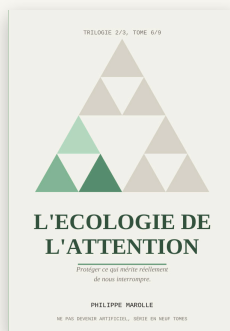


L'écologie de l'attention

Protéger ce qui mérite réellement de nous interrompre.



Réduire les interruptions à la source, chez celui qui envoie, sans faire taire les alertes et les signaux faibles qui comptent.

L'ENJEU

Messages « pour info », copies, alertes, tableaux qui exigent un commentaire : envoyer ne coûte presque rien, recevoir coûte cher. Le tri retombe sur les destinataires, souvent les moins à même de refuser, et le travail de fond glisse vers le soir. Couper ses notifications ne suffit pas : c'est la façon d'émettre qu'il faut revoir.

LES SUJETS TRAITÉS

- Ce que coûte vraiment un message « pour info » ou une mise en copie
- Distinguer information, avis, décision, blocage et alerte
- Des indicateurs qui n'exigent pas un commentaire à chaque variation
- Rendre aux alertes leur crédibilité : rares, précises, actionnables
- Protéger une matinée de travail sans réunion ni sollicitation
- Faire entendre le signal faible d'un nouvel arrivant
- Confier le tri des messages à l'IA sans perdre ce qu'elle écarte
- Préserver des moments de présence en équipe et en famille

Au-delà de l'IA. L'IA rend chaque message plus facile à produire et plus convaincant, mais le sujet est celui de toute vie collective : réunions, indicateurs, alertes, repas de famille.

LES QUESTIONS AUXQUELLES IL RÉPOND

- ? Pourquoi un « aucune action attendue » envoyé à 22 h déclenche-t-il quand même des réponses ?
- ? Comment éviter que nos alertes soient ignorées le jour où l'une d'elles est grave ?
- ? Comment protéger du temps de concentration sans que l'urgence soit oubliée ?
- ? Un assistant IA peut-il trier nos messages sans nous cacher l'essentiel ?
- ? Pourquoi le travail de fond se fait-il le soir, quand les autres sont partis ?

POUR QUI, ET CE QUE CHACUN Y GAGNE

Manager de proximité	Protéger le temps de concentration de l'équipe (permanence tournante, voie d'urgence, délais annoncés) sans fermer sa porte.
Dirigeant	Mesurer le poids de sa parole : distinguer à voix haute exploration, demande et décision, laisser parler les autres d'abord.
DSI, responsable des outils	Des règles pour les assistants IA et les alertes : filtrage inspectable, échantillon non filtré, canal d'alerte réservé.
Fonction centrale, transformation	Formuler une demande aux sites qui ne devient pas une urgence de 24 h à chaque niveau de relais.
Black Belt, amélioration continue	Une revue de processus recentrée sur un cas suivi de bout en bout et trois décisions, le reste lu avant la séance.
Lecteur « vie personnelle »	Comprendre pourquoi le téléphone pèse même sans sonner, et instaurer des repas où la personne présente passe d'abord.

CE QUE LE LIVRE VOUS APPORTE

- ✓ Savoir évaluer l'empreinte d'une sollicitation : qui la lit, l'interprète, la garde en tête
- ✓ Distinguer l'information qui peut attendre de l'alerte qui doit interrompre
- ✓ Disposer d'une voie pour les signaux faibles sans transformer chaque doute en alerte
- ✓ Savoir protéger un temps de concentration sans le faire payer aux collègues ni s'isoler
- ✓ Savoir regrouper les demandes sans créer d'attente opaque : accusé de réception, date, recours

OUTILS ET MÉTHODES DU LIVRE

- RESPIRER : huit gestes, dont on n'applique que ceux utiles, pour réduire les interruptions
- L'étiquette en tête de message : décision, contribution, action, blocage ou information
- Le contrat d'alerte : ce qu'on sait, ce qu'on ignore, quoi faire, heure de mise à jour
- La permanence regroupée deux fois par semaine, avec voie rapide pour les vrais blocages
- La semaine d'observation : émetteur, canal, délai perçu, tâche interrompue

Un essai sur l'attention qui déplace la responsabilité de celui qui reçoit vers celui qui envoie, nourri de scènes de bureau, de revues et de famille. Il clôt la trilogie « Choisir ce qui compte » et aborde de front les assistants IA qui filtrent nos messages.

Philippe Marolle · 12 ans de management transverse et de Lean, Master Black Belt
120 pages · A5 · 14 € · ISBN à paraître

editions-lucides@faphiliti.fr · editions-lucides.faphiliti.fr