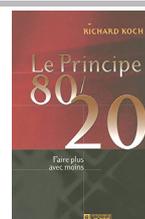


LE PRINCIPE 80/20

Richard Koch

Livre anglais
Livre français



LES IDÉES

LE PRINCIPE 80/20, UN DÉSÉQUILIBRE NATUREL

Le principe 80/20 (ou loi 80/20, ou loi de Pareto) nous vient de l'économiste Wilfredo Pareto, qui constata en 1897 un déséquilibre important concernant la répartition des richesses, dont 80% étaient détenues par 20% de la population. **Un déséquilibre que l'on retrouve absolument partout**, de ton business à ta vie de couple, en passant même par ton armoire, avec un constat simple : **environ 80% des effets sont toujours le produit d'environ 20% des causes**. On n'est évidemment pas au point près, **l'idée est avant tout de réaliser qu'il existe toujours un déséquilibre que l'on peut prédire : certaines causes sont bien plus puissantes que d'autres, une minorité d'entre elles produisent toujours une majorité des effets**.



QUELQUES EXEMPLES...

20% de nos clients rapportent 80% de notre chiffre d'affaire, mais causent aussi 80% de nos problèmes. 20% des automobilistes sont responsables de 80% des accidents la route. 20% de nos vêtements sont portés 80% du temps. 20% des mariés représentent 80% des divorces. 20% de nos amis représentent 80% de notre bonheur. Par peur de te gaver de chiffre, je vais m'arrêter là :) Il est temps de passer à la pratique ! Et si tu consacrais un peu plus de temps aux clients qui te rapportent la majorité de ton chiffre d'affaires, ou à tes relations sociales qui t'épanouissent le plus ??



DÉCOUVRIR ET ÉTUDIER LES 20% LES PLUS IMPORTANTS

Prenons l'exemple du cas personnel. Lorsque la gestion de notre temps n'est pas optimisée, **environ 80% de nos résultats sont créés par 20% de nos efforts**. Cela signifie, notamment, que **l'on perd énormément d'énergie** (80% de nos efforts ne servent pas à grand chose...). On comprend bien qu'il devient **essentiel de se concentrer sur ces petits efforts qui produisent beaucoup de résultats**. Lesquels sont-ils ? À quel période de la journée interviennent-ils ? (je suis par exemple bien plus efficace tôt le matin que tard dans la journée). **Tracer ce que l'on fait et étudier les résultats que cela nous apporte est un excellent moyen de progresser**. On en avait d'ailleurs déjà parlé en [idée n°3](#) ici avec Darren Hardy !



LA LECTURE ET L'APPRENTISSAGE 80/20



Pense 80/20 et agis 80/20. Ceux qui ignorent ce principe n'auront jamais les résultats souhaités. Ceux qui l'appliquent devront supporter le lourd fardeau d'une réussite exceptionnelle.



Richard Koch nous explique de ne jamais lire un livre du début à la fin, sauf si c'est pour le plaisir. **Les auteurs de livres scolaires ou de non-fiction ont souvent une trame d'idées essentielles qui tiennent sur 50 pages**, et « meublent » autour de ces idées pour faire un livre de 200 pages. En théorie, **environ 20% d'un livre représente 80% du contenu**. Petit trick : lorsque tu étudies un livre, commence par lire la conclusion, puis l'introduction, à nouveau la conclusion, le sommaire, et parcours le livre à ton rythme ensuite. Tu liras plus « utile », en restant concentré sur les idées plutôt que sur le superflu !

DE PETITS EFFORTS POUR UNE BIEN MEILLEURE SANTÉ

La base de notre santé est constituée de trois piliers : **Nutrition / Sommeil / Mouvement physique** ([notes ici](#)). **20% de nos bonnes actions « santé » influencent 80% de nos résultats**. Quels sont les petits gestes que tu peux faire au quotidien pour être en meilleure santé ? Nutrition : pas besoin de révolutionner ton régime du jour au lendemain. Commence par des choses simples : **bois un peu plus d'eau, mange un peu plus de fruits et (surtout) de légumes et diminue ta consommation de sucre**. Sommeil : **réduis la lumière bleue de tes appareils électroniques** (fonction night shift chez apple par exemple). Mouvement physique : même pas besoin de te mettre au sport, **assure-toi simplement te bouger un peu ton corps ou faire quelques étirements au moins 2 fois par heure**, quelques petites secondes à chaque fois. **Petits efforts => Grands résultats => Meilleure santé !**