

1. L'EQUICOACHING : DE QUOI ON PARLE ? EST-CE FAIT POUR MOI ?

- L'équicoaching est une approche de coaching qui utilise le cheval comme outil d'accompagnement pour les individus et les équipes du monde de l'entreprise.
- L'objectif est de développer les potentiels et les compétences émotionnelles des personnes ou des organisations.
- Le cheval, sensible et réactif, agit comme un miroir des émotions et des intentions du coaché.
- L'équicoaching se base sur l'expérimentation avec le cheval à travers des mises en situation.

Je suis certifiée par le **CAMPUS HORSES AND COACHING**.

2. CERTIFIEE HORSES AND COACHING

Ancien cavalier devenu coach professionnel, Guillaume ANTOINE est le père fondateur de ce que l'on appelle «l'équicoaching», accompagnement assisté par le cheval.

Il a fait du cheval un

Le cheval ne sait pas mentir. Il agit comme un miroir qui renvoie à chacun son propre mode de fonctionnement et nous questionne dessus.

Par son intelligence émotionnelle hors norme, le cheval agit comme un accélérateur de prises de conscience pour la personne ou le groupe qui se trouve en face de lui.

Le cheval interpelle sur notre congruence, si importante dans nos relations interpersonnelles. Il réagit s'il perçoit une incohérence entre notre intention, notre comportement et notre communication non verbale.



Les compétences qui sont mis à l'œuvre durant cette journée :

- L'écoute et la présence.
- L'assertivité : communiquer clairement et fermement ses intentions, et aller au bout de son exigence.
- Le laisser faire : intervenir que lorsque c'est nécessaire (délégation).
- Le lâcher-prise sur le contrôle de la relation.
- La temporalité.

Ces ingrédients permettent de jauger de la capacité à créer une relation de confiance partagée.

Le parallèle avec le management est saisissant.

3. DEROULEMENT D'UNE SEANCE INDIVIDUELLE

- On commence en salle pour prendre le temps de poser les choses et donner du sens à cette journée en répondant aux questions suivantes :
 - De quoi va-t-on parler ? De **MANAGEMENT** certes, mais on va revenir sur la définition étymologique du mot, à savoir "comment créer les conditions de la co-opération durable". Il sera alors question d'échanger sur comment actionner les **leviers de la performance** et développer la **Motivation, la Responsabilisation, l'Autonomie et l'Agilité**.
 - En quoi les chevaux sont un support pertinent pour répondre à ces questions-là ?
 - Comment va t'on procéder ?
 - Puis, direction le manège où nous attendra un cheval, en liberté, dans un espace sécurisé de 20m par 20m.
 - D'abord, une **illustration commentée** pour vous aider à mettre des images sur les éléments du protocole évoqués juste avant.
 - Puis, à votre tour d'aller à la rencontre du cheval !! **Expérimentation**
 - Votre objectif : créer une relation de confiance partagée.
Les pieds dans le sable, une longe à la main, vous engagez une conversation avec le cheval. Vous allez devoir exercer votre force de persuasion / votre pouvoir d'intention pour l'amener à ADHERER à vos demandes et non le soumettre (convaincre plutôt que vaincre !)
-   Attention, on n'est pas dans une situation de travail pour le cheval, ni dans un exercice pour vous MAIS bien dans une EXPERIMENTATION.
Chaque expérimentation est différente, en fonction des besoins du cheval et de sa personnalité, en fonction de votre état du moment...
- Vous vivrez quelque chose d'unique où aucune connaissance des chevaux n'est nécessaire.**
- S'en suit un **temps de debrief** pour faire émerger les prises de conscience et tirer vos propres conclusions.
 - Je vous partage le point de vue du cheval, sur comment vous vous êtes adaptés à ses besoins et avez répondu à ses attentes.
 - Vous repartez avec une cartographie de vos modes managériaux et relationnels, et un leadership renforcé
 - Enfin, parce que vous ne vous baladez pas avec une longe dans la vie et que vous ne managez pas des chevaux, nous concluons avec une transposition de ce que cela vous inspire dans la vraie vie. Et ce que vous aurez vécu ce jour-là continuera à cheminer ...
Et l'ancrage sera puissant...