

EXPLOREZ ET EXPRIMEZ VOTRE PROPRE LEADERSHIP



ÉQUICOACHING

BUT

Mieux se connaître, explorer toutes les formes de management avec les chevaux pour incarner le leader unique et impactant qui sommeille en vous. Développez votre capacité à vous adapter et à faire évoluer différentes personnes de manière légère et naturelle grâce à un leadership authentique.

MÉTHODE

Accompagnement innovant, stimulant et générateur de déclics grâce à l'équicoaching.

CIBLE : Cadres, dirigeants et leurs équipes sous pression.



DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE - Atelier min. 1 à 3 jours

Partie 1 : introduction et préparation

- **Présentation de l'équipe**
Introduction des membres de l'équipe de coaching.
- **Qu'est-ce que l'équicoaching ?**
Pourquoi le cheval ?
- **Positionnement personnel**
Chaque participant définit ses axes d'amélioration et attentes en matière de leadership.
- **Découverte et gestion de nos émotions** positives et négatives.
- **Pratique**
Exercice de neurosciences pour renforcer la sagesse intérieure.
- **Consignes de sécurité et règles** pour une expérience sécurisée et respectueuse.

Partie 2 : activité principale avec les chevaux

- **Lieu :** carrière équestre.
- **Activité :** participation à un parcours ludique en groupe ou individuellement.
- **Objectifs :**
 - **Développer son leadership** à travers le reflet que vous offre le cheval.
 - **Exploration des différents styles de management** pour vous les approprier physiquement avec différents chevaux.
 - **Interaction avec les chevaux :** utiliser leurs réactions comme miroirs, rencontrer différentes personnalités pour intégrer divers styles de management, et réflexion sur vos émotions et vos réactions.

Partie 3 : débriefing et application

- **Analyse des expériences**
Récapitulation des moments clés et des apprentissages.
- **Transposition au contexte professionnel**
Discussion sur l'application des enseignements pour améliorer vos performances personnelles et professionnelles.
- **Résultats attendus**
Favoriser l'adaptation du leadership en fonction des personnalités pour motiver votre équipe, améliorer le bien-être et vous approprier de nouveaux styles de management.



AVANTAGES CLÉS

Amélioration du leadership

Vivez et reconnaissez votre leadership avec les chevaux, explorez divers styles de management pour incarner un vrai leader.

Développement des capacités comportementales et relationnelles

Travaillez sur votre posture, la motivation de vos équipes, l'établissement de limites saines et la valorisation des différences individuelles dans un groupe.

TARIFS

Devis sur-mesure

Minimum 5 personnes
et maximum 50

Sarah Dabancens

06 43 45 51 45

contact@sd-equicoaching.com