

Je sais arriver à l'heure !

"Sois à l'heure !"

Ça semble facile, mais est-ce ça l'est vraiment ? **Qu'est-ce que ça veut dire "être à l'heure" ?** Imaginons que tu aies rendez-vous à 9h. À quelle heure devrais-tu arriver pour être sûr d'être à l'heure ? Pose cette question à plusieurs personnes et tu verras que les réponses peuvent beaucoup varier. **Quels types de réponses reçois-tu ?**

Arriver à l'heure, ça ne concerne pas seulement l'heure à laquelle tu arrives à un rendez-vous. Prenons l'exemple d'un rendez-vous à 9 heures : même si tu arrives à 8h59 tout essoufflé et en sueur, tu es techniquement arrivé à l'heure. Alors, quel est le problème ?

Tu t'es précipité et cela te cause peut-être du stress. Tu n'en as certainement pas besoin, car maintenant tu ne commences pas ce rendez-vous de la meilleure façon possible. **Quelles sont les autres raisons pour lesquelles il est important de prendre un peu plus de temps pour toi ?**

Imaginons que tu sois en retard pour un rendez-vous. Ça arrive. **Que ferais-tu alors ?** Est-ce que tu préviendrais la personne ou non ? Et si tu le faisais, que dirais-tu ?

