



EQUICOACHING – COHESION D'ÉQUIPE ET CONFIANCE EN SOI GRACE AUX CHEVAUX

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ✓ Le cheval comme miroir de ses propres actions
- ✓ Maîtriser les fondamentaux de la communication
- ✓ Prendre conscience de sa communication non verbale et son impact sur autrui
- ✓ Comprendre l'impact des interactions sur l'environnement professionnel
- ✓ Identifier les qualités de leadership de l'équipe, les améliorer grâce à l'interaction des chevaux
- ✓ Définir les axes de développement de l'équipe
- ✓ Animer ses réunions de manière structurées et ciblées

PROGRAMME DE LA FORMATION :

La Sécurité

- ✓ Les règles de sécurité avec les chevaux

Mieux se connaître - Mise en situation avec les chevaux

- ✓ Travaux sur l'intention, la concentration, la communication non-verbale et la visualisation, les émotions
- ✓ Définir un objectif
- ✓ Éprouver, expérimenter la notion fondamentale de coopération
- ✓ Se faire confiance et faire confiance aux membres de l'équipe dans le lien créé
- ✓ Vivre en conscience l'instant présent

Débriefing, feedback général et application à la pratique professionnelle

Apports théoriques

- ✓ Identifier les points forts des participants et leurs axes de progrès
- ✓ Prendre conscience de la communication non verbale et de son impact
- ✓ Améliorer sa communication pour une meilleure adaptation
- ✓ Comprendre les interactions sur l'environnement professionnel
- ✓ Évaluer les qualités de leadership de chacun, trouver des solutions pour progresser

Nouvelle mise en situation avec les chevaux

- ✓ Mise en application des concepts théorique de confiance en soi et de leadership
- ✓ Savoir dire NON
- ✓ Renforcement de la cohésion d'équipe grâce aux chevaux

Conclusion

- ✓ A la lumière des expériences de la journée : Ce que l'on retient de sa pratique professionnelle
- ✓ « Ce qu'on lâche » dans sa pratique professionnelle
- ✓ Ce que l'on applique désormais



Public :

Tout public
Toute personne désireuse d'améliorer communication et assertivité
ou d'effectuer un travail de découverte de soi.

Pré-requis :

Absence d'allergies aux chevaux.
Tenue décontractée, baskets ou chaussures de randonnées ; Par temps froid : tenue chaude impérative. L'appréhension / peur des chevaux est accompagnée par nos intervenants.
Aucun prérequis théorique n'est nécessaire pour cette formation.
Il n'est pas utile de savoir monter à cheval car les exercices se passent uniquement au sol.

Moyens et méthodes pédagogiques :

Chevaux sélectionnés pour leurs tempéraments stables et calmes qui acceptent les différences, les mouvements et comportements des participants.
Alternance d'exercices théoriques et pratiques avec l'animal.
Paperboard, projection Powerpoint, remise de support de cours et d'exercices en version numérique après la séance.

Taille du groupe : 2 à 7 participants

Durée : 7 h / 1 jour

Lieu de la formation : Formation Intra en centre équestre à Pournoy la Grasse (57) au sein d'Escapade Equestre.

Ecurie ayant comme ambition de « re »mettre le bien-être animal au cœur du projet, l'éthique prône une équitation naturelle. Les chevaux ne sont pas ferrés et ne portent pas de mors. Les élèves évoluent dans un cadre de liberté avec l'animal.