



## Parcours ÉQUICOACHING

### Description :

Un parcours innovant et une expérience exceptionnelle pour décrypter et développer votre Intelligence émotionnelle, softskill incontournable aujourd'hui !

2 journées avec les chevaux pour découvrir l'intelligence émotionnelle, au service de la communication et de la performance de vos managers.

1 journée de décryptage et de plan d'action opérationnel.

La formation se déroule à pied, avec des chevaux soigneusement sélectionnés, et accompagnés de deux experts, l'un équestre, l'autre en communication interpersonnelle et management.

Les ateliers ont tous un objectif précis, en lien avec le management, le leadership, la gestion de projet et la maîtrise de nos émotions, pour faire directement écho aux situations quotidiennes vécues par les managers.

Sensible à tous les signaux faibles, le cheval n'agit que lorsque nous avons la bonne approche et que notre communication est optimale. Il nous permettra alors d'identifier nos forces et nos axes de progrès et nous donnera les clés pour développer notre efficacité professionnelle.

Le parcours équicoaching a recueilli 100% de satisfaction parmi les 25 personnes qui l'ont suivi !

### Pré-requis :

- Aucun pré-requis de compétences.
- Etre capable d'approcher un cheval sans phobie.
- Non accessible aux personnes en situation de handicap.
- Formation intra ou inter-entreprises.

## Modalités :

- Formation en présentiel
- Durée : 3 jours
- Participants : 4 à 10 personnes
- *Tarif : nous contacter*

## Méthodes pédagogiques :

Ateliers alternatifs : activités à pied avec les chevaux / exercices de transposition au quotidien professionnel / échanges collectifs en sous-groupes / mises en situation.

## Evaluations en fin de programme :

Exercices individuels ou collectifs, personnalisés aux enjeux et attentes des participants (au choix : incarner l'objectif, gestion de projet, délégation de confiance, ...)

## Objectifs pédagogiques :

- Comprendre et travailler son mode de communication.
- Identifier ses forces et axes d'amélioration dans la gestion de ses émotions.
- Définir le concept de communication assertive et du leadership.
- Développer son leadership relationnel et situationnel.
- Optimiser sa communication interpersonnelle pour enrichir sa posture managériale.
- Développer son intelligence émotionnelle.

## Programme :

- 2 journées avec les chevaux, pour découvrir l'intelligence émotionnelle au service de la communication et l'analyse de la performance.

### Détails programme avec les chevaux :

Développer un climat d'échanges bienveillants

Identifier ses préférences relationnelles

Identifier son rapport à l'autorité

Identifier les clés de la gestion d'un groupe –d'une équipe

Gérer la pression et identifier la différence entre dominance et domination dans une relation

- 1 journée complémentaire en salle pour décrypter les acquis et écrire un plan d'actions opérationnel. Une vraie valeur ajoutée !
  - analyser le retour d'expérience et la transposition des acquis à son quotidien professionnel,
  - identifier la posture de leader à développer en fonction de la situation de ses collaborateurs (profil comportemental, degré de motivation, niveau de compétences),
  - définir les compétences à maîtriser pour être reconnu comme un leader.

Pour en savoir plus, contactez-nous !

Nous étudierons ensemble comment personnaliser ce parcours pour l'adapter parfaitement à votre entreprise.

Aude BORNE : [a.borne@atelier-cactus.com](mailto:a.borne@atelier-cactus.com)