

Tristan Ebel

# 8 micro-habitudes qui transforment ton leadership.



# 1. Dire bonjour... en regardant

*Un bonjour sincère, un regard, un prénom utilisé avec intention.*

**Ces micro-signaux construisent un climat psychologique sécurisé.**

**Les équipes** n'ont pas besoin de grands discours au quotidien : elles **ont besoin de sentir qu'elles existent vraiment pour leur manager.**

## 2. Clarifier en une phrase

Avant chaque échange, simplifie :  
“Voici ce qu'on cherche à résoudre.”

Une seule phrase.

**La clarté coupe le bruit, aligne l'équipe et accélère l'exécution.**

**Les meilleurs leaders ne parlent pas plus : ils parlent plus net.**

Une micro-habitude, impact énorme.

### 3. Reformuler ce que tu entends

Dire “*Si je comprends bien, tu veux dire que...*”

**C'est l'une des pratiques les plus puissantes pour éviter les malentendus et montrer une vraie écoute.**

**Cette micro-habitude réduit la friction, renforce la confiance et fluidifie toutes les collaborations.**

# 4. Donner un feedback par jour

Pas un roman.

Une phrase utile : “*J'ai aimé la façon dont tu as...*”

**Le feedback** n'est pas un outil de contrôle : c'est un outil de progression.

Une seule phrase bien placée peut transformer une dynamique entière dans une équipe.

# 5. Poser une question avant de donner une solution

Demande d'abord : “*Toi, tu ferais quoi ?*”

Cette micro-habitude casse le réflexe du manager-sauveur, développe l'autonomie et révèle des talents silencieux.

Un leader ne répond pas trop vite : il fait réfléchir avant d'orienter.

# 6. Ralentir avant de répondre

***Trois secondes de silence.***  
Juste ça.

Cette mini-pause évite les réactions impulsives, recadre les émotions et inspire de la maîtrise.

La maturité d'un leader se mesure souvent dans ce qu'il choisit... de ne pas dire immédiatement.

# 7. Valoriser un progrès, pas seulement un résultat

Un progrès mentionné = un progrès répété.

C'est l'un des *leviers d'engagement* les plus sous-estimés.

Les leaders qui remarquent les micro-avancées créent des équipes qui osent plus et apprennent plus vite.

Un détail qui transforme tout.

# 8. Clore chaque échange avec “la prochaine étape”

*“OK, quelle est la prochaine action ?”*

Cette petite phrase élimine l'ambiguïté, enraye la procrastination et transforme chaque discussion en mouvement concret.

Les leaders performants ne laissent jamais une conversation... sans cap partagé.

**Le leadership n'est pas une posture spectaculaire.**

**C'est une accumulation de micro-habitudes qui, répétées chaque jour, modèlent la culture, l'énergie et la performance d'une équipe.**

*Adopte une seule de ces pratiques... et observe le changement.*

**Les grandes transformations commencent toujours petit.**

👉 Suis-moi, pour plus de contenu à la croisée du **leadership**, du **mindset** et de **l'impact**.



Tristan Ebel