

FICHE DE SENSIBILISATION RH / ENCADRANT

Comprendre le temps de travail invisible chez les personnes neuroatypiques

QU'EST-CE QUE LE TEMPS DE TRAVAIL INVISIBLE ?

Le temps de travail invisible correspond à tout le temps cognitif, émotionnel, de préparation, de récupération et d'adaptation qui n'est pas visible dans les horaires officiels, mais qui est pourtant essentiel à la production de résultats.

PARTICULARITÉS DES FONCTIONNEMENTS NEUROATYPIQUES

- Besoin d'isolement ou de retrait sensoriel
- Concentration efficace mais non linéaire
- Résolution de problèmes en différé
- Coût cognitif élevé pour des tâches simples en apparence

CONSÉQUENCES SI CE TEMPS N'EST PAS RECONNU

- Fatigue et suradaptation
- Sentiment d'illégitimité
- Évaluations biaisées
- Désengagement progressif

BONNES PRATIQUES POUR LES RH ET LES MANAGERS

1. Reconnaître les autres formes de travail
 - Idées émergent hors du temps présentiel
 - Travail préparatoire souvent invisible
2. Adapter les cadres de travail
 - Temps calmes sans pression
 - Évaluation au-delà de la présence
 - Contributions écrites ou asynchrones
3. Instaurer la confiance
 - Présomption de compétence
 - Demander ce qui fonctionne pour la personne

À RETENIR

Travailler autrement n'est pas travailler moins.

Ce qui compte, ce sont les résultats.

Reconnaître le temps invisible = management inclusif.