Observatoire iad 2026 du bien-être entrepreneurial

66% des salariés franchiraient plus facilement le cap de l'entrepreneuriat s'ils se sentaient bien accompagnés.

Autonomie, quête de sens, équilibre de vie : une nouvelle génération d'actifs redessine les contours de la réussite professionnelle. L'entrepreneuriat est une réponse forte à ces nouvelles aspirations, mais révèle aussi une attente forte d'accompagnement et de collectif pour réussir pleinement son développement.

Paris, 1er octobre 2026 – La santé mentale est devenue l'un des principaux défis de notre époque. Longtemps cantonnée à la sphère médicale ou aux politiques de prévention, elle s'impose désormais comme un critère déterminant dans les choix de carrière, les aspirations professionnelles et les trajectoires de vie.

Pour mieux comprendre cette évolution, iad première communauté d'entrepreneurs en immobilier en France, a confié à l'institut Selvitys une étude exclusive auprès de 1 000 actifs français afin d'analyser l'impact du travail sur leur santé mentale et de comparer les perceptions et les expériences des salariés et des entrepreneurs. En parallèle, plus de 4000 conseillers iad ont été interrogés afin de confronter ces enseignements à la réalité vécue par les entrepreneurs du réseau.

Les résultats dessinent une transformation profonde du rapport au travail : les Français ne remettent plus seulement en question leur emploi, ils s'interrogent sur la manière dont ils souhaitent travailler demain.

Le travail n'est plus seulement un moyen de gagner sa vie mais un facteur d'épanouissement personnel.

Pendant longtemps, les critères de réussite professionnelle reposaient principalement sur le salaire, la stabilité ou les perspectives de carrière. Cette étude révèle une évolution beaucoup plus profonde : les Français évaluent désormais leur travail à l'aune de son impact sur leur bien-être psychologique et les écarts observés entre salariés et entrepreneurs sont particulièrement révélateurs.

Ainsi, **86%** des entrepreneurs considèrent que leur travail a un impact positif sur leur santé mentale contre **60%** des salariés. Plus frappant encore, près d'un entrepreneur sur deux **(47%)** estime que cet impact est très positif alors que seuls **13%** des salariés partagent ce sentiment. À l'inverse, près de **40%** des salariés jugent que leur travail a un impact négatif sur leur santé mentale, soit près de trois fois plus que les entrepreneurs **(14%)**.

Cette différence se retrouve dans le niveau d'épanouissement déclaré avec **84%** d'entrepreneurs qui se disent épanouis dans leur activité contre **68%** des salariés. Les entrepreneurs sont surtout beaucoup plus nombreux à se dire *« très épanouis »* (**37%**, contre **14%** des salariés), signe que l'entrepreneuriat procure, pour une large partie d'entre eux, un sentiment d'accomplissement plus marqué.

Pour autant, cette photographie ne raconte qu'une partie de l'histoire car derrière cet épanouissement se cache une réalité plus complexe. Le burnout ou l'épuisement professionnel restent une réalité largement partagée : **35%** d'entrepreneurs confient avoir déjà vécu un burnout contre **25%** des salariés et **82%** déclarent avoir déjà ressenti un sentiment de saturation ou d'épuisement dans le cadre de leur activité, un niveau comparable à celui des salariés de l'ordre de **89%**. En revanche, les entrepreneurs se distinguent par une perception différente du stress quotidien : **43%** d'entre eux se disent stressés par leur activité contre **53%** des salariés.

Si les entrepreneurs apparaissent plus épanouis, plus autonomes, plus alignés avec leurs aspirations, moins stressés au quotidien, ils restent fortement exposés à la fatigue, à la saturation et, comme la suite de l'étude le montrera, à l'isolement. C'est précisément ce paradoxe qui constitue le principal enseignement de l'étude : l'entrepreneuriat améliore souvent le rapport au travail mais il ne devient durable que lorsqu'il est accompagné.

Les Français ne rejettent pas le travail : ils rejettent une certaine manière de travailler.

Longtemps, les motivations professionnelles ont été principalement associées à la rémunération, au statut ou à la sécurité de l'emploi. L'étude iad x Selvitys révèle une évolution beaucoup plus profonde : les actifs recherchent désormais un travail qui leur permette de préserver leur santé mentale, de retrouver de l'autonomie et de mieux concilier vie professionnelle et vie personnelle. L'entrepreneuriat apparaît ainsi moins comme une recherche d'indépendance économique que comme une quête d'équilibre et les écarts observés entre salariés et entrepreneurs sont particulièrement révélateurs.

Le sens au travail : facteur déterminant du bien-être.
Premier enseignement : les entrepreneurs expriment un rapport beaucoup plus positif à leur activité : un entrepreneur sur deux estime que son travail lui procure pleinement du sens contre seulement **26%** des salariés. Cet écart considérable montre que le sentiment d'utilité constitue aujourd'hui un puissant levier d'épanouissement professionnel, parfois davantage que les critères économiques traditionnels.

« Les Français ne cherchent plus uniquement un emploi mais une activité qui leur ressemble : le sens est devenu un véritable moteur d'engagement. C'est

particulièrement vrai chez les entrepreneurs, qui choisissent leur projet autant qu'ils choisissent leur mode de vie. » poursuit Olivier Descamps.

L'autonomie : le plus grand écart révélé par l'étude.
S'il existe un chiffre qui résume à lui seul la différence entre salariat et entrepreneuriat, c'est probablement celui-ci : **64%** des entrepreneurs déclarent très important de disposer d'une autonomie suffisante pour préserver leur santé mentale au travail contre **39%** des salariés. Un écart de **25 points** qui se traduit concrètement par la volonté d'organiser son temps, de décider de ses priorités, de choisir ses clients ou encore de maîtriser son développement professionnel. À cette autonomie s'ajoute la flexibilité : **57%** des entrepreneurs la considèrent comme importante dans leur organisation du travail (télétravail, horaires adaptés, etc.) pour préserver leur santé mentale contre **37%** des salariés.

L'équilibre de vie : nouvel indicateur de réussite professionnelle.
L'époque où la réussite se mesurait uniquement au salaire semble progressivement laisser place à une vision plus globale du travail. Aujourd'hui, **75%** des entrepreneurs considèrent important de bénéficier d'un bon équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle contre **64%** des salariés.

Cinq différences marquantes

Critère	Entrepreneurs	Salariés
Travail ayant un impact très positif sur la santé mentale	**47%**	**13%**
Se déclarent très épanouis	**37%**	**14%**
Travail porteur de sens	**50%**	**26%**
Importance de l'autonomie	**64%**	**39%**
Importance de la flexibilité	**57%**	**37%**

La rémunération n'est plus la première motivation pour entreprendre.
Autre enseignement majeur : contrairement à certaines idées reçues, les entrepreneurs ne placent pas systématiquement le revenu au cœur de leur satisfaction. Si **27%** d'entre eux considèrent que leur rémunération reflète totalement leur niveau d'engagement (contre **9%** des salariés), cet indicateur reste moins différenciant que ceux liés à l'autonomie, au sens ou à la qualité de vie. L'étude montre ainsi que le bonheur professionnel ne repose plus uniquement sur le niveau de revenu mais que les dimensions psychologiques et organisationnelles prennent désormais une place centrale dans la perception de la réussite.

Une aspiration freinée par de nombreuses inquiétudes.

Ces résultats expliquent pourquoi l'entrepreneuriat exerce aujourd'hui un pouvoir d'attraction croissant. Près d'un salarié sur deux (**48%**) déclare avoir déjà envisagé de créer son entreprise et les motivations sont révélatrices de cette transformation profonde :

- **51%** souhaitent avant tout gagner en liberté,
- **36%** recherchent un meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle,
- D'autres évoquent la possibilité de donner davantage de sens à leur activité ou de reprendre le contrôle de leur parcours professionnel.

Pour autant, le passage à l'action demeure difficile et le premier frein cité est le risque financier **(63%)** devant la peur de l'échec **(40%)**. Plus surprenant, **37%** des salariés considèrent que l'isolement constitue un risque majeur de l'entrepreneuriat et **44%** un risque secondaire. Cette différence révèle une perception très forte de la solitude entrepreneuriale dans l'imaginaire collectif.

Le chiffre qui change tout

Au-delà des freins financiers, un résultat mérite une attention particulière : **66%** des salariés déclarent qu'ils envisageraient plus facilement de créer leur entreprise s'ils étaient assurés d'être accompagnés. Autrement dit, l'accompagnement apparaît aujourd'hui comme un facteur de réassurance presque aussi important que le financement et c'est précisément ce que la suite de l'étude va confirmer auprès des entrepreneurs eux-mêmes. Car si l'entrepreneuriat apparaît plus épanouissant sur de nombreux critères, ceux qui l'ont choisi décrivent aussi une réalité plus nuancée : solitude, charge mentale, fatigue décisionnelle et besoin de soutien. Derrière la liberté se cache une autre exigence : ne pas entreprendre seul.

Les entrepreneurs ne cherchent pas seulement à réussir : ils veulent réussir durablement.

L'étude iad x Selvitys révèle une réalité rarement documentée : si les entrepreneurs affichent un niveau d'épanouissement supérieur à celui des salariés, cette satisfaction ne les protège pas des difficultés psychologiques inhérentes à l'exercice de leur activité. Derrière la liberté retrouvée se cachent de nouveaux défis : pression économique, responsabilité permanente, fatigue décisionnelle, solitude ou encore difficulté à déconnecter. Autrement dit, changer de statut ne suffit pas à préserver sa santé mentale et la manière d'entreprendre devient tout aussi importante que le fait d'entreprendre.

Entreprendre : un choix de vie avant d'être un choix de carrière.
L'étude montre que la décision de créer son entreprise répond d'abord à une aspiration personnelle, parmi les entrepreneurs interrogés :

- **63%** expliquent avoir entrepris pour gagner en liberté,
- **36%** pour ne plus subir une organisation hiérarchique,
- **34%** pour mieux gérer leur temps,

- **28%** pour améliorer leurs revenus.

Ces résultats traduisent un changement profond car contrairement aux représentations traditionnelles, l'entrepreneuriat n'est plus seulement associé à la réussite économique, il apparaît comme une manière de reprendre la main sur son quotidien, d'organiser son temps et de construire une activité plus conforme à ses valeurs.

« Pendant longtemps, entreprendre était avant tout un projet économique, aujourd'hui c'est un projet de vie. Les Français veulent pouvoir décider, organiser leur temps, retrouver du sens et préserver leur équilibre. Cette évolution change profondément les attentes vis-à-vis des entreprises mais aussi des réseaux qui accompagnent les entrepreneurs. »

Le véritable risque identifié par les entrepreneurs : l'isolement.

L'un des enseignements les plus intéressants de l'étude concerne la perception de la solitude. Alors que les salariés identifient déjà l'isolement comme l'un des principaux freins à la création d'entreprise, les entrepreneurs confirment que cette réalité existe bel et bien. Nombre d'entre eux expliquent que les moments les plus difficiles ne sont pas nécessairement les périodes de faible activité mais celles où ils doivent prendre des décisions seuls, gérer les imprévus ou traverser des périodes de doute sans pouvoir partager leurs difficultés. Cette observation fait émerger une idée forte : la première ressource de l'entrepreneur n'est pas financière : elle est humaine.

Être accompagné : moteur de l'expérience entrepreneuriale.

L'étude montre que les entrepreneurs bénéficiant d'un accompagnement déclarent plus fréquemment :

- Un meilleur équilibre de vie,
- Davantage de confiance dans leurs décisions,
- Un sentiment de progression plus important,
- Une meilleure capacité à traverser les périodes difficiles.

Autrement dit, l'accompagnement ne constitue plus un simple service, il devient un facteur de pérennité entrepreneuriale et cette conclusion rejoint directement le regard porté par les salariés : **66%** d'entre eux affirment qu'ils seraient davantage prêts à créer leur entreprise s'ils étaient certains d'être accompagnés. L'accompagnement apparaît ainsi comme le principal levier de réassurance pour franchir le pas de l'entrepreneuriat.

Le miroir des entrepreneurs iad : les aspirations des Français trouvent une traduction concrète.

Pour prolonger ces enseignements, iad a interrogé **4 875** conseillers immobiliers de son réseau afin de mesurer leur perception de l'activité entrepreneuriale et de l'accompagnement proposé. Les résultats font écho, de manière particulièrement cohérente, aux attentes exprimées par les Français.

69% des conseillers déclarent que rejoindre iad a permis d'améliorer leur équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle : un résultat particulièrement intéressant au regard de l'étude nationale qui identifie précisément l'équilibre de vie comme l'une des premières motivations à entreprendre.

L'accompagnement constitue également un marqueur fort : **84%** des conseillers estiment bénéficier du soutien dont ils ont besoin pour développer leur activité, illustrant l'importance du collectif dans un métier pourtant exercé en toute indépendance. Enfin, **88%** déclarent qu'ils recommanderaient iad à un proche souhaitant entreprendre dans l'immobilier.

Pour Olivier Descamps, cette convergence entre les deux enquêtes est loin d'être anodine :

« Les Français nous disent qu'ils veulent entreprendre sans renoncer à leur équilibre. Nos conseillers nous disent qu'ils trouvent cet équilibre grâce à un collectif, à la formation et à l'accompagnement. Ces deux études se répondent parfaitement et montrent que le succès d'un entrepreneur ne dépend plus uniquement de son talent individuel mais aussi de la qualité de l'environnement dans lequel il évolue. »

La prévention : levier de performance durable.

Depuis janvier 2026, iad a renforcé sa politique d'accompagnement en matière de bien-être des entrepreneurs : le réseau a noué un partenariat avec **Kanda Health**, plateforme de coaching mental et physique dédiée aux entrepreneurs. L'objectif est d'aider les conseillers iad à mieux gérer les périodes d'intense activité, prévenir l'épuisement professionnel et préserver durablement leur équilibre. Cette initiative s'inscrit dans une conviction forte portée par iad : la performance entrepreneuriale ne peut être durable que si elle s'appuie sur une bonne santé mentale, un accompagnement de qualité et un collectif capable de rompre l'isolement.

« Pendant des décennies, les entreprises ont principalement cherché à améliorer la qualité de vie au travail des salariés. Les résultats de cet observatoire montrent qu'un nouveau défi émerge : celui de la qualité de vie des entrepreneurs. À mesure que l'entrepreneuriat devient un choix de carrière majeur, nous devons collectivement inventer un modèle qui permette de réussir sans s'épuiser.

« Dans une économie confrontée au vieillissement démographique, aux transitions numériques, à l'accélération de l'intelligence artificielle et à des tensions persistantes sur le marché du travail, la principale richesse des organisations réside de plus en plus dans leur capacité à préserver durablement celles et ceux qui créent la valeur.

« Oui, les investissements dans la technologie, l'innovation ou la productivité resteront naturellement indispensables mais ils ne produiront leurs effets que s'ils s'accompagnent d'un investissement équivalent dans ce qui constitue désormais un

actif stratégique : la capacité des femmes et des hommes à s'épanouir dans leur carrière. » conclut le Directeur Général d'iad immobilier France, Olivier Descamps.

Principaux enseignements de l'observatoire

Les entrepreneurs apparaissent nettement plus épanouis que les salariés
85% des entrepreneurs interrogés se déclarent épanouis dans leur activité (dont **37%** « très épanouis ») contre **67%** des salariés (dont seulement **14%** « très épanouis »). Les entrepreneurs sont également près de 3,5 fois plus nombreux à considérer que leur travail a un impact très positif sur leur santé mentale **(47%** contre **13%**).

Les salariés regardent de plus en plus l'entrepreneuriat comme une alternative
Près d'un salarié sur deux **(47%)** envisage de créer son entreprise et les motivations ne sont plus seulement économiques **(36%)** : la liberté **(51%)**, l'équilibre de vie **(34%)**, ne plus avoir de hiérarchie **(29%)**, redonner du sens au travail **(24%)** sont désormais des facteurs clés.

Le véritable enjeu est ailleurs : entreprendre sans être seul
L'étude révèle que les entrepreneurs souffrent davantage d'isolement **(67%)** que les salariés. Pourtant, lorsqu'ils bénéficient d'un accompagnement, le premier bénéfice cité n'est pas financier mais humain : se sentir moins seul.

« Cette étude montre que les Français ne cherchent plus uniquement un travail, ils recherchent un mode de vie compatible avec leurs aspirations personnelles. L'entrepreneuriat apparaît comme une réponse à cette quête de sens et d'autonomie mais il ne peut être durable que s'il s'appuie sur un collectif, un accompagnement et des dispositifs qui permettent aux entrepreneurs de préserver leur équilibre. » déclare Olivier Descamps, Directeur Général d'iad immobilier France

Infographies synthétiques du sondage en pièces jointes.
Interview sur simple demande.

MÉTHODOLOGIE

Étude nationale iad x Selvitys

- Étude réalisée par l'institut Selvitys auprès d'un échantillon représentatif de **1 000 actifs français**, comprenant salariés et entrepreneurs.
- Terrain réalisé en juin 2026.
- Méthode des quotas (sexe, âge, région, catégorie socioprofessionnelle).
- Objectif : analyser l'impact du travail sur la santé mentale, les aspirations professionnelles et les perceptions de l'entrepreneuriat.

Enquête interne iad

- Enquête réalisée auprès de **4 875 conseillers immobiliers iad**.
- Terrain réalisé en juin 2026.
- Objectif : mesurer la satisfaction des entrepreneurs du réseau, leur perception de l'accompagnement, leur équilibre de vie et leur engagement.
- Les résultats présentés dans ce communiqué portent notamment sur :
    - L'évolution de l'équilibre vie professionnelle/vie personnelle,
    - Le sentiment d'être soutenu par les équipes iad,
    - La recommandation du modèle entrepreneurial iad.

A propos du groupe iad

Créé en 2008, le groupe iad doit son succès à 4 piliers indissociables : l'immobilier, l'entrepreneuriat, la communauté et l'international. Avec un chiffre d'affaires annuel de 613 millions d'euros pour l'exercice 2025/2026 et 20 763 conseillers, le groupe propose un modèle sans frontière et aligné avec le monde de demain : une communauté d'entrepreneurs unique et connectée à l'international, qui laisse aux conseillers leur liberté entrepreneuriale tout en garantissant aux clients un accompagnement sur mesure, transparent et une véritable expertise du territoire local.

Contact presse

Delphine Sibony - 06 82 18 98 53 - delphine.sibony@gmail.com