



FICHE TERRAIN · NEGOFRANCE

Décider sous pression

Préserver l'attention lorsque la charge, le temps ou l'émotion augmentent.

01 Repérer

- Fatigue mentale, accélération et effet tunnel
- Multitâche et changements fréquents de tâche
- Signaux indiquant une baisse de précision

02 Ralentir

- Suspendre la réponse automatique
- Revenir aux faits et au mandat
- Limiter le nombre d'options réellement utiles

03 Sécuriser

- Faire un point d'étape
- Demander un contre-brief à un collègue
- Différer une décision lorsque l'information essentielle manque