

Je n'arrive pas à travailler le week end

Par **elisemIt**, le **12/02/2017** à **22:14**

Bonjour tout le monde !!!! [smile4]

J'ai un problème: je travaille très bien la semaine, mais le week end je ne suis pas productive, je n'arrive à rien, même pas à m'y mettre !

Quelqu'un aurait des petites astuces ??

Par **Xdrv**, le **12/02/2017** à **23:34**

Bonjour,

Il n'y a pas de solution miracle, l'auto-conviction en est la seule solution. Vous devez vous motiver, vous fixer des objectifs.

Personnellement le samedi et dimanche je met le réveil à 7h, reste au lit jusqu'à 8h puis travaille toute la matinée. Ensuite je reprends à 15h et finis à 18h. Ca suffit pour le week-end selon moi

Par **Isidore Beautrelet**, le **13/02/2017** à **08:12**

Bonjour

Je confirme marcu13, il n'y a que vous même qui pouvez vous motiver à travailler le week-end.

Par **LouisDD**, le **13/02/2017** à **08:28**

Salut !

D'une part je dirais bien : si la semaine suffit, à quoi bon s'embêter le week-end ?
Mais comme vous posez la question, c'est qu'une volonté de travailler le week-end est présente.

Pour se motiver, essayez déjà de n'y consacrer qu'une journée sur les deux, ça vous évitera

de procrastiner.

Après moi je garde mes aprèm, donc le matin en général je fait les fiches des cours du vendredi, mais en principe me levant entre 9 et 10h, je m'arrête au repas, donc rarement plus de 3h par jour de week-end !

Après perso au niveau du travail, en semaine je travaille tout l'aprem jusqu'au repas, et je sors très rarement du boulot en soirée, sauf si TD l'oblige !

Mais le vendredi soir je suis claqué donc je ne fais rien, et le week-end selon les TD ou les cours à fiché/apprendre je travaille environ 2 à 6h...

Et environ 4h par jour de semaine.

Après autre élément de motivation, c'est d'écarter tout élément de distraction : téléphone, ordinateur (perso même un ordi pour faire les cours, je sais très bien qu'elle est la tentation de se connecter à Internet ou de jouer... D'où en partie ma préférence pour le papier [plus fin plus léger et autonomie illimitée par rapport à n'importe quel MacBook ultra fin... [smile4]), du monde à la maison...

Bref après à vous de trouvez une motivation qui vaille la peine : si je travaille le week-end, le mercredi au lieu de bosser je peux faire du sport ou regarder ma série préférée...

Si je travaille le samedi, j'aurais mon dimanche et un travaille plus léger en semaine...

À plus

Par **elisemIt**, le **13/02/2017** à **09:47**

Merci à tous pour vos réponses !!

La volonté est là, mais je reste bloquée devant ma feuille ou mon PC, je vais essayer de fixer des objectifs par rapport à des horaires

Par **Poussepain**, le **13/02/2017** à **09:52**

Bonjour,

Comme l'évoque LouisDD, si vous êtes assez efficace en semaine et qu'en contrepartie vous avez besoin du week end en repos, si c'est votre rythme et que les résultats sont au rendez vous alors ce n'est pas la peine de vous forcer.

Par exemple je n'ai jamais fiché un cours, donc ce temps de travail je ne l'ai jamais pris. A la place je lisais des bouquins. Chacun à sa propre organisation.

Si vous ressentez le besoin de travailler plus (pour gagner plus?), commencez en douceur mais fixez vous un cadre

Définissez des horaires de travail fixe, pour un type de travail donné. Tenez vous à cet emploi du temps.

Par exemple le samedi : 8H-12H : faire les TD , 14H-16H droit civil puis pause pour reprendre de 18H à 20H avec le droit constit. Dimanche libre.

Vous allez ainsi obtenir des automatismes et vous habituer. Petit à petit vous allez gagner en concentration et en efficacité.

Quand vous serez capable de placer 4H dans un WE, passez à 6H etc...

Il faut se forcer un peu au début.

Bon courage!

Par **Isidore Beautrelet**, le 13/02/2017 à 10:39

Bonjour

C'est vrai que chacun doit avoir son rythme. Mais en période de partiel c'est parfois nécessaire de sacrifier les week-ends.

Par **Poussepain**, le 13/02/2017 à 10:43

On est d'accord!

Je parlais du rythme courant du semestre, la période de révision avant les partiels c'est un autre monde^^.