



ADESANA
"Le collectif au service du soin"

CHECKLIST DU MANAGER BIENVEILLANT

*20 actions concrètes pour transformer
votre posture managériale*

www.adesana.fr

Pourquoi la bienveillance managériale ?

Dans le secteur de la santé, la qualité du management impacte directement la qualité des soins. **Un manager bienveillant crée un environnement où les équipes s'épanouissent, se mobilisent et donnent le meilleur d'elles-mêmes.**

Les 3 piliers du management bienveillant :

1 L'ÉCOUTE ACTIVE

Créer un espace de parole sécurisé où chacun peut s'exprimer librement.

2 LA RECONNAISSANCE

Valoriser les contributions individuelles et collectives de manière régulière.

3 LE DÉVELOPPEMENT

Accompagner la croissance professionnelle et personnelle de chaque collaborateur.

💡 Bonne nouvelle : la bienveillance, ça s'apprend !

Cette checklist vous propose 20 actions concrètes à mettre en place progressivement. Commencez par 3-5 actions, puis ajoutez-en au fur et à mesure.

Auto-évaluation : Où en êtes-vous ?

Pour chaque affirmation, cochez la case qui correspond à votre pratique actuelle :

Affirmation	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
J'écoute activement mes collaborateurs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je valorise les réussites de mon équipe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je propose des feedbacks constructifs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis disponible en cas de besoin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'encourage le développement des compétences	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je crée un climat de confiance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis attentif aux signaux de fatigue	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je favorise l'autonomie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Interprétation :

- Majorité "Jamais/Parfois" : La bienveillance n'est pas encore au cœur de votre management. Cette checklist va vous être très utile !
- Majorité "Souvent" : Vous êtes sur la bonne voie ! Continuez à renforcer ces pratiques.
- Majorité "Toujours" : Bravo ! Vous incarnez déjà le management bienveillant. Partagez vos bonnes pratiques !

LA CHECKLIST : 20 Actions Concrètes

🌀 PILIER 1 : L'ÉCOUTE ACTIVE

☐ 1. Organiser des entretiens individuels mensuels (30 min minimum)

→ Créez un moment dédié sans interruption pour échanger avec chaque collaborateur.

☐ 2. Pratiquer l'écoute sans jugement ni interruption

→ Laissez la personne terminer sa pensée avant de répondre. Reformulez pour valider votre compréhension.

☐ 3. Poser des questions ouvertes plutôt que fermées

→ "Comment te sens-tu dans ton rôle ?" plutôt que "Ça va ?"

☐ 4. Être attentif au langage non-verbal

→ Observez les postures, expressions, ton de voix. Ils en disent souvent plus que les mots.

☐ 5. Créer un espace de parole en réunion d'équipe

→ Tour de table systématique où chacun peut s'exprimer sans être coupé.

PILIER 2 : LA RECONNAISSANCE

6. Célébrer les succès collectifs (même les petits)

→ *Un projet terminé, un indicateur atteint, une difficulté surmontée : prenez 5 min en équipe pour célébrer.*

7. Donner un feedback positif spécifique chaque semaine

→ *"Merci pour ta réactivité sur le dossier Dupont, ça nous a fait gagner 2 jours" plutôt que "Bon travail".*

8. Valoriser l'effort autant que le résultat

→ *Reconnaître l'engagement même quand le résultat n'est pas au rendez-vous.*

9. Remercier publiquement, recadrer en privé

→ *Ne jamais exposer une personne négativement devant le groupe.*

10. Mettre en avant les initiatives individuelles

→ *"Cette idée de Sarah a permis de simplifier le process, bravo !"*

11. Organiser un moment convivial trimestriel

→ *Déjeuner, petit-déjeuner, afterwork : un temps informel renforce la cohésion.*

PILIER 3 : LE DÉVELOPPEMENT

12. Co-construire un plan de développement annuel

→ Avec chaque collaborateur : *quelles compétences développer ? Quels projets stimulants ?*

13. Proposer des formations adaptées aux besoins

→ Demandez régulièrement : *"De quoi aurais-tu besoin pour progresser ?"*

14. Déléguer des missions challengeantes (mais atteignables)

→ *Sortir les collaborateurs de leur zone de confort tout en les sécurisant.*

15. Encourager l'autonomie et le droit à l'erreur

→ *"Qu'est-ce que tu as appris de cette expérience ?" plutôt que "Pourquoi as-tu échoué ?"*

16. Partager votre vision et donner du sens

→ *Expliquer le "pourquoi" derrière les décisions et objectifs.*

17. Faciliter la mobilité interne si opportunité

→ *Accompagner les évolutions de poste plutôt que les freiner.*

🌀 **BONUS : PRENDRE SOIN DE SOI**

On ne peut pas être bienveillant envers les autres si on ne l'est pas d'abord envers soi-même !

☐ 18. Respecter vos propres limites et temps de repos

→ Pas de mails le soir/week-end. Montrer l'exemple sur l'équilibre vie pro/perso.

☐ 19. Vous former régulièrement au management

→ Lire, échanger avec des pairs, suivre des formations : rester en veille.

☐ 20. Demander du feedback à votre équipe

→ "Comment puis-je mieux vous accompagner ?" - Osez la vulnérabilité.

Votre plan d'action personnalisé

Parmi les 20 actions, choisissez-en 3 à mettre en place dans les 30 prochains jours :

 **Action 1 :**


Je la mets en place quand : _____

 **Action 2 :**

Je la mets en place quand : _____

 **Action 3 :**

Je la mets en place quand : _____

 **Conseil :** Commencez petit, mais commencez maintenant. Une fois ces 3 actions ancrées dans votre routine, revenez à la checklist et choisissez-en 3 nouvelles !

Et maintenant ?

Vous venez de poser les premières pierres de votre transformation managériale.

Félicitations ! 🎉

Le management bienveillant est un chemin, pas une destination. Chaque petit pas compte, chaque action mise en place renforce votre impact positif sur vos équipes.

🚀 Besoin d'un accompagnement personnalisé ?

ADESANA vous accompagne dans votre développement managérial à travers :

- ✓ **Coaching individuel** pour approfondir votre posture
- ✓ **Formations sur-mesure** pour vos équipes managériales
- ✓ **Consulting organisationnel** pour transformer votre culture managériale

📞 Parlons de vos enjeux !

Réservez un entretien découverte gratuit de 30 minutes :

 www.adesana.fr

 contact@adesana.fr

 06 63 63 68 03



ADESANA
Le conseil au service de tous