

SEUL LE TEMPS EST A NOUS.

— Sénèque

---

Le temps est la ressource la plus critique dont nous disposons. Or le monde du travail moderne conspire pour nous empêcher de savoir où passe notre précieux temps. Comment reprendre le contrôle ?

---

Mesurer le temps de travail est souvent associé à des images négatives : pointeuses, contrôle, [fordisme](#), etc. Cependant, en y regardant de plus près, on remarque que ce côté négatif est lié à l'idée que celui qui mesure et celui qui est mesuré sont deux personnes différentes : entreprise/employé, manager/équipier, patron de bar/serveur par exemple.

Dans cette série de papiers, je vais tenter de prendre cette idée à contre-pied en faisant du mesureur et du mesuré une seule et même personne : nous-mêmes. En changeant ce "détail", je souhaite montrer que la mesure du temps de travail, vue sous cet angle, est (1) possible, (2) facile et (3) extrêmement utile.

Cette série sera donc composée de 3 papiers :

### Mesurer son temps de travail (1/3) Le Problème

s'intéressera dans un premier temps au **motivations** pour entreprendre un tel changement d'organisation.

# MESURER SON TEMPS DE TRAVAIL

## (1/3) Le Problème

Jean-Jacques Auffret

Nov 2023

<http://linkedin.com/in/jjauffret>

<http://robinson-vendredi.work>

### Mesurer son temps de travail (2/3) Les Bénéfices

prendra ensuite le relai pour explorer plus en détail les avantages que l'on peut retirer d'une appréciation plus quantitative de son temps de travail.

### Mesurer son temps de travail (3/3) Principes,

**Rituels, Outils** La dernière partie conclura la série en examinant les **façons pratiques et efficaces** de le faire.

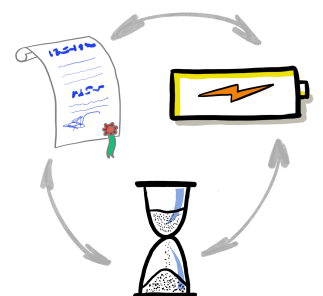
Comme il est toujours essentiel de savoir pourquoi on fait les choses avant de s'intéresser au comment, ce premier papier est donc consacré à ce qui rend la mesure de notre temps de travail souhaitable, sinon nécessaire.

## NOS TROIS RESSOURCES PRINCIPALES

Quelles sont les ressources dont nous disposons pour mener à bien notre travail, c'est-à-dire en retirer à la fois certains résultats tout en maintenant un niveau de bien-être convenable ? On peut en distinguer trois principales.

La première est l'ensemble des **compétences** que nous mettons en œuvre dans l'accomplissement de nos missions. Ces compétences dépendent elles-mêmes de différents facteurs, au premier rang desquels nos capacités intellectuelles et physiques, notre éducation, et notre expérience.

Le second type de ressource est l'**énergie** dont nous disposons. Celle-ci est liée à des éléments tels que notre état de santé, notre hygiène



de vie ou encore notre état de confort psychologique au sein de notre environnement, sans oublier le niveau de notre motivation par rapport à notre job ou notre mission.

Enfin, la troisième de nos ressources critiques est le **temps** que nous consacrons à telle ou telle de nos activités. Quelqu'un de compétent et plein d'énergie qui ne parvient pas à investir le temps nécessaire à la réalisation de ses objectifs va échouer alors qu'il semble avoir "tout pour réussir".

## La ressource temps est la plus actionnable



Si notre **compétence** est un domaine sur lequel nous pouvons agir —par exemple en décidant de nous former— cette action ne peut porter ses fruits que sur une durée relativement longue : on ne devient pas chevalier Jedi avant au moins trois épisodes de la saga.

De la même façon, notre niveau d'**énergie** ne dépend pas entièrement de nous-mêmes (par exemple quand nous devons habiter à plus d'une heure de bouchons de votre travail). Quant à la partie que nous pouvons contrôler, soit cela prend également du temps (faire davantage de sport) soit la sagesse arrive trop tard (je n'aurais peut-être pas dû me coucher si tard hier soir ce matin).

En revanche, nous prenons constamment au cours de nos journées de petites décisions de court terme concernant l'allocation de notre **temps** : travailler sur tel sujet plutôt que sur tel autre, assister ou pas à cette réunion, s'autoriser ou non 15' de pause, etc.

Sans en l'avoir l'air, ces micro-choix que nous faisons la plupart du temps sans nous en rendre véritablement compte et qui semblent sur le moment de peu de conséquence, s'agrègent pour finir par remplir nos journées, et partant nos semaines, nos mois... nos années.

Dans le trio (compétence, énergie, temps) le temps, c'est-à-dire les choix que nous faisons concernant son allocation, est donc la variable sur laquelle nous avons le plus de prise directe à court terme.

C'est cette caractéristique qui rend cette ressource particulièrement critique.

## OU PASSE MON TEMPS DE TRAVAIL ?

Voilà une question à laquelle un ouvrier sur une chaîne de montage ou une caissière dans un supermarché peut répondre aisément (même si la réponse n'est pas forcément enthousiasmante). Mais quid du travailleur de l'information ?

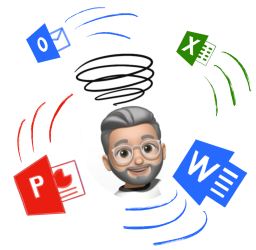
## Un travail naturellement fractionné...

Le monde du travail change, avec une part grandissante des activités tertiaires (nous travaillons essentiellement en manipulant et transformant de l'information), et la numérisation accélérée qui l'accompagne (nous le faisons en manipulant divers types d'ordinateurs).

Cette évolution du travail entraîne mécaniquement une fragmentation plus importante de celui-ci. Dans une usine, si on veut changer le type de pièce que l'on fabrique, il faut changer soit d'outil soit de machine, et cela prend du temps. Idem si un agriculteur décide d'aller traire ses vaches plutôt que labourer son champ.

Donc les paysans comme les ouvriers (ou était-ce leurs patrons ?) ont très vite compris l'intérêt du travail en série : on traite *toutes* les vaches avant d'aller labourer, on perce *tous* les trous avant de mettre les vis. Si vous êtes bricoleuse ou cuisinier, je suis sûr que vous appliquez vous aussi sans même y penser ce bon sens pratique.

Sur un ordinateur en revanche, mon tableur est à un clic de distance de mon traitement de texte ou de mon email, et donc passer d'une tâche à l'autre nous donne l'impression de se faire presque instantanément et sans peine. A tel point que les plus enthousiastes d'entre nous se croient capables de faire plusieurs choses en même temps, dans leur attendrissante naïveté.

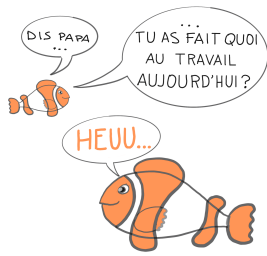


Il en résulte quasi-immanquablement que les travailleurs de l'information sont bien plus sujets que ceux qui travaillent sur le monde tangible à sauter très souvent d'une tâche ou d'un sujet à l'autre. Ce serait quand même dommage de continuer à rédiger ce contrat si délicat sur lequel je peine alors qu'à un clic d'ici j'ai peut-être reçu un email rigolo, non ?

L'activité des travailleurs de l'information que nous sommes a donc tendance à être *naturellement* fractionnée.

## ...et moins mesurable

Avez-vous jamais éprouvé ce sentiment curieux à la fin d'une journée de travail bien remplie d'avoir fait "plein de choses" mais en étant dans le même temps bien en peine d'en faire le bilan précis, à la fois d'un point de vue qualitatif (quelle est la liste précise des sujets auxquels je me suis attaqué, fût-ce durant 10 minutes ?) et quantitatif (comment de temps ai-je passé au total sur chacun de ces sujets) ?



Ce sentiment, je l'ai moi-même éprouvé bien des fois.

Certes, quelques “hauts faits” de ma journée surnageaient sans peine dans mon souvenir, mais ils ne rendaient pas compte, loin de là,

de l'intégralité de mon travail.

En y réfléchissant, on peut voir rapidement que c'est tout à fait normal : si je me penche régulièrement sur une quinzaine de sujets durant des durées variables au cours d'une seule journée, il y a finalement très peu de chances que j'en garde un souvenir précis le soir venu, sans parler de la fin de la semaine.

De plus, nous ne travaillons pas toujours sur les même sujets quotidiennement : certains d'entre eux vont rester au repos quelques jours voire davantage, avant que nous les fassions avancer de nouveau.

Le caractère naturellement fractionné de notre activité a donc pour conséquence tout aussi naturelle de rendre celle-ci moins mesurable.

## RESUMONS...

- De toutes nos ressources, le temps —et les décisions que nous prenons concernant son emploi— est celle qui offre le plus grand potentiel d'impact à court terme...
- ...mais sa nature volontiers fractionnée chez les travailleurs de l'information rend difficile une appréciation fiable de son emploi réel.

Par conséquent, savoir “où passe son temps” n'est pas une connaissance facilement disponible. Mais ceci ne constitue un problème que si ce défaut de connaissance nous est préjudiciable...

Le deuxième papier de cette série va donc attaquer ce versant du sujet en explorant les différents bénéfices que l'on peut espérer d'une meilleure mesure de l'allocation de notre temps de travail.