

8 habitudes constatées en étudiant la catégorie des ultras productifs

Vous vous demandez comment font certains entrepreneurs superstars qui semblent en faire plus en une heure que ce que les autres sont capables d'accomplir en une journée ?

Ils suivent certaines habitudes qui heureusement peuvent être développées avec suffisamment de pratiques.

Voici 8 habitudes des gens très productifs :

1/ Ils suivent rigoureusement l'ordre du jour au cours des réunions.

Vous vous êtes parfois demandé à quoi servaient certaines réunions ? Vous y avez sans doute remarqué les « déviations » et les pertes de temps ?

Patron ou membre de l'équipe, suivez toujours scrupuleusement l'ordre du jour et ne vous en éloignez sous aucun prétexte, vous gagnerez du temps. Si l'un de vos collaborateurs commence à s'éloigner du sujet, arrêtez-le immédiatement.

2/ Ils planifient leurs journées comme leurs réunions.

Vous commencez une réunion totalement préparé n'est-ce pas ? Agenda, questions, etc. Alors pourquoi ne pas en faire de même concernant vos journées ?

Ceux qui planifient leur journée ont tendance à être plus productifs. Si vous passez 5 mn à écrire une liste des trois principales choses à faire en un jour, il est très probable qu'elles seront exécutées.

« En omettant de préparer, vous préparez à l'échec. » Benjamin Franklin

3/ Ils savent prendre de la hauteur.

Un problème à résoudre ? Une tâche chronophage ? Une mission stressante ? Sachez prendre une pause (courte !), retirez-vous quelques instants de votre travail en cours et observez tout cela de loin. Cela permet souvent de réajuster certains points et de booster votre énergie.

4/ Ils ne parlent pas, ils agissent !

« Je voudrais visiter cet endroit ! », ne le dites pas et faites-le ! Ne parlez pas de faire ceci ou de voir cela ! Agissez, faites ! Vous recevez un mail ? Répondez-y ! Ne laissez rien en attente, cela gaspille du temps. Agissez dans l'immédiat ou bien déléguez !

5/ Ils ont appris à dire non !

L'un des plus grands risques à vouloir atteindre ses objectifs est de tout accepter, d'en faire trop, que ce soit au travail et même à la maison.

Dire non ne signifie pas que vous êtes une mauvaise personne ou quelqu'un de paresseux ! Dire non c'est expliquer que ce que l'on vous demande de faire ne sera pas effectué dans les meilleures conditions car vous avez à vous concentrer sur des tâches déjà en cours. Vous montrez ainsi votre sérieux.

Vous aurez ensuite plus de temps pour vos enfants, vos amis ou vous-même car savoir prendre du temps pour les autres et pour soi permet d'obtenir un meilleur équilibre personnel et par ricochet une meilleure productivité.

6/ Ils dorment bien !

Si vous ne prenez pas soin de vous, comment allez-vous prendre soin des autres ? Croyez-vous en faire plus en dormant moins ? Vous connaissez l'importance d'un bon sommeil sur notre développement cognitif. Le manque de sommeil aura un impact négatif immédiat sur votre cerveau ! Vous serez moins productif ! Alors, faites comme les ultras productifs dormez votre compte et dormez bien !

7/ Ils se fixent des objectifs à court terme pour atteindre leurs objectifs à long terme.

Les objectifs vagues à long terme sont plus difficiles à atteindre car ils ne sont pas assez spécifiques et risquent d'être abandonnés.

En revanche, si vous avez un objectif à court terme réellement réalisable qui vous permet de vous propulser vers votre objectif à long terme, vous êtes susceptible de réussir car un objectif à court terme est plus facile à réaliser.

De plus, le sentiment de satisfaction que vous obtenez à la réussite d'un objectif à court terme vous conduira à pousser plus souvent, non seulement vers des objectifs à court terme mais également vous dynamisera pour atteindre votre objectif à long terme.

« Toutes les personnes qui réussissent sont de grands rêveurs. Ils imaginent ce que sera leur avenir, idéal à tous égards et ils travaillent chaque jour vers cette vision, cet objectif, ce but. » Brian Tracy (auteur et consultant en développement personnel).

8/ Ils dînent chez eux !

Nous sommes plus que notre travail ! Nous sommes des pères ou des mères, des fils ou des filles, des conjoints ou des conjointes, ne perdez jamais cela de vue !

N'oubliez pas votre équilibre car il est important pour votre productivité ! Prenez le temps de rentrer dîner chez vous, blottissez-vous contre votre chat, passez du temps au téléphone avec vos proches.

Tout ce qui nourrit notre âme doit être chaque jour consommé !

Suivez ces conseils et vous serez la meilleure version de vous-même !