



JE DÉVELOPPE MON RADAR ET JE M'APPUIE SUR LA MÉTHODE ELFE

Cette méthode est pratiquée par les médecins urgentistes en situation de détresse et a été détaillée par David Servan-Schreiber dans son livre "Guérir le stress, l'anxiété et la dépression"

L'OBJECTIF

Recueillir le feed back d'un collaborateur que vous percevez en difficulté et qui a changé de comportement

LA MÉTHODE ELFE

POUR COMMENCER...

Exprimer les changements de comportements (faits) et demander si la personne rencontre une difficulté et souhaite l'évoquer avec vous.

Ex : J'ai observé que...

Que se passe-t-il, souhaitez-vous en parler ?

Si le collaborateur est ouvert à l'échange, vous pouvez vous aider des questions ELFE pour recueillir cette difficulté.

E pour **Emotion**

" Qu'avez vous ressenti quand c'est arrivé ? "

L pour **Le plus difficile**

" Qu'est ce qui est pour vous le plus difficile ? "

F pour **Faire face**

" Et qu'est ce qui vous aide le plus à faire face ? "

E pour **Empathie**

Proposer son aide si cela est opportun.

Et orienter vers les interlocuteurs privilégiés.

Et identifier si nécessaire les actions d'aménagement possible.

Et ne pas hésiter à reprendre des nouvelles ultérieurement.