



Preventech Consulting est un cabinet-conseil dédié à l'amélioration des conditions de travail, organisé autour de 4 pôles :

- Sécurité au travail
- Bien-être au travail
- Ergonomie
- RPS & Management



Gestion de la charge de travail grâce à la musique

CONTEXTE

Malgré votre investissement en temps et en énergie, la charge de travail est trop importante pour vous et vos équipes ; vous êtes en sous-effectif, les collaborateurs qui s'en vont ne sont pas remplacés, et vous ne parvenez pas à atteindre vos objectifs car vous passez votre temps à devoir gérer toutes les tâches dans l'urgence sans pouvoir respirer. Cette situation pèse à la fois sur vos résultats, votre moral et celui de vos équipes (épuisement, démotivation, perte de sens), et vient impacter jusqu'à votre vie personnelle.

OBJECTIFS

Quand la charge de travail est trop importante, c'est tout notre équilibre physique et mental qui est en danger (en plus de la menace réelle pesant sur la performance d'entreprise). Le programme proposé par Preventech Consulting vous permet de mobiliser des ressources pour apprendre à faire face sans être paniqué, débordé ou découragé parce que déferlement de tâches souvent impossibles à absorber intégralement.

MOYENS

L'utilisation de la musique pendant les ateliers permettra à la fois d'évacuer un trop plein, de faire appel à des capacités internes existantes qui n'avaient pas été utilisées à leur plein potentiel, et de créer de nouveaux schémas en mobilisant de nouvelles zones dans le cerveau afin de multiplier ses ressources en vue de mieux gérer les situations génératrices du stress.

MÉTHODOLOGIE

- Compréhension des besoins : premier échange pour cerner les problématiques et les enjeux.
- Cadrage des ateliers : réalisation d'un audit sur la base d'un questionnaire individuel et anonyme permettant de traduire dans un univers musical les problématiques à résoudre.
- Réalisation d'un ou plusieurs atelier(s) avec mise en place de KPI de suivi
- Restitution : séance de clôture, analyse des indicateurs de performance, préconisations et mise en place des modalités de suivi.