(9): 1159-1164.

Vial, A. C., Napier, J. L., Bresco, V. L. (2016). « A bed of thorns: Female leaders and the selfreinforcing cycle of illegitimacy », *The Leadership Quarterly*, 27(3): 400-414.

Vicario, C. M., Pecoraro, P., Turriziani, P., Koch, G., Caltagirone, C., Oliveri, M. (2008). Relativistic compression and expansion of experiential time in the left and right space *PloS One*, 3(3): 1716.

Vitari, C., Ashta, A., Bloemmen, M., Bobulescu, R., Lepsant, M., Bratu, D., Lê, N. T. (2013). *Slow management: Entreprendre la transition*. Pearson Education, Paris, France.

Vitterso, J., Soholt, Y. (2011). Life satisfaction goes with pleasure and personal growth goes with interest: Further arguments for separating hedonic and eudaimonic well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 6: 326-335.

Volery, T., Pullich, J. (2010). Healthy entrepreneurs for healthy businesses: An exploratory study of the perception of health and well-being by entrepreneurs. *New Zealand Journal of Employment Relations*, 35(1): 4-16.

Wach, D., Stephan, U., Weinberger, E., Wegge, J. (2021). Entrepreneurs' stressors and well-being: A recovery perspective and diary study. *Journal of Business Venturing*, 36(5): 106016.

Wadhvani, R.D., Kirsch, D., Welter, F., Gartner, W.B., Jones, G.G. (2020). Context, time, and change: Historical approaches to entrepreneurship research, *Strategic Entrepreneurship Journal*, 14(1): 3-19.

Ware, J. E., Brook, R. H., Davis, A. R., Lohr, K. N. (1981). "Choosing measures of health status for individuals in general populations." *American Journal of Public Health*, 71 (6): 620-625.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64: 678-691.

Watson, J. (2007). Modeling the relationship between networking and firm performance. *Journal of Business Venturing*, 22(6): 852-874.

Weber, M. (1995) *Économie et Société*, 2 tomes, Uge Poche Pocket (Agora), Paris, France.

Weinberger, E., Wach, D., Stephan, U., Wegge, J. (2018). Having a creative day: Understanding entrepreneurs' daily idea generation through a recovery lens. *Journal of Business Venturing*, 33(1): 1-19.

Wiklund, J., Hatak, I., Lerner, D. A., Verheul, I., Thurik, R., Antshel, K. (2020). Entrepreneurship, clinical psychology, and mental health: An exciting and promising new field of research. *Academy of Management Perspectives*, 34(2): 291-295.

Wiklund, J., Hatak, I., Patzelt, H., Shepherd, D.A. (2018). Mental disorders in the entrepreneurship context: When being different can be an advantage, *Academy of Management Perspectives*, 32(2): 182-206.

Wiklund, J., Nikolaev, B., Shir, N., Foo, M.D., Bradley, S. (2019). Entrepreneurship and well-being: Past, present, and future, *Journal of Business Venturing*, 34(4): 579-588.

Wiklund, J., Wright, M., Zahra, S.A. (2019a). Conquering Relevance: Entrepreneurship Research's Grand Challenge, *Entrepreneurship Theory and Practice*, 43(3): 419-436.

Williamson, A.J., Battisti, M., Drencheva, A., Ferri, C. (2019). Entrepreneurial Disappointment and its Link with Mental Illness: A Machine Learning Study. *Academy of Management Proceedings*: 10568.

Williamson, A.J., Gish, J.J., Stephan, U. (2021). Let's focus on solutions to entrepreneurial ill-being! Recovery interventions to enhance entrepreneurial well-being. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 45(6): 1307-1338.

Worthman, C.M., Trang, K. (2018). Dynamics of body time, social time and life history at adolescence, *Nature*, 554 (7693): 451-457.

Yoo, O.S., Corbett, C.J., Roles, G. (2016). Optimal time allocation for process improvement for growth-focused entrepreneurs, *Manufacturing & Service Operations Management*, 18(3): 361-375.

Yttermyr, O., Wennberg, K. (2022). Psychological ownership development in new venture teams, *International Small Business Journal*, 40(3): 307-335.

Yuniati, E., Mukhlis, I. (2022). The importance of entrepreneurial resilience and financial efficacy of financial wellbeing for SMEs oriented to international markets. *International Journal of Academic Research and Reflection*, 10(2).

Zachary, M.A., Gianiodis, P.T., Payne, G.T., Markman, G.D. (2015). Entry timing: Enduring lessons and future directions, *Journal of Management*, 41(5): 1388-1415.

Zhang, J., Souitaris, V., Soh, P. H., Wong, P. K. (2008). A contingent model of network utilization in early financing of technology ventures. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 32(4): 593-613.

Zimmerman, M. A., Zeitz, G. J. (2002). Beyond survival: Achieving new venture growth by building legitimacy. *Academy of management review*, 27(3): 414-431.

# **ANNEXES**

# Annexe 1. Grille d'entretien : « Le bien-être de l'entrepreneur »

## **Le projet entrepreneurial et son histoire :**

- Pourriez-vous me décrire en quelques mots en quoi consiste votre projet entrepreneurial ?
- Pourquoi et comment êtes-vous devenu entrepreneur ? Comment avez-vous eu l'idée ?
- A quelle phase dans l'avancée de votre projet entrepreneurial vous situez-vous actuellement ?

## **Le bien-être de l'entrepreneur et sa multi-dimensionalité**

- Avez-vous le sentiment que votre projet entrepreneurial impacte votre bien-être ? Si oui, de quelles façons ? Pouvez-vous donner des exemples concrets ?
- Diriez-vous que, globalement, depuis que vous êtes entrepreneur, vous avez assisté à une hausse, une baisse ou une stagnation de votre bien-être ?
- Quelles sont les facettes de votre vie qui sont, selon vous, les plus impactées par votre projet ? Pourquoi ? Pouvez-vous donner des exemples ?

## **Évolution du bien-être au cours du temps**

- Votre bien-être a-t-il fluctué durant votre projet ? Si oui, à quoi était-ce dû, à votre avis ?
- Quelle étape de votre projet vous a apporté le plus de satisfaction de vie ? Pourquoi ?
- Quelle facette de votre vie a été la plus impactée à cette période et de quelle façon ?
- Quelle étape de votre projet a été la plus difficile à vivre ? Pourquoi ?
- Quelle facette de votre vie a été la plus impactée durant cette phase ? Comment cela s'est traduit ?

## **Les conséquences du projet sur les différentes dimensions du bien-être**

- Comment votre projet entrepreneurial impacte votre vie sociale ?
- Comment votre projet impacte-t-il votre situation financière ?
- Comment votre projet impacte-t-il votre santé ?
- Comment votre projet impacte-t-il votre état psychologique ?
- Comment votre projet impacte-t-il votre temps ?
- Lequel de ces différents aspects (social, financier, psychologique, physique, temporel) vous semble-t-il le plus affecté par votre projet ?

**Profil de l'entrepreneur :**

- Êtes-vous un homme ? une Femme ?
- Quel âge avez-vous ?
- Avez-vous une autre activité professionnelle ?
- Quelle scolarité avez-vous suivie ?
- Financièrement vous êtes-vous beaucoup engagé dans ce projet ?
- Votre famille/entourage vous a-t-elle aidé financièrement ou matériellement dans ce projet ?
- D'après vous quelles sont les chances de succès de votre projet ?
- Comment les autres jugent vos chances de succès ?

# Grille d'entretien complémentaire : Bien-être physique et psychologique de l'entrepreneur

## **Le projet entrepreneurial et son histoire :**

- Pourriez-vous me décrire en quelques mots en quoi consiste votre projet entrepreneurial ?
- Pourquoi et comment êtes-vous devenu entrepreneur ? Comment avez-vous eu l'idée ?
- A quelle phase dans l'avancée de votre projet entrepreneurial vous situez-vous actuellement ?

## **L'influence du projet entrepreneurial sur la santé :**

- Avez-vous le sentiment d'avoir effectué des sacrifices pour créer votre entreprise ? Si oui, lesquels ?
- Est-ce que ces sacrifices vous semblent-t-ils justifiés par rapport aux résultats escomptés ou acquis ?
- Si vous deviez exprimer en quelques mots comment vous vous sentez depuis que vous êtes votre propre patron quels sont les mots qui vous viendraient en premier à l'esprit ?
- Quelles incidences les contraintes liées à votre projet entrepreneurial ont sur votre vie de tous les jours ?
- Et sur votre santé ?
- Avez-vous rencontré des problèmes de santé au cours de votre projet entrepreneurial ? A quel moment ?
- Pensez-vous que vos problèmes de santé puissent être liés à l'entrepreneuriat ou à votre mode de vie professionnelle ? Pourquoi ?
- Comment qualifieriez-vous votre état physique actuel ?
- Est-ce que cet état a varié au cours du projet ? Si oui, de quelle façon ?
- Diriez-vous que vous prenez suffisamment soin de votre santé ?

## **Les impacts du projet sur la santé de l'entrepreneur et les moyens de les gérer :**



- Avez-vous noté des changements dans votre état physique et/ou psychologique depuis que vous êtes entrepreneur ?
- Diriez-vous que votre santé a évolué au cours du projet entrepreneurial ? Si oui, à quel moment avez-vous noté des changements et comment ceux-ci se sont-ils manifestés ?
- Comment avez-vous réagi face à l'évolution de votre état physique et psychologique ?
- Prenez-vous des précautions pour ménager votre santé ? Si oui, lesquelles ?
- Sont-elles encore d'actualité ? Avez-vous noté des améliorations ? Si oui, lesquelles ?

**Santé et incertitude, angoisse, stress :**

- Le fait d'être ou de devenir chef d'entreprise suscite-t-il des angoisses ou un stress chez vous ?
- Quelles sont vos peurs quant à la réalisation de ce projet ? Comment les gérez-vous ?
- Ressentez-vous de la pression ? Est-ce que cela représente un handicap ou un atout pour mener à bien votre projet ?
- Comment vivez-vous l'inconnu des prochaines années ?
- Est-ce que l'incertitude liée à votre projet entrepreneurial vous pèse et de quelle façon ?

**Questions d'identification :**

- Êtes-vous un homme ? une Femme ?
- Quel âge avez-vous ?
- Avez-vous une autre activité professionnelle ?
- Quelle scolarité avez-vous suivie ?
- Financièrement vous êtes-vous beaucoup engagé dans ce projet ?
- Votre famille/entourage vous a-t-elle aidé financièrement ou matériellement dans ce projet ?

## Annexe 2. Grille d'entretien : Bien-être temporel de l'entrepreneur

### **Introduction :**

- Pouvez-vous nous décrire brièvement, en quelques phrases, votre projet ?
- Pourquoi et comment êtes-vous devenu entrepreneur ?
- A quelle étape votre projet se situe-t-il ?

### **L'impact du projet entrepreneurial sur le bien-être et le temps :**

- Est-ce que votre projet entrepreneurial affecte votre bien-être ? Si oui, de quelle façon ? A la hausse ou à la baisse ?
- Quelles sont les différentes facettes de votre vie impactées par votre projet ?
- Quelle est la dimension de votre bien-être qui est la plus touchée par votre projet ?
- Comment votre « temps » est affecté par votre projet et par votre vie professionnelle en tant qu'entrepreneur ?
- Quels sont les facteurs qui ont un impact négatif sur votre « temps » ? Comment cela se traduit concrètement ?
- Quel volet de votre vie, personnel ou professionnel, est le plus impacté par le manque de temps ?
- Comment le manque de temps impacte votre bien-être global, voire votre santé ? Avez-vous le temps de prendre soin de vous, de vous soigner, de vous reposer ?

### **Bien-être temporel et organisation :**

- Comment gérez-vous les urgences concernant votre projet, les urgences concernant votre vie privée ? Lesquelles vous stressent le plus et pourquoi ?
- Est-ce que vous avez le sentiment de travailler au quotidien dans l'urgence ? Comment cela se traduit-il ?
- Comment priorisez-vous vos tâches en fonction de vos urgences ?
- Est-ce que le travail dans l'urgence influe-t-il sur votre bien-être ? De quelles façons ?

- Depuis que vous êtes entrepreneur, quelles sont les activités auxquelles vous avez dû renoncer par manque de temps ?
- Comment délimitez-vous votre vie professionnelle de votre vie privée ? Est-ce toujours chose facile ? Pouvez-vous citer quelques exemples ?
- Quelles sont pour vous les priorités en termes de gestion de temps ? Est-ce que vos nécessités vitales ou familiales passent avant ou après votre projet ?
- Mettez-vous en place des stratégies pour vous préserver du temps libre en dehors de votre projet ? Si oui, lesquelles ?
- Quels conseils donneriez-vous à un futur entrepreneur en ce qui concerne la gestion de son temps ?

**La relation de l'entrepreneur au temps et comment celle-ci évolue au fil du projet :**

- Qu'est-ce qui vous prend le plus de temps dans votre vie aujourd'hui ?
- Est-ce que cela a toujours été le cas ?
- Comment évolue/a évolué votre relation au temps au cours de votre projet ?
- Comment définiriez-vous une situation de bien-être temporel ?

**Questions d'identification :**

- Êtes-vous un homme ? une Femme ?
- Quel âge avez-vous ?
- Avez-vous une autre activité professionnelle ?
- Quelle scolarité avez-vous suivie ?
- Financièrement vous êtes-vous beaucoup engagé dans ce projet ?
- Votre famille/entourage vous a-t-elle aidé financièrement ou matériellement dans ce projet ?

# Annexe 3 : Grille d'entretien, Bien-être social de l'entrepreneur

## **Introduction :**

- Pouvez-vous nous décrire brièvement, en quelques phrases, votre projet ?
- Pourquoi et comment êtes-vous devenu entrepreneur ?
- A quelle étape votre projet se situe-t-il ?

## **L'entrepreneuriat et vous :**

- D'après vous, quelles sont les 3 qualités principales qu'un entrepreneur doit posséder ?
- Quels sont les 3 aspects de l'entrepreneuriat que vous préférez le plus ?
- Quels sont, d'après vous, vos points forts pour réussir votre projet entrepreneurial ? Et vos points faibles ?

## **Bien-être et bien-être social de l'entrepreneur**

- Est-ce que votre projet entrepreneurial a affecté votre bien-être ? Si oui, de quelle façon ? A la hausse ou à la baisse ?
- Quelles sont les différentes facettes de votre vie impactées par votre projet ?
- Diriez-vous que votre projet a influencé votre vie sociale ? Si oui, de quelle façon ?
- A quel moment du développement de votre projet avez-vous ressenti des différences concernant votre vie sociale ? Pouvez-vous expliquer ?
- Quels sont les éléments les plus importants que votre projet vous a apporté sur le plan social ?

## **Bien-être social et jugements sociaux :**

- Comment ont réagi vos proches quant à votre projet et à votre orientation professionnelle en tant qu'entrepreneur ?

- Votre entourage vous a-t-il encouragé dans la voie entrepreneuriale ou au contraire mis en garde ? Pourquoi ?
- Est-ce que votre statut de chef d'entreprise a-t-il changé vos relations avec les autres ? -entourage, famille, parties prenantes ? Pouvez-vous expliquer ?
- Avez-vous remarqué des changements de comportements chez vos proches ou parmi votre entourage professionnel après votre entrée en entrepreneuriat ? Si oui, comment décririez-vous ces changements (vous pouvez donner des exemples) ? A quel moment ces changements sont intervenus ?
- Qu'avez-vous ressenti quand vous avez noté ces changements ?
- Avez-vous des craintes quant à l'évolution future de votre situation sociale ?

**Questions d'identification :**

- Êtes-vous un homme ? une femme ?
- Quel âge avez-vous ?
- Avez-vous une autre activité professionnelle ?
- Quelle scolarité avez-vous suivie ?
- Financièrement vous êtes-vous beaucoup engagé dans ce projet ?
- Votre famille/entourage vous a-t-elle aidé financièrement ou matériellement dans ce



# Table des figures

<b>Figure 1.</b> Le Bien-Être Eudémonique et le Bien-Être Hédonique .....	31
<b>Figure 2.</b> Phases of temporal Well-Being Dynamics.....	98
<b>Figure 3.</b> Components of Temporal Well-Being of the Entrepreneur .....	103
<b>Figure 4 :</b> Légitimation de l'Entrepreneur, un Processus en Quatre Phases .....	152

# Table des tableaux

<b>Tableau 1.</b> Définition de l'Entrepreneur selon l'Approche par les Traits .....	21
<b>Tableau 2.</b> Vision de l'Entrepreneur selon l'Approche par les Comportements .....	22
<b>Tableau 3.</b> Présentation de Travaux autour du Bien-Etre de l'Entrepreneur et leurs Principales Contributions .....	33
<b>Tableau 4.</b> Positions Epistémologiques des Paradigmes Positiviste, Constructiviste et Interprétativiste .....	41
<b>Tableau 5.</b> Articles présentés dans la thèse.....	50
<b>Tableau 6.</b> Conséquences des Effets Pathogènes et des Effets Salutogènes de l'Entrepreneuriat sur les différentes dimensions du bien-être de l'entrepreneur.....	68
<b>Tableau 7.</b> Well-Being and Time-Related Concepts .....	85
<b>Tableau 8.</b> Respondents' Profiles .....	89
<b>Tableau 9.</b> Items Related to Negative Temporal Well-Being of Entrepreneur.....	96
<b>Tableau 10.</b> (Positive) Temporal Well-Being of Entrepreneurs.....	102
<b>Tableau 11.</b> The profile of the entrepreneurs who participated in the study .....	124
<b>Tableau 12.</b> Evolution in Phases of Entrepreneur's attitude towards Health.....	131
<b>Tableau 13.</b> Profils des Répondants .....	150
<b>Tableau 14.</b> Evolution des Jugements Sociaux au cours du Processus Entrepreneurial et leurs impacts sur le Bien-Etre Social de l'Entrepreneur .....	154
<b>Tableau 15 :</b> Les Dimensions du Bien-Etre Social de Keyes (1998) et les Phases du Projet (Heichelbech et Paraschiv, 2022) durant lesquelles elles s'expriment .....	158
<b>Tableau 16.</b> Synthèse des Résultats des Quatre Contributions Présentées dans la Thèse.....	166