Le Tableau TE/TR - Temps Estimé (TE) vs Temps Réel (TR)

Durant 2 journées, notez dans un cahier, avant chaque tâche professionnelle, le TE, temps estimé, c’est à dire l’évaluation immédiate, sans réflexion préalable du temps nécessaire qu'il vous faut pour effectuer cette tâche, puis après chaque tâche, le TR, temps réel, c’est à dire le temps mis réellement à effectuer cette tâche du début à l'a fin, chronomètre à l’appui.
Au moment de l'estimation, ne la surestimez pas volontairement, soyez sincère dans votre estimation à priori du temps que vous pensez mettre à réaliser cette tâche.
Et à la fin de la tâche, soyez aussi honnête dans votre calcul du temps: pour cela n'hésitez pas à noter simplement l'heure de début avant de vous lancer dans votre tâche et de noter ensuite l'heure de fin dès que vous l'avez terminée.
Pour chaque tâche, faites le calcul TR / TE pour obtenir votre rapport au temps.

Tâche	Temps Estimé (TE)	Temps Réel (TR)			Rapport TR / TE
		Heure début	Heure fin	TR / TE	
Moyenne du Rapport au temps					