

Quelques conseils de ...

bienveillance managériale au quotidien

Pour vos collaborateurs



Prenez le temps d'écouter vos collaborateurs, qu'ils expriment des besoins, des idées ou simplement un souhait de partage.



Quand vous déléguez une tâche, expliquez sa finalité et son importance.



Remerciez systématiquement quand un travail vous est rendu.



Rendez à César ce qui appartient à César, c'est-à-dire ne vous attribuez pas les mérites du travail d'autrui mais reconnaissez le succès de vos collaborateurs.



Encouragez régulièrement vos collaborateurs.



Communiquez des plages horaires de disponibilités et soyez-y véritablement disponible.

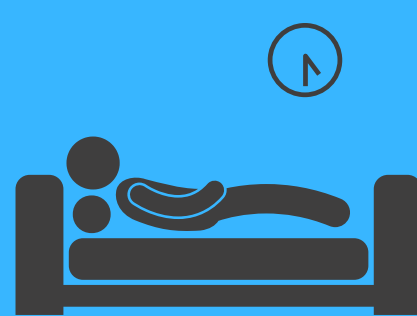


Osez prendre la défense de votre équipe si celle-ci fait face à une injustice.



Agissez comme un exemple et soyez toujours cohérent.

Pour vous-même



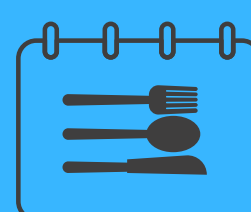
Planifiez et respectez vos temps de repos



Connectez-vous régulièrement à votre corps et écoutez vos ressentis comme vos émotions.



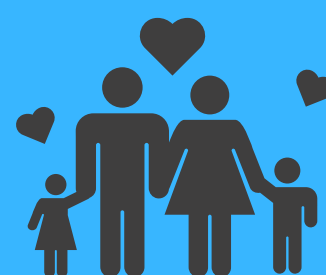
Respirez consciemment.



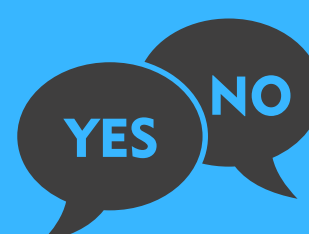
Veillez à votre alimentation



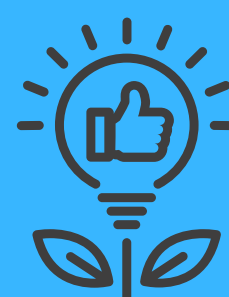
Bougez et entretenez votre corps



Entourez-vous des personnes que vous aimez.



Apprenez à dire vraiment oui et vraiment non.



Donnez du sens à votre travail et à vos gestes.