La matrice CPT – Compétences et Plaisir au Travail – A3

Niveau de compétence pour la tâche

Haut

Faible

Zone d'inconfort

- Performance de courte durée
- Utilité
- Être reconnu, être remercié
- Equilibrer

Tâches, activités

Zone de confort

- Performance sur la durée
- Epanouissement
- Rester, s'éclater
- Maximiser

Tâches, activités

Zone de résignation

- Très basse performance
- Lassitude
- Eviter, fuir
- Déléguer

Tâches, activités

Zone d'attraction

- Performance croissante
- Curiosité
- Apprendre, évoluer
- Récompenser

Tâches, activités

Bas

Niveau de plaisir d'exécution de la tâche

Haut