

Chacun a sa propre façon de gérer le temps qui lui est imparti dans sa journée. Parfois, ça fonctionne impec, et on a l'impression de tout maîtriser. Mais il faut aussi se l'avouer, ça ne fonctionne pas à chaque fois et le pire c'est qu'on ne sait pas toujours très bien d'où ça vient. Raison de plus pour identifier précisément quels sont les comportements chronophages qui nous empêchent d'avancer ! Vous pourrez ainsi soit les contourner soit vous en défaire.



### Identifier les chronophages pour gagner du temps et éviter le stress

#### Les empathiques

- Ils ne savent pas dire « non ».
- Ils paniquent en situation d'urgence et font des erreurs.
- Ils deviennent très sensibles lorsqu'ils sont envahis et déstabilisés.
- Ils accordent une place trop importante aux sujets d'ordre personnel.
- Ils ont beaucoup de difficulté à déléguer.
- Ils se dispersent et ne savent pas gérer les priorités.
- Ils n'assurent pas lorsqu'ils sont débordés.

#### Les travaillomanes

- Ils sont trop perfectionnistes et deviennent lents.
- Ils ont des difficultés à déléguer. Ils font tous eux-mêmes et seuls.
- Ils s'épuisent car ils en font trop et peuvent même parfois être proches du *burn out*.
- Ils manquent de souplesse car leur agenda est plein.
- Ils polluent leur famille et leurs proches.
- Ils se répètent et donnent souvent trop de détails.

#### Les persévérants

- Ils sont rigides sur les *process* et les principes.
- Ils manquent de flexibilité, de souplesse et ratent donc les nouvelles idées.
- Ils perdent du temps en discussions et en débats.
- Ils manquent d'adaptabilité car ils sont trop attachés au passé.
- Ils sont déconnectés du présent et de l'opérationnel.

#### Les rêveurs

- Ils sont déconnectés, désorganisés, voire absents de l'organisation des autres.
- Ils manquent d'initiative et prennent un temps fou pour décider.
- Sous stress ils sont très souvent dans l'immobilisme. Ils se perdent et n'avancent pas.

#### Les promoteurs

- Ils brassent beaucoup de vent et ne finissent pas ce qu'ils ont commencé.
- Ils perdent beaucoup de temps à courir dans tous les sens.
- Ils ne font pas le SAV de ce qu'ils ont vendu et perdent des clients qu'ils auraient dû fidéliser.
- Ils polluent les équipes en générant et en entretenant des situations d'urgence.
- Ils ne prennent jamais le temps de capitaliser sur l'expérience tant les nouveaux challenges les attire. Donc ils reproduisent les mêmes erreurs.

#### Les rebelles

- Ils sont complètement éparpillés.
- Ils n'ont pas d'organisation et peu de concentration.
- Ils adorent l'urgence et comptent sur leur créativité en dernière minute.
- Ils déconcentrent tout le monde.