

communicateurs EFFICACES

Comment gagner 6 semaines supplémentaires par an

Le temps n'est pas extensible. Mais si vous savez bien vous organiser, vous pourrez, au bout d'un certain temps, gagner l'équivalent de 6 semaines de travail par an !

Voici comment procéder :

Rentabilisez vos déplacements

En passant, en moyenne, **une heure par jour** dans votre voiture, cela **fait 250 heures par an**. Aviez-vous déjà pensé que cela représente **5 semaines par an** ?

Comment pouvez-vous rentabiliser ces heures sans pour autant compromettre votre attention au volant de votre voiture ?

Vous pouvez par exemple :

- perfectionner une langue étrangère
- dicter du courrier à votre secrétaire
- dicter un compte-rendu de réunion, un rapport
- donner les instructions pour la journée
- écouter une conférence

- écouter vos messages téléphoniques

- noter vos idées et réflexions, etc.

Pour tout cela, il vous suffit de vous équiper d'un dictaphone !

Si vous n'avez pas l'habitude de travailler très dur, **procédez par étapes**. Augmentez progressivement votre rythme.

Au début, essayez de travailler seulement **une heure de plus par jour**. Vous n'en mourrez pas.

Au bout d'une semaine, vous aurez accumulé 5 heures de plus pour réussir. Au bout d'une année, vous aurez accumulé 250 heures supplémentaires en direction du succès.

Une semaine complète de travail compte 35 à 40 heures selon votre poste et selon le pays où vous résidez. En gagnant 250 heures, vous aurez gagné plus de 6 à 7 semaines. Votre année nouvelle comportera donc 58 à 59 semaines au lieu de 52. Vous disposerez ainsi de plus de 13 mois par année. Cela peut vous donner une formidable longueur d'avance.

Imaginez maintenant que vous travaillez 2 heures de plus par jour. Vous aurez gagné 500 heures en un an ! Et vous n'en serez pas vraiment plus

fatigué. Ce n'est qu'une question d'habitude.

Les méthodes à adopter pour travailler 3 fois plus vite

Travailler 1 heure ou 2 de plus par jour vous sera encore plus profitable si vous parvenez à augmenter votre productivité, c'est à dire effectuer en 1 heure les tâches dont vous mettiez habituellement plusieurs heures pour venir à bout. Le secret pour accroître ainsi votre efficacité est d'établir des délais plus courts.

1. Utilisez les pouvoirs de la situation d'urgence

Les études effectuées sur un vaste échantillon de sujets démontrent le principe suivant :

"L'individu moyen est enclin à utiliser tout le temps qui lui est alloué pour accomplir une tâche, même s'il peut s'en acquitter plus rapidement, sauf si une situation d'urgence se présente."

Ces 2 tendances, celle de **pouvoir réduire** le temps et celle d'**utiliser en temps normal tout le délai accordé**, découlent en réalité d'une même loi subconsciente.

En effet, dans un cas comme dans l'autre, il se produit un phénomène fascinant dans le subconscient de la personne : lorsqu'elle se fixe ou que lui est fixé un délai, elle se "**programme**" en conséquence.

De la même manière, il n'est pas plus difficile pour votre subconscient de vous faire accomplir une tâche en 2 fois moins de temps, pour autant, bien entendu, que ce soit matériellement réalisable. Mais c'est la seule limite réelle. Car le subconscient est beaucoup plus puissant que vous ne croyez. Et beaucoup plus rapide. En fait, il peut littéralement donner des ailes à votre pensée et à votre créativité.

Vous pouvez faire beaucoup mieux et beaucoup plus vite que vous ne le croyez

La connaissance de ces 2 lois peut présenter des conséquences pratiques considérables. Le temps nécessaire à une tâche est beaucoup plus élastique qu'on ne le croit généralement. Aussi, **si vous voulez faire en une heure ce que vous faites généralement en 3 heures, faites exactement comme si vous n'aviez qu'une heure pour le faire.**

En d'autres mots, **mettez-vous dans un état d'urgence artificielle**, comme si vous n'aviez pas le choix. Ainsi, votre subconscient se "reprogrammera" suivant ce nouvel ordre que vous lui donnez.

Faites-en l'expérience, vous serez surpris des résultats. Ceci ne veut pas dire qu'il faille vous doper avec du café noir, comme le fit Balzac,

qui, du reste, est l'un des plus illustres exemples de la compression qu'on peut appliquer à des délais, lorsqu'on est au pied du mur.

2. Passez en "sixième vitesse"

La manière pour Balzac de se mettre en état d'urgence et de créativité supérieure était de promettre des manuscrits à des éditeurs à des dates quasi-impossibles. Ainsi, il arriva à écrire des chefs-d'œuvre de 300 pages en 2 semaines. Certes, cette prouesse serait impossible sans son talent et son expérience. Néanmoins, ne faites pas l'erreur de vous sous-estimer comme vous le faites probablement depuis trop longtemps.

Vous aussi, vous avez du talent. Vous aussi, vous pouvez travailler vite et bien. Et sans pour autant être davantage stressé.

En fait, pour emprunter une comparaison au vocabulaire automobile, vous pouvez passer en sixième vitesse alors que vous roulez depuis toujours en troisième. Vous pouvez le faire dès que vous voulez le faire et que vous l'essayez.

3. Fixez-vous des délais plus serrés

Vous accomplirez davantage, sans sacrifier la qualité.

4. Gardez toujours sur vous du travail à faire pendant vos temps morts

Un grave accident sur l'autoroute du Sud a bloqué de nombreux automobilistes pendant 5 heures. 5 heures perdues, 5 heures de stress pour tous ceux qui n'avaient pas de quoi s'occuper.

Ayez toujours dans votre voiture de quoi vous occuper :

Un dossier avec des articles que vous souhaitiez lire depuis longtemps sans jamais trouver le temps de le faire, un bon livre, des CDs (pour rafraîchir votre anglais, écouter un séminaire de formation, un livre enregistré, ou simplement vous relaxer).

De même, ayez toujours sur vous de quoi écrire pour noter les bonnes idées qui vous viendraient subitement.

Dans le prochain numéro, vous découvrirez :

- Les 6 clés pour faire travailler un passif-agressif
- Comment contrer les personnes négatives