



LeadOn

# EQUICOACHING

7 mars 2022

## L'intelligence émotionnelle assistée par les chevaux

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Développer son intelligence émotionnelle et relationnelle par le travail avec les chevaux
- Identifier les mécanismes psychologiques en jeu dans la relation avec le cheval
- Comprendre et utiliser la communication non-verbale avec le cheval
- Apprendre à se positionner face à un dominant, un leader, un suiveur, etc.
- Établir le bon niveau de contact pour une communication efficace
- Développer son intelligence relationnelle
- Améliorer sa communication verbale et non verbale
- Apprendre à se positionner face à individu ou un petit groupe d'individus
- Développer la prise de recul en situation émotionnelle difficile

### INFORMATIONS PRATIQUES

<b>DUREE DE LA FORMATION</b>	<b>PUBLIC CONCERNE</b>
<p>100% Présentiel – 1 jour soit 6 heures de formation (pas de formation à distance) Présentiel individuel et collectif</p>	<p>Formation spécialisée à destination des élus, salariés d'entreprises et des professionnels de l'accompagnement (coachs, thérapeutes, consultants...) souhaitant se former à l'Equicoaching (individuel et collectif) et des professionnels de l'équitation (moniteurs, etc.) souhaitant pratiquer un coaching assisté par les chevaux.</p>



LeadOn

# EQUICOACHING

<p><b>DATES ET LIEUX</b></p> <p>Lieux :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. LEADON 30 RUE ST LAZARE 75009 Paris.</li><li>2. Centres équestres Seine-et-Marne et en Essonne.</li></ol> <p>Dates : A définir</p> <p>Calendrier : A définir</p> <p><b>TARIFS : 600 €</b> (Exonération de TVA selon l'article 261-4-4°a du Code Général des Impôts)</p> <p><b>ACCESSIBILITE AUX PERSONNES ATTEINTES D'UN HANDICAP</b> Nous contacter</p> <p><b>DELAIS D'ACCES</b> Au plus tard 11 jours avant le début de la formation.</p> <p>LES +</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Deux coachs enseignants</li><li>• Groupes limités à 10 personnes maximum</li><li>• Formation dédiée à l'accompagnement de salariés et de professionnels</li><li>• Programme court sur 3 jours</li><li>• Enseignement approfondi de l'intelligence émotionnelle et relationnelle</li><li>• Certification reconnue par le SYNPAAC (Syndicat des professionnels de l'Accompagnement assisté par le cheval)</li></ul>	<p><b>PRE REQUIS</b> Aucun</p> <p><b>L'ENCADREMENT</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Hervé Franceschi : Formateur et coach certifié. Maître Praticien en PNL et Hypnose Ericksonienne depuis 2004 Préparateur Mental de Sportifs de Haut Niveau et praticien EFT® Sport. Statut : Gérant et Responsable Pédagogique des Carnets d'Éveil.</li><li>▪ Sylvie Hardy-Franceschi : Formatrice-animatrice et Coache certifiée. Praticienne certifiée en C.N.V et Management collaboratif. Entrepreneure et Directrice des Carnets d'Eveil.</li></ul>
---	---



LeadOn

# EQUICOACHING

## Moyens pédagogiques :

La méthode pédagogique consistera en un enseignement théorique et pratique sous forme d'ateliers, individuellement ou par groupe de 2 ou 5 (partages d'expériences dans un climat de bienveillance et de convivialité), mettant en œuvre les outils proposés.

- L'Équicoaching : 1 jour de formation de contenus. Ici, la relation établie avec le cheval servira de prise de conscience sur l'impact et la présence d'une personne sur une autre. Les exercices pratiques demandant de se positionner face aux situations proposées et de s'ajuster en permanence avec ce que le cheval ressent et évalue de la personne (autorité, présence, consignes, etc.). Reconnaissance des types de caractères des chevaux et adaptation à leur type.
- Intelligence Émotionnelle : Savoir identifier une émotion et sa source. Savoir préserver son équilibre émotionnel lors d'une situation professionnelle difficile. Avec l'aide de ce module, le stagiaire devient capable de: Comprendre les émotions vécues et développer son intelligence sur la reconnaissance des besoins associés latents, Différencier désir, besoin et envie, ou émotions et sentiments ou émotif et affectif. Améliorer sa communication verbale et non verbale, Gérer un conflit émotionnel avec plus d'aisance, Gérer son stress, notamment en identifiant les facteurs clés qui augmentent le stress, Focaliser son esprit, ses émotions sur ses besoins ou désirs et non plus sur ses peurs.
- La Communication Assertive et Efficace et son usage dans le registre professionnel: Découvrir ou approfondir l'empathie et l'auto-empathie. Affiner l'auto-empathie pour se connecter à votre ressenti. Développer l'écoute empathique. Apprendre à identifier le besoin ou le désir qui se cache derrière le ressenti. S'exercer à faire des demandes en lien avec le besoin. Différencier son besoin de celui de l'autre. Développer de nouvelles compétences relationnelles pour développer et entretenir des relations plus saines et productives.
- Intelligence relationnelle : La formation amène à découvrir la diversité des relations et l'Intelligence Relationnelle. Définir les forces et les faiblesses présentes en soi. Définir les 7 grands besoins relationnels. Repérer les causes de conflits, positiver la situation, impact des messages positifs/négatifs, hygiène relationnelle, définir un cadre de sécurité. Définir les apports/attentes et zones d'intolérances dans la relation. Préserver & améliorer l'harmonie des relations.



LeadOn

# EQUICOACHING

## **Moyens techniques :**

Document de synthèse, interactions avec les échanges inter-personnels, note-book, et débriefings.

## **Validation du stage :**

Une feuille d'émargement pour chaque demi-journée devra être signée pour chacun des élèves.  
Remise aux élèves d'une documentation écrite synthétisant les principaux éléments de la formation.

## **Evaluation des acquis : QCM en fin de formation**

## PROGRAMME

### **Matin :**

Présentation des concepts de la Communication/relation et du Management

EXO 1 : « la rencontre » = Comment chaque individu se positionne naturellement face à une personne inconnue ou non, dans différents contextes. Positionnement face au cheval et évolution entre les deux sessions

EXO 2 : « l'échange » = Comment chacun entre en interaction avec l'autre. Interaction avec l'autre lorsqu'il y a un enjeu (faire preuve d'autorité sans autoritarisme)

EXO 3 : « la réconciliation » = Comment chaque individu influence la relation/communication, avec effet « miroir » de l'autre et les écueils à éviter.

Application avec 1 puis 2 ou 3 chevaux

EXO 4 : « le Projet » = Le positionnement personnel dans un groupe en interaction avec l'extérieur. + Exercice de prise de recul par le groupe « Comment interagissent-ils entre eux ? » Un projet concret et sa stratégie, décidée et mise en application par le groupe de 3 personnes. Débriefing et Feedback et application au monde de l'entreprise.

EXO 5 : « Validation » = Conscience de l'impact de mon système de validation sur l'autre – Exercice sans aide et en silence pour valider son niveau et la relation créé avec l'autre/les autres.



LeadOn

# EQUICOACHING

## **Après-midi :**

Étude des comportements des chevaux en liberté, compréhension de leurs caractères et des différentes approches à tenir. Cheval seul ou en petit troupeau.

Série d'exercices avec 1cheval, puis 2, puis 4 pour chaque élève en rond de longe et en carrière. Débriefing, Feedback

Série d'exercices avec 1 cheval, puis 2, puis 4 en collectif (par groupe de 5 élèves maximum) en rond de longe et en carrière – Débriefing, Feedback

Travail en binôme sur le guidage du cheval sur un périmètre court – Apprendre à travailler à deux pour obtenir une autre écoute du cheval



