

Ramène ton CODIR #4

Rennes

**05
MARS**

**Et si le vrai luxe des
dirigeants était le temps ?
Comment trouver et donner
le bon tempo ?**

DFCG.
Le réseau
Bretagne des dirigeants
d'entreprises
financières

andrh
Bretagne Est

adn
ouest

Ramène ton Codir #4

Un grand MERCI à

Gaëtan Manchon, chef d'orchestre du Conservatoire de Rennes,
et à **Lina, Camille, Emeric, Germain et Léo**

Le comité d'organisation

#Ramene ton Codir



Corentin Rault
DFCG 35



Stéphanie Villejoubert
ANDRH Bretagne Est



Olivier Créplet
ADN Ouest



Atelier 1

Du temps qu'on
compte aux temps qui
comptent



Arnaud
Longeanie
**Relier
demain**

Atelier 2

Oser le temps lent



Albane
Vigneron
Facétia



Valérie
Castaignède
Lafabco

Atelier 3

L'illusion de l'urgence.
Comment nos biais cognitifs
dictent notre agenda



Leila Elabdi
**EL
Coaching**

Atelier 4

Le temps au travail change :
et si on prenait une longueur
d'avance ?



Céline
Guézou
Onraka

Atelier 5

Pourquoi renoncer et choisir sont
des compétences-clés du
manager



Dany Sellier
**Vivement
demain**



Claire
Gélinau
Un et pluriel

Atelier 6

Les 3 horizons : Comment
préparer l'avenir tout en
sécurisant le "business as usual" ?



Emmanuelle
Aoustin
Seedlings



Roselyne
Lecuyer
Seedlings

Atelier 7

Reprendre du temps quand
tout accélère



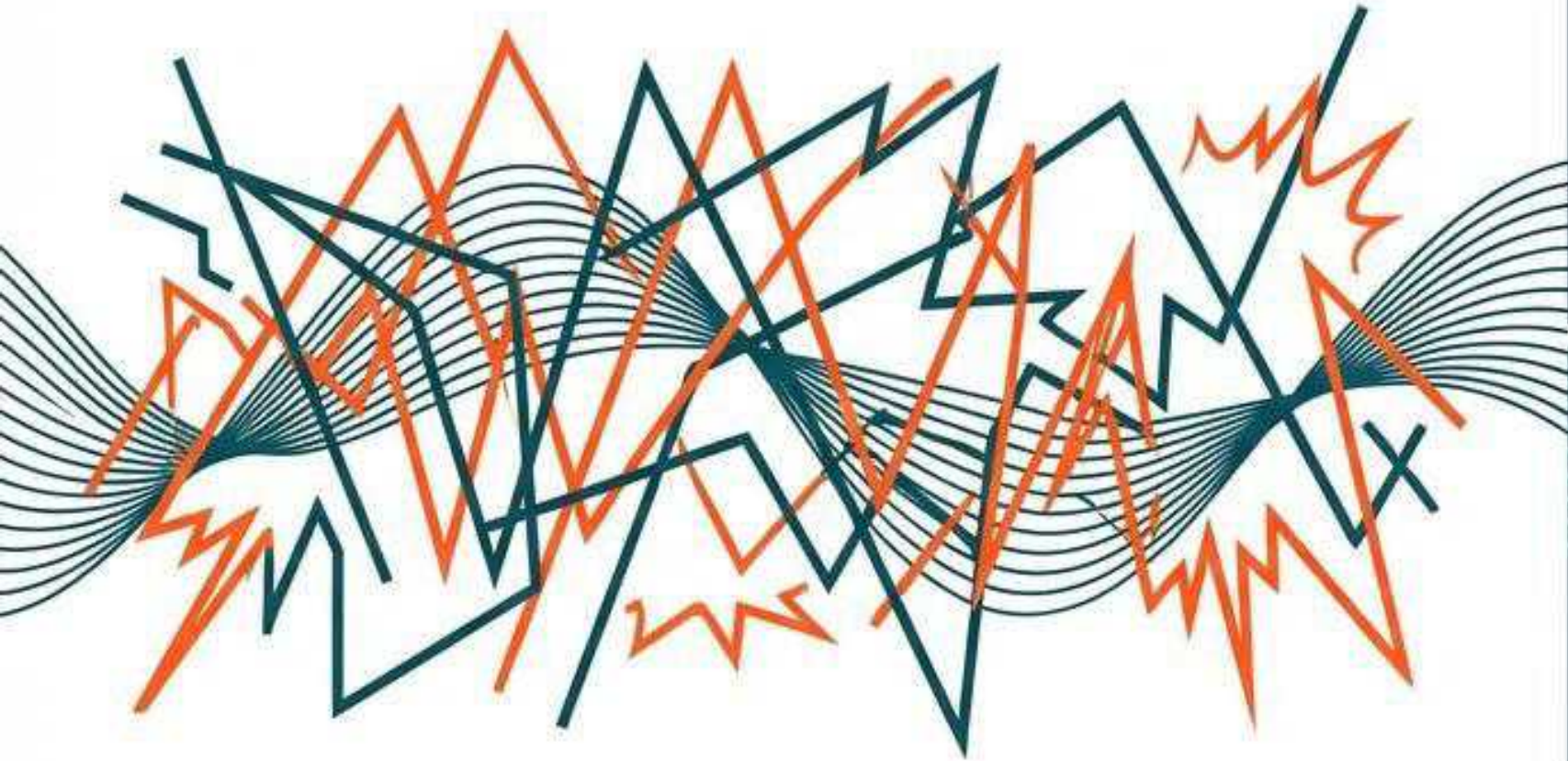
Nicolas Lecomte
Gueziec
Vivre présent

Déroulé de la soirée - Ramène ton Codir #4

- > **18h40 – 18h55** : Ouverture
- > **18h55 – 19h15** : Introduction collaborative pour trouver ensemble notre tempo
- > **19h20 – 20h20** : 8 ateliers en simultané
- > **20h30 – 21h45** : Cocktail dînatoire



L'Allégorie du Chef d'Orchestre : De la cacophonie à l'harmonie



Le Constat

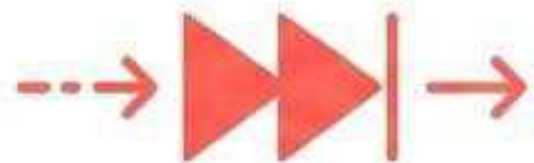
Sans un tempo partagé, une organisation n'est qu'une somme de solistes brillants jouant trop fort.
L'accumulation de tâches sans vision sature nos agendas.



Le Rôle

Le rôle du dirigeant n'est pas de jouer de chaque instrument plus vite, mais de définir le rythme. Savoir faire un pas de côté pour écouter l'essentiel est l'acte de management le plus rentable de la journée.

Le constat clinique : Nous sommes prisonniers de l'illusion de l'urgence.



50%

La proportion de décisions stratégiques majeures prises trop rapidement, sans temps de maturation suffisant.

(Source : Atelier A. Longeanie)



47%

Le temps où notre esprit vagabonde et n'est pas pleinement présent à ce que nous faisons.

(Étude Harvard / N. Lecomte Gueziec)



27%

La part d'e-mails envoyés par un dirigeant alors qu'il est censé participer à une réunion.

(Observatoire OICN / D. Sellier)

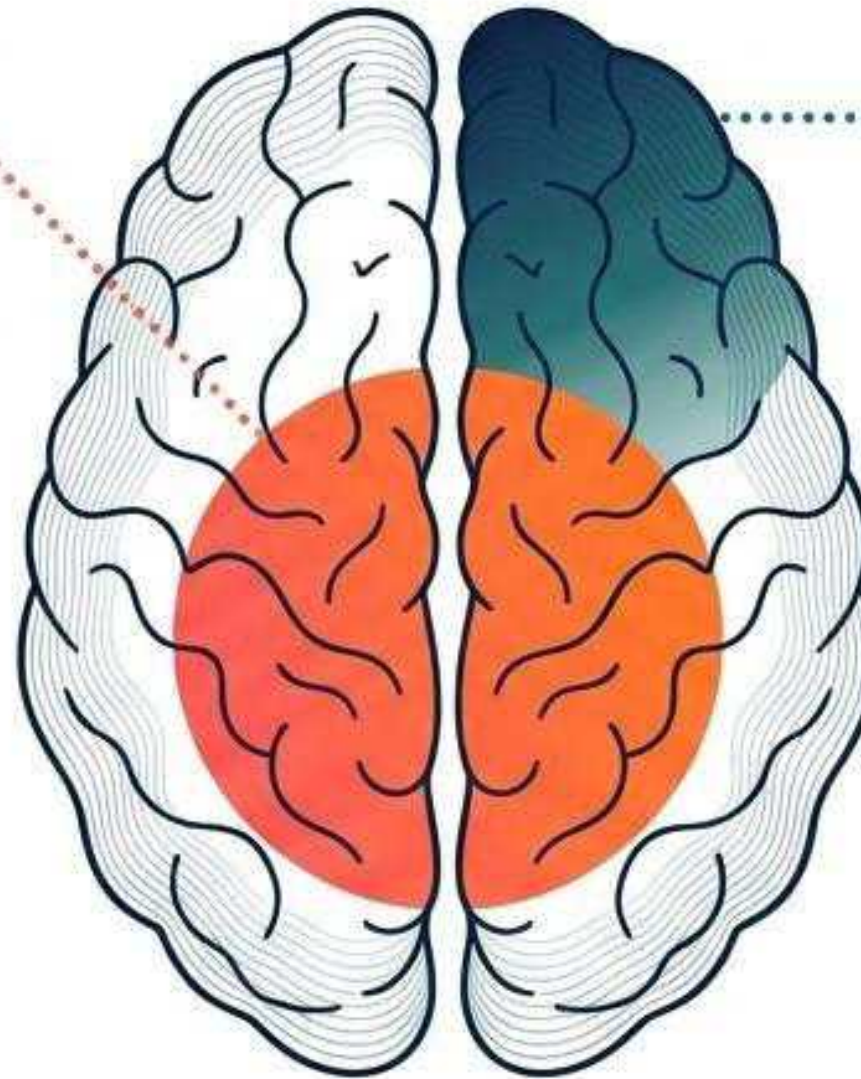


**Synthèse : Le temps quantitatif a détruit le temps qualitatif.
L'agenda substitue la stratégie choisie.**

La mécanique du cerveau face à l'urgence.

Systeme 1 : Le Piège Limbique

- **Vitesse** : Rapide, automatique, intuitif.
- **Comportement** : Adore l'urgence immédiate. Mode survie.
- **Coût** : Faible en énergie.
- **Résultat** : Réaction immédiate, mais décisions stratégiques appauvries.



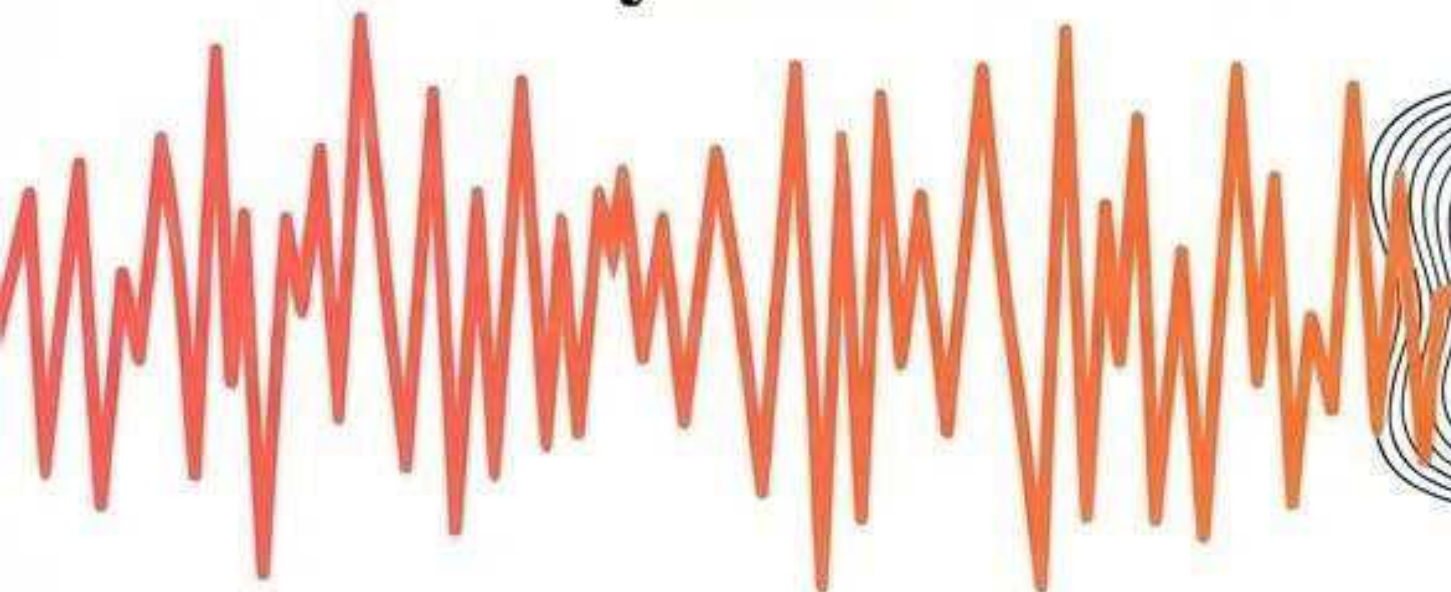
Systeme 2 : Le Cortex Préfrontal

- **Vitesse** : Lent, analytique, délibéré.
- **Comportement** : Créateur de vision.
- **Coût** : Très gourmand en énergie (le cerveau consomme 20% de l'énergie du corps).
- **Résultat** : Lucidité et performance durable.

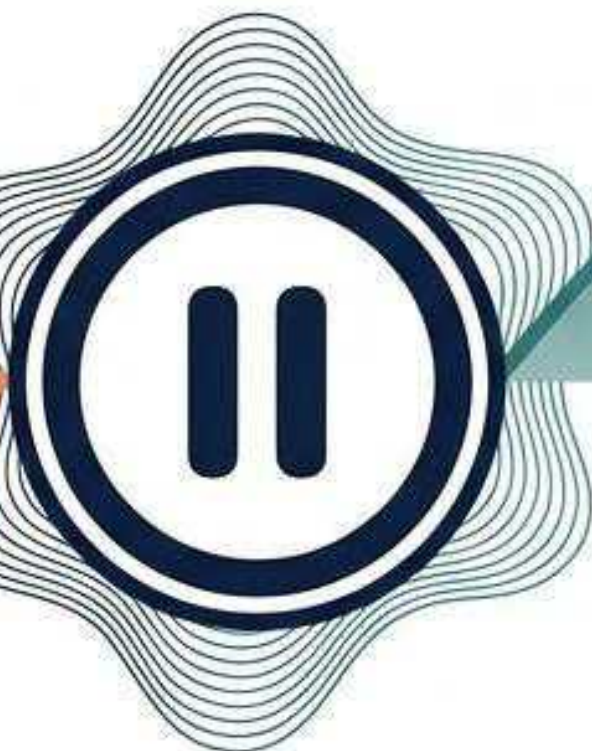
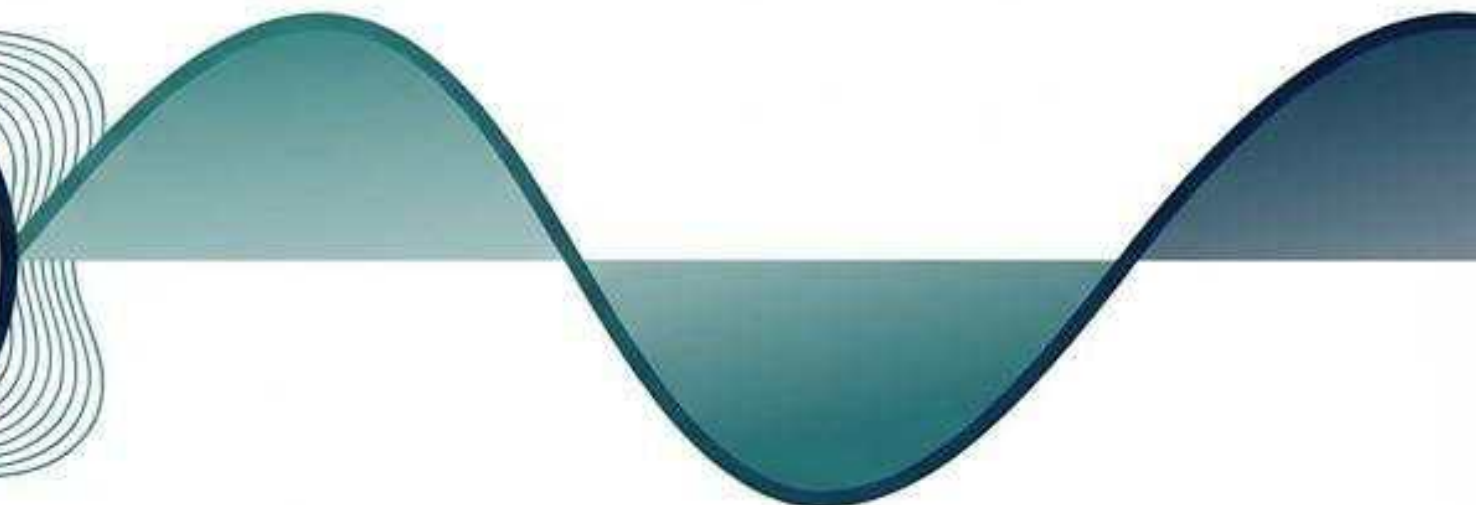
Le stress nous verrouille dans le Systeme 1. Il est impossible de formuler une vision stratégique sans forcer le basculement vers le Systeme 2.

Le bouton Pause n'est pas une faiblesse, c'est un embrayage cognitif.

Systeme 1



Systeme 2



L'illusion des vacances

Le cerveau ne fonctionne pas par compensation. Attendre les vacances pour récupérer d'une saturation continue est une erreur biologique.

La sagesse du corps

Ralentir consciemment (le temps lent) permet de faire taire le bruit mental pour laisser émerger l'intuition face aux problèmes complexes.

Le micro-entraînement

Savoir s'arrêter ne serait-ce qu'une minute pour une respiration consciente modifie physiquement l'expérience du temps et restaure la bande passante.

Les 3 dimensions pour retrouver le bon tempo.



Pillar 1 : La Stratégie (Reprendre le contrôle)

- Transformer l'agenda en outil de décision.
- Sanctuariser les 3 Horizons.
- Faire du renoncement une compétence clé.



Pillar 2 : L'Individu (Préparer l'athlète)

- Oser le temps lent et l'intuition.
- Appliquer la préparation mentale au quotidien.

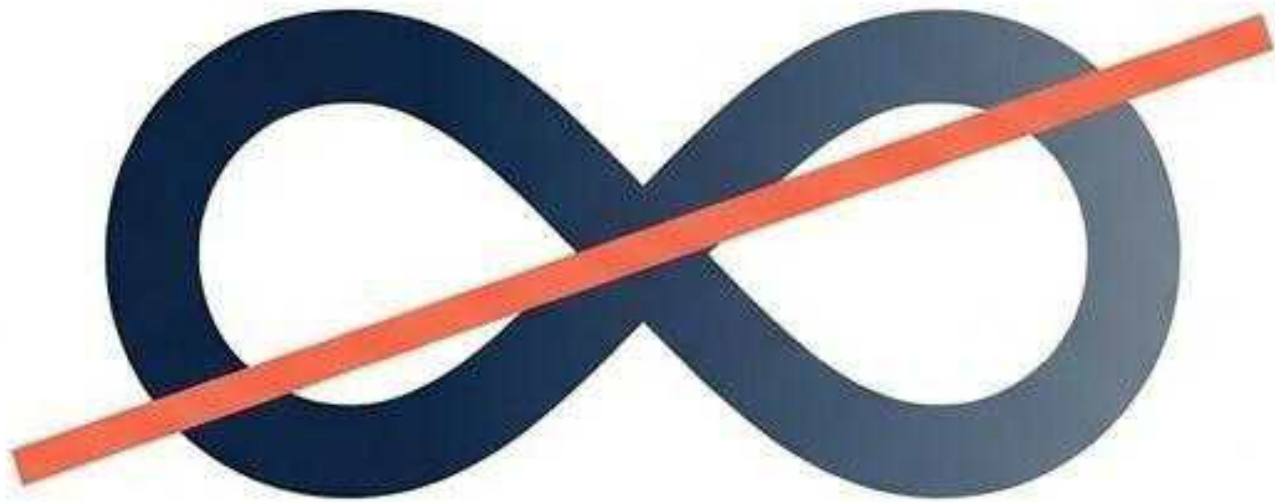


Pillar 3 : Le Futur (Anticiper 2040)

- Passer de la gestion des heures à la gestion des rythmes et de l'impact.

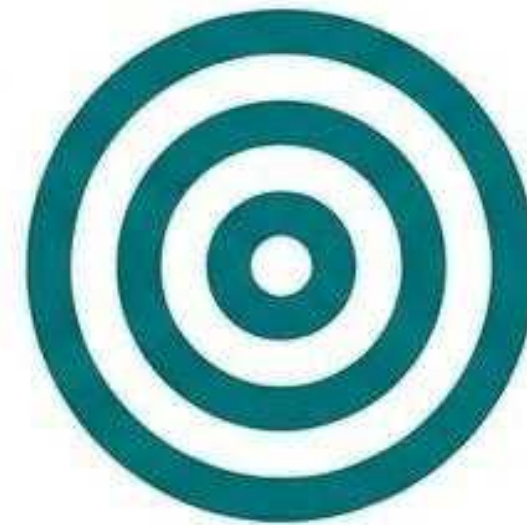
Choisir, c'est renoncer : La fin du fantasme de l'illimité.

Le Fantasme



- L'infobésité et le multitâche créent une fausse sensation de productivité.
- Le biais cognitif nous pousse à réagir à tout ce qui bouge (le dictat de l'urgence).

La Compétence



- Renoncer n'est pas un échec, c'est une compétence de clarté.
- Action : Faire de son agenda son Chief of Staff (Directeur de cabinet). L'agenda ne doit plus être un réceptacle passif, mais le bouclier protecteur du temps qualitatif invisible.

Le Modèle des 3 Horizons : Sécuriser le présent, bâtir la vision.

Horizon 1 : Le Business as Usual (Le temps court)

Sécuriser la performance immédiate et les opérations quotidiennes sans s'y noyer.

Horizon 2 : L'Innovation et la Transition (Le temps moyen)

Adapter les modèles existants, tester de nouvelles approches, amorcer le changement culturel.

Horizon 3 : La Vision Future (Le temps long)

Définir le cap transformateur et les enjeux majeurs à long terme.

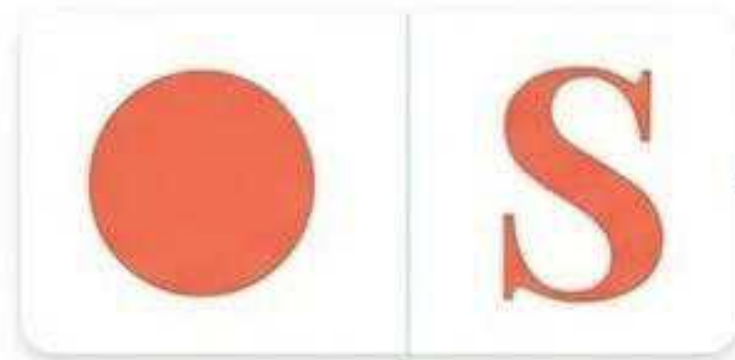
L'enjeu n'est pas de choisir entre ces horizons, mais d'allouer consciemment son énergie pour piloter ces dynamiques en simultané sans se disperser.

La préparation mentale du dirigeant : Le Jour J c'est tous les jours.

Les sportifs de haut niveau s'entraînent 4 ans pour un événement.

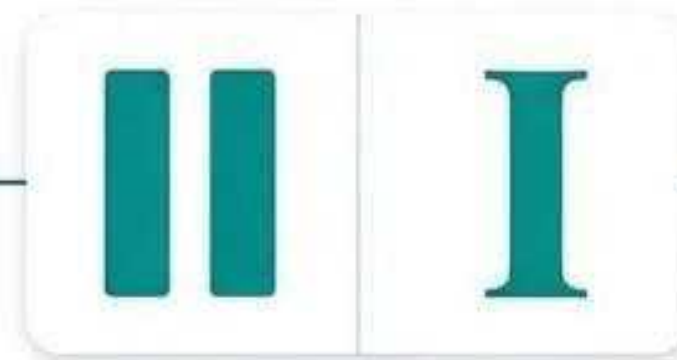
Les dirigeants ont des événements critiques chaque jour, sans aucun entraînement mental.

La Routine S.I.M.



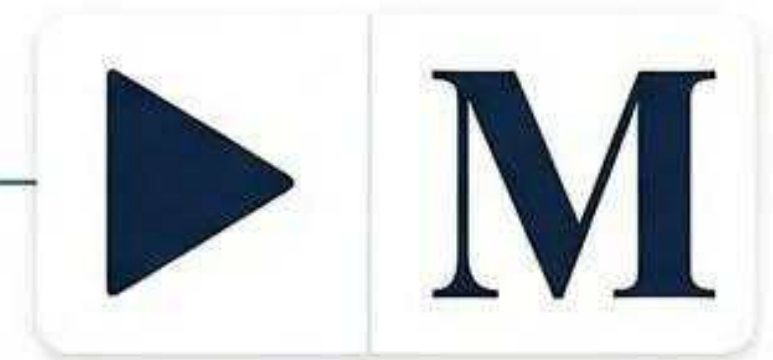
Sensation

Ancrage physique. Sentir le poids du corps, la posture, la respiration.
Couper le pilote automatique.



Intérieur

Observation sans jugement. Quelles sont mes pensées actuelles ? Mes émotions (stress, urgence) ? De quoi ai-je besoin maintenant ?



Monde

Reconnexion aux 5 sens. Observer trois objets, écouter deux sons précis.
Restaurer la bande passante avant une décision.

Cap sur 2040 : De la gestion du temps de travail à la fluidité des rythmes.

Le Sur-mesure Biologique

Fin de la synchronisation forcée (le 9h-17h).
L'organisation s'adaptera aux rythmes biologiques individuels pour maximiser l'impact, non la présence.

1

La Pluriactivité (Le Slashing)

Les talents partageront leur temps entre différents rôles ou entreprises. Le slashing interne deviendra la norme pour retenir l'engagement.

2

La Déspatialisation

L'éclatement total des lieux de travail exigeant une refonte complète de la manière dont on crée le sentiment d'appartenance.

3

Le basculement stratégique : Repenser notre logiciel.

	Hier	Demain
Nature du temps	Un volume quantitatif à remplir à ras bord.	Une ressource rare à allouer stratégiquement.
Mesure de valeur	Le présentéisme et la réactivité immédiate.	L' impact , la lucidité et la qualité des arbitrages .
Postulat mental	La pause est perçue comme un vide ou une perte.	Le temps lent est un outil délibéré d'aide à la décision.
Parcours	Carrière linéaire, poste unique.	Pluriactivité, slashing, parcours multiples.

Votre nouvelle partition : 3 actions pour demain matin.



1. Sanctuariser l'invisible.

Bloquez proactivement des créneaux de temps lent dans votre agenda. **Traitez-les** avec la même **rigueur** qu'un CODIR financier.



2. Activer le bouton pause (S.I.M.).

Avant votre prochaine décision stratégique majeure, prenez une minute pour la routine S.I.M. (Sensation, Intérieur, Monde). Forcez le passage au Système 2.



3. Auditer l'urgence.

Analysez les urgences de la semaine passée. Étaient-elles réelles ou générées par un biais cognitif et un défaut de méthode ? Renoncez à l'inutile.

Le Mot de la Fin.

**“Le vrai luxe aujourd’hui
c’est d’avoir la capacité de
se réapproprier sa relation
au temps. Pour bien diriger,
il faut savoir s’arrêter.
C’est l’acte de management
le plus rentable de votre
journée.”**

Reprenez la baguette. Imposez le tempo.



Un collectif au service des dirigeants.

Merci aux plus de 200 membres de Comités de Direction présents pour cette 4ème édition.
Une soirée rendue possible par la synergie de nos trois réseaux pour faire bouger les lignes du management dans le Grand Ouest.



Merci à Gaétan Manchon (Chef d'orchestre), aux musiciens du Conservatoire de Rennes, ainsi qu'aux 7 intervenants des ateliers.