

Gestion du temps

POURQUOI UNE HEURE N'EST PAS TOUJOURS ÉGALE À UNE HEURE



si vous aimez
ce que vous faites

temps réel passé : 1h



temps ressenti : 5mn



si vous n'aimez pas
ce que vous faites

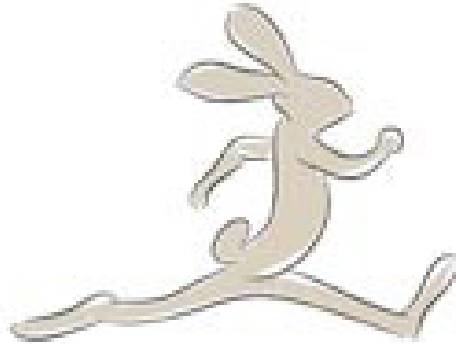
temps réel passé : 5mn



temps ressenti : 1h



la loi de Fraisse : s'intéresser à ce qu'on fait



On connaît tous ça : lorsqu'on est passionné par ce qu'on fait, le temps défile à toute vitesse.



Et quand on doit faire quelque chose qui ne nous intéresse pas, c'est leeeeeeeeeeeeeent !

La perception du temps est très relative !



la loi de Fraise : s'intéresser à ce qu'on fait

On ne peut pas faire en permanence ce qui nous plait, mais ...

- on peut alterner les tâches qu'on trouve plaisantes et celles qu'on trouve ennuyeuses,
- on peut commencer par les tâches pénibles,
- on peut aussi rendre la tâche pénible agréable grâce à un état d'esprit positif.

si, si, c'est possible !



**Un grand merci pour vos likes et vos partages
qui nous soutiennent tous les jours !**

