

Séminaires - Team building EQUICOACHING :

La communication, la collaboration & la cohésion d'équipe au cœur d'une activité insolite



Développez le potentiel humain de votre entreprise avec les chevaux !

Savoir écouter les autres | Mieux coopérer | Développer la confiance mutuelle | Faciliter les échanges
Mobiliser les talents de chacun au profit de la force de l'équipe | Faciliter les échanges...

Vous avez le savoir-faire ... Devenez expert en « SAVOIR ÊTRE »

L'EQUICOACHING EN QUELQUES MOTS ...

Mise en évidence des modes de fonctionnement individuels et en groupe.

Coaching : ACCOMPAGNEMENT - PRISES DE CONSCIENCE - MISES EN REFLEXION – SOLUTIONS

Cheval : RELATION - INTERACTION - COMMUNICATION - EFFET MIROIR

Équi-coaching : RELATION TRIPARTITE : HUMAIN – CHEVAL – COACH

L'équicoaching est une méthode pédagogique et ludique, basée sur l'expérience, au travers de mises en situations à réaliser avec des chevaux.

Les différents ateliers thématiques sont élaborés pour répondre aux besoins de l'entreprises, définis au préalable, en amont de la journée de cohésion d'équipe.

Vous allez participer à des expériences, seul, en binôme et en équipe, à pied avec un cheval.

Ces expériences sont à la portée de tous, même les personnes ayant une appréhension vis-à-vis des chevaux.

Au cours des mises en situation, le cheval révèle le mode de fonctionnement et le niveau de cohésion de l'équipe, par ses feedbacks comportementaux immédiats, bienveillants et réalistes.

Les interactions avec le cheval, permettent des prises de conscience immédiates de votre manière d'être et d'agir, tant au niveau individuel qu'au niveau de l'équipe.

Ces prises de conscience immédiates, vous aident à trouver des solutions et stratégies concrètes d'améliorations.

C'est le formidable atout de cette pédagogie expérientielle, au travers de laquelle les entreprises peuvent constater des résultats immédiats et durables.

Le cheval joue le rôle de médiateur et permet de tester et affiner votre **communication et votre leadership naturel** ainsi que vos **modes de fonctionnement relationnels** et émotionnels.

L'**équi-coach** vous aide à faire le lien entre vos **actions** et les **réactions** du cheval, en accompagnant les prises de conscience individuelles et collectives. Il instaure une mise en réflexion tout au long des différents ateliers et les changements opérationnels, sont facilement transposables de retour en entreprise.

Les intervenantes Equicoach (plusieurs selon le nombre de participants), sont toutes titulaires d'un diplôme de coach professionnel et équicoach, et sont spécialisées dans le domaine de la formation professionnelle et de la cohésion d'équipe.

POURQUOI DEVELOPPER L'ESPRIT D'EQUIPE AVEC L'AIDE DU CHEVAL ?

En stimulant les prises de conscience, le cheval permet de réunir en un temps très court, les 3 conditions du changement :

- ❶ **LE CONSTAT** : Au cours des différents ateliers, les atouts et les difficultés de chaque participant et de l'équipe se retrouvent dans la façon d'interagir avec le cheval.
- ❷ **L'ACCEPTATION DU CONSTAT** : Le cheval amène sans détour au cœur des problématiques à travailler et agit comme un accélérateur d'évidences, avec un retour immédiat, 100% objectif et juste, facilement accepté, parce que venant d'un animal.
- ❸ **L'APPRENTISSAGE PAR ESSAIS / ERREUR / RÉUSSITE** Le cheval offre l'opportunité d'agir différemment autant de fois que nécessaire. Dès que la demande suscite l'adhésion et la coopération (leadership naturel), alors il accepte. Ainsi, vous transformez vos erreurs en opportunités de développement.

UN TEAM BUILDING AVEC LE CHEVAL... COMMENT & POURQUOI ?

Le concept du « cheval miroir » au service du développement personnel et de la cohésion d'équipe

Oc'Coaching – Equicoaching propose une expérience hors du commun, authentique et puissante pour développer l'intelligence émotionnelle, relationnelle, comportementale et collective.

Lors des mises en situations individuelles, en binômes et en groupes, l'équicoaching consiste à faire interagir une personne ou une équipe, avec un ou plusieurs chevaux, au cours de mises en situation thématiques.



Team building équicoaching : Interactions individuelles avec le cheval

Naturellement, le cheval a la spécificité de décrypter nos émotions et notre communication non verbale, d'en évaluer la cohérence et, par effet miroir, il donne un feedback instantané, sans filtre et sans jugement, de notre manière d'être, d'agir et de communiquer.

Cela accélère les prises de conscience des ressources, mais aussi des limites personnelles et collectives. Il permet de mesurer l'impact que chacun peut avoir sur le groupe.



Team building équicoaching : Interactions en binômes avec le cheval



Team building équicoaching : Interactions en groupe avec le cheval

QUELLE EST LA VALEUR AJOUTÉE D'UN TEAM BUILDING AVEC LES CHEVAUX POUR VOTRE ENTREPRISE ?

Du développement personnel & collectif à l'efficacité de l'équipe en milieu professionnel

Pour les entreprises, l'objectif de l'équicoaching est donc de développer la notion de cohésion d'équipe, grâce à une **meilleure connaissance de soi et des autres, un renforcement des liens et de la communication, ainsi qu'un développement de l'agilité et de l'intelligence collective.** « C'est une invitation au lâcher prise, pour se reconnecter à soi, à l'autre, pour être dans l'instant présent et renouer avec des valeurs importantes, telles que la confiance, le respect, la bienveillance, l'empathie, la coopération, l'authenticité, le partage et l'écoute.

Enchaînement : Exercices – Prises de conscience - Mise en réflexion - Débriefing - Transposition des acquis dans la vie professionnelle.



Ce team building convivial se terminera par un debrief au cours duquel chacun est convié à partager son ressenti et ses émotions.



Une mise en réflexion autour des différentes prises de conscience, permettra de décider collectivement d'actions à mettre concrètement en pratique dès le retour en milieu professionnel.

QUELLES SONT LES COMPETENCES DEVELOPPEES DURANT LE TEAM BUILDING AVEC LE CHEVAL ?

A titre individuel :

Chaque participant a l'opportunité d'améliorer son **assertivité** (oser, s'exprimer, demander et faire), affirmer son **leadership naturel**, développer son **agilité émotionnelle**, mieux **partager et coopérer**, prendre du recul et **lâcher prise**, oser **se dépasser**, développer sa **créativité**, prendre **confiance**, gérer son **stress**, doser son **énergie**, mieux **se connaître**, améliorer ses **capacités relationnelles** et la **communication avec les autres**.

Et ensemble, vous renforcez la cohésion d'équipe, avec l'opportunité de :

Mieux se connaître, créer du lien et travailler ensemble

- > Se rassembler autour d'un objectif commun et prendre des décisions collectivement
- > Identifier les atouts individuels et les mettre au service de la force du collectif
- > Travailler en synergie et développer une coopération créative
- > Optimiser la qualité des relations grâce à l'assertivité et l'intelligence émotionnelle
- > Savoir donner un retour non jugeant et utile à ses coéquipiers
- > Expérimenter et développer son leadership naturel
- > Prendre conscience des positionnements préférentiels des coéquipiers
- > Gagner en confiance en soi et aux autres
- > Savoir prendre sa place dans le groupe

Renforcer la collaboration et développer l'intelligence collective de son équipe

- > Développer l'esprit d'équipe, la coopération et la dynamique de groupe
- > Être présent à soi et aux autres
- > Travailler sa qualité d'écoute et d'observation
- > Communiquer avec clarté et efficacité
- > Améliorer la qualité des relations par la pratique de la communication assertive
- > Savoir émettre et recevoir des critiques
- > Elaborer une stratégie et la mettre en œuvre ensemble au profit d'un objectif commun
- > Intégrer les aléas de parcours dans la conduite de projet
- > Interagir en équipe en intégrant un coéquipier inconnu
- > Collaborer dans un contexte de changement ou un contexte complexe
- > Mobiliser les énergies et optimiser la contribution de chacun



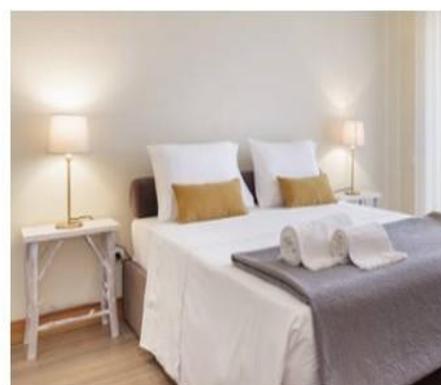
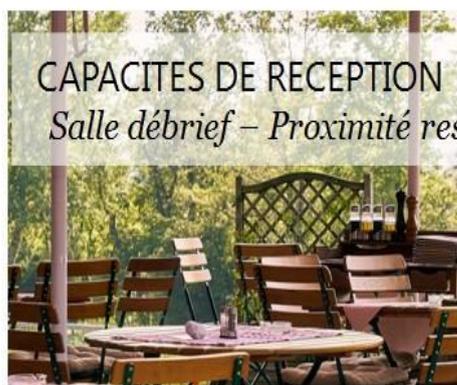
Fin de séminaire team building – Cohésion d'équipe équicoaching : Des équipes ressourcées, redynamisées et unies

VOUS AVEZ UN PROJET SPECIFIQUE ET VOUS SOUHAITEZ VOUS AUSSI ORGANISER UN SEMINAIRE POUR VOTRE EQUIPE ?

Co-construction d'une offre sur mesure en 3 phases :

- 1 Une phase pour **DÉFINIR VOTRE OBJECTIF** et votre programme de team building – Cohésion d'équipe
- 2 Une phase d'action pour **VOUS ACCOMPAGNER** à atteindre l'objectif fixé
- 3 Une phase de **RETOUR SUR EXPERIENCE** pour clôturer l'activité

POUR LE BON DÉROULEMENT DE NOS TEAM BUILDING – SEMINAIRES – ACTIVITES EQUICOACHING, NOUS VOUS PROPOSONS DES LIEUX SELECTIONNNÉS POUR LEURS QUALITÉS D'ACCUEIL ET LEUR AUTHENTICITÉ, EN REGION OCCITANIE, A LEZIGNAN-CORBIERES DANS L' AUDE



- **LIEU** : Centre équestre le Parc – Domaine de Gaujac – 11200 LEZIGNAN-CORBIERES
- **SAISON** : toute l'année
- **DURÉE** : ½ journée à 2 jours d'activités (3 heures minimum)
- **NOMBRE DE PARTICIPANTS** : 6 à 30 personnes
- **LANGUE** : français et anglais



Tarifs sur demande :

Les prestations sont chiffrées sur devis, car personnalisées selon les attentes et besoins de l'entreprise, le nombre de participants et la durée de l'action.

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à me contacter :

CÉLINE MAJORAL

Fondatrice, dirigeante & intervenante Oc ' Coaching - Equicoaching

Coach professionnel RNCP | Équi-coach certifiée

Organisatrice & Animatrice Team Building - Cohésion d'équipe - Formations