



Thermomètre ZEN, version “Spécial Pic d’Activité”

Permet une vision simple et partagée de **l’état de préparation du collectif**.

Chaque participant positionne son niveau sur chaque axe, offrant une lecture immédiate des zones de solidité... et de fragilité.

Mode d’emploi :

Présentez cet outil en amont d’un pic ou au démarrage d’une période tendue. Observez les tendances collectives (zones basses, écarts importants) et ajustez immédiatement si nécessaire.

Usage recommandé :

- Anonyme en collectif pour favoriser la sincérité
- L’outil doit rester rapide (moins de 5 minutes)
- Il ne donne pas lieu à un débat approfondi
- Il peut être utilisé de manière régulière en période de tension

Lecture rapide :

- Plusieurs notes basses → ajuster immédiatement
- Écarts importants → risque de désalignement
- Ensemble élevé → équipe prête

Ensemble, avec l’outil “**Débrief Flash post pic**”, ils permettent de passer d’une gestion subie des pics d’activité à une régulation progressive et maîtrisée.

0 : C’est fragile - 5 : Ça va, mais mitigé - 10 : c’est solide

5 questions – pic d’activité maîtrisé

1. Je sais clairement **ce qui est prioritaire** aujourd’hui
2. Je sais exactement **ce que je dois faire** maintenant
3. La **charge de travail** est compatible avec mes ressources
4. **Les informations** circulent de manière fluide et utile
5. Je peux demander **de l’aide** facilement si nécessaire

