

9 LOIS DE LA GESTION DU TEMPS

Envie d'optimiser votre productivité, que ce soit dans votre vie personnelle ou professionnelle ? Découvrez des principes essentiels de gestion du temps pour développer des stratégies efficaces et accomplir vos tâches plus facilement. Voici 9 lois pratiques pour vous aider à mieux gérer votre temps.

1 Loi de Parkinson

“Le travail s'étend de façon à occuper tout le temps disponible pour son achèvement.”

2 Loi de Pareto

“80 % des effets proviennent de 20 % des causes.”

3 Loi de Carlson

“Un travail réalisé en continu prend moins de temps et d'énergie que lorsqu'il est effectué en plusieurs fois.”

4 Loi d'Illich

“Au-delà d'un certain seuil, le temps consacré à une tâche devient contre-productif.”

5 Loi de Hofstadter

“Il faut toujours plus de temps que prévu pour accomplir une tâche, même en tenant compte de la loi d'Hofstadter.”

6 Loi de Murphy

“Tout ce qui est susceptible d'aller mal ira mal.”

7 Loi de Laborit

“Nous avons tendance à privilégier les tâches les plus faciles ou les plus agréables avant les tâches difficiles ou importantes.”

Loi de Fraisse

8 “La perception du temps varie en fonction de l'intérêt et de la difficulté des tâches que nous accomplissons.”

9 Loi de Swoboda- Fliess-Teltscher

“Les performances humaines fluctuent selon des cycles biologiques réguliers qui influencent l'énergie, la motivation et les capacités intellectuelles.”

