

L'accélération du temps et les pièges de l'urgence

■ **Combien de fois par jour avez-vous entendu ou pensé vous-même "je n'ai pas le temps", "il faut aller vite", "dépêchons-nous" ? Certainement un bon nombre de fois, comme l'ensemble d'entre nous pour qui la vitesse et l'urgence sont devenues des modes de fonctionnement habituels. Sans cesse sollicités, nous tentons de suivre le rythme en allant toujours plus vite. Sommes-nous réellement gagnants ? Est-ce le bon pari pour les entreprises ?**

L'accélération générale des rythmes de vie

Aujourd'hui, de nombreux spécialistes posent le constat de l'accélération des rythmes de vie avec des individus de plus en plus soumis à la pression du temps. Nous avons globalement pris l'habitude d'agir vite. La plupart du temps, nous accélérons dans un souci de performance, mais parfois par simple habitude comme lorsque l'on avale son diner trop vite alors que la journée de travail est finie.

Faits marquants, il est fréquent désormais de parler de contraction, d'accélération ou de compression du temps. Bien entendu le temps ne se comprime pas et ne s'accélère pas. Comme le soulignait habilement Newton "le temps s'écoule uniformément,

de lui-même et du fait de sa propre nature, sans aucune relation avec le monde extérieur." C'est bien nous qui accélérons en réalisant toujours plus de performances dans un temps toujours plus court.

Nouvelles technologies et économie de marché

La tendance à l'accélération du rythme de la vie a considérablement augmenté à partir des années 90 avec l'apparition des nouvelles technologies de la communication. La généralisation d'internet, des téléphones portables, des mails, des réseaux sociaux... a ouvert un champ immense de possibilités de communications instantanées engendrant une culture collective de l'immédiateté "puisque je peux



Sommes-nous contraints de toujours courir après le temps ?

avoir la réponse dans l'instant, je la veux dans l'immédiat." D'autre part, sur le plan économique, le marché a également beaucoup évolué en vingt-cinq ans. Les transactions se font désormais en direct par internet.

Le culte de la vitesse

Pour diverses raisons, la vitesse est valorisée dans la société actuelle. Culturellement, la vitesse est associée à la jeunesse.

Dans nos stéréotypes, aller vite c'est être dynamique et performant. D'autre part, les scientifiques ont démontré que la vitesse génère aussi du plaisir. Autrement dit, aller vite procure des sentiments positifs liés notamment à une impression de puissance (sentiment d'en faire toujours plus...).

Confusion entre l'urgent et l'important

Toutefois notre quête de vitesse et de "toujours plus" fragmente de plus en plus notre temps. Nous faisons plus de choses mais

avons moins de temps pour réfléchir, analyser et approfondir les informations que nous recevons. L'urgent prend alors souvent le dessus sur l'important. On s'affaire à traiter les questions urgentes en négligeant ce qui peut attendre. Le risque est alors de ne jamais parvenir à traiter les questions de fond. Ainsi, de plus en plus de personnes s'épuisent dans la gestion courante sans parvenir à prendre de la hauteur pour leur entreprise ou même tout simplement pour leur équilibre personnel.

Claire Prévost

Formation les 5 et 12 février

Gérer son temps au service de ses priorités

L'article vous interpelle ? Vous souhaitez devenir davantage acteur de la gestion de votre temps ?

La Chambre d'agriculture vous propose un stage de deux jours pour comprendre votre relation au temps, définir vos objectifs et mettre en place des leviers d'amélioration dans votre organisation quotidienne. La formation est prévue les 5 et 12 février à Saint-Doulchard.

Pour avoir plus d'informations ou pour vous inscrire, contactez Claire Prévost ou Anne Morand à la Chambre d'agriculture du Cher au 02.48.23.04.00.

L'expérience d'Eric, agriculteur à "chronovillage"

■ **Après un chantier très mobilisateur qu'il a bien mené grâce à beaucoup d'énergie et d'implication, Eric aspire à lever le pied quelque temps. Toutefois, à peine rentré chez lui, en regardant son portable, il s'aperçoit qu'il a cinq messages en attente.**

Il passe une heure à répondre pour ne pas laisser ses interlocuteurs sans réponse. Puis, il croise son voisin qui lui demande "T'as vu le mail du maire ? Non ? Les rythmes scolaires vont encore changer. Il faut qu'on se voie pour en parler... Et les cours du blé, t'as vu les fluctuations qu'on a en ce moment ?"

A l'écoute de son voisin, Eric sent un léger stress l'envahir ; il n'est pas au fait de toutes ces nouvelles informations. Alors, que fait Eric ?

Après le diner, il passe deux heures sur l'ordinateur pour se tenir informé des cours du blé (alors même qu'il n'en a plus à vendre) et pour étudier les nouvelles propositions concernant les rythmes scolaires...

Au final, il se couche tard, tendu et insatisfait car, trop fatigué, il n'a rien compris à ce qu'il a lu.

Eric s'est fait piéger par ce besoin d'immédiateté et ce sentiment d'urgence oubliant ce qui était important : se re-

poser pour se sentir bien et être efficace dans le travail.

Rééquilibrer son temps

Nous l'avons vu, l'accélération du temps cache en fait l'accélération de nos rythmes de vie qui atteint parfois des limites : surmenage, balayage superficiel des informations, stress, "tête dans le guidon"... Prendre conscience de son rapport au temps et à l'urgence est la première étape pour devenir acteur de son temps en fixant des limites et en faisant des choix.

Questions pour réfléchir

- Quel effet cela produit-il en vous quand vous ne pouvez pas répondre instantanément ?
- Quel temps passez-vous à gérer des urgences ?
- Ces urgences sont-elles toujours importantes ?



par Claire Prévost, conseillère à la Chambre d'agriculture du Cher

Une vidéo sur ce sujet sera prochainement disponible en ligne sur www.chambagri.fr

Le Lely Center vous souhaite de joyeuses fêtes

OFFREZ LE MEILLEUR DE L'AUTOMATISATION A VOTRE ELEVAGE

Robot de traite Lely Astronaut A4, ou robot d'alimentation automatisée Lely Vector.

Pour plus d'information, contactez :
Cédric Boistard : 06.43.69.02.60
Guillaume Boulard : 06.07.48.78.82
Didier Beaudet : 06.20.29.88.05

EVOLVE. **LELY**
Innovators in agriculture

www.lely.com