



## DÉVELOPPEMENT DE LA POSTURE DE COACH, AVEC LES CHEVAUX

### VOTRE EXPERT Anne PEUDECOEUR

Coach certifiée EICL: Master Coach (life et business coaching).

Formée à l'approche EPONA de L. KOHANOV (développement de la conscience facilitée par le cheval)

Formatrice certifiée **INTEGRALMANAGER®**, Le management humaniste®.

ICN business school: diplôme marketing/direction des ventes.

20 ans d'expérience en ingénierie pédagogique, encadrement d'équipes et développement commercial.

Retrouvez notre actualité sur notre blog:  
<http://atanorcoaching.overblog.com/>

### LES ENJEUX

La posture de coach est une attitude essentielle à la pratique professionnelle du coaching et impose la maîtrise de savoir faire et savoir être.

Le coach débutant ou confirmé se doit de prendre régulièrement du recul sur son éthique, sa maîtrise des techniques et outils du coaching, son identité, ses valeurs, ses comportements et ses gestes professionnels.

En complément d'une supervision, le coaching assisté par les chevaux offre une approche bienveillante, constructive et performante pour accompagner tout coach dans le développement de sa posture et de son leadership personnel et professionnel.

Développer sa posture professionnelle permet de coacher avec plus de confiance, en conscience, dans une dynamique d'amélioration continue.

### POURQUOI LES CHEVAUX ?

Les chevaux, miroirs de nos émotions et de nos comportements nous offrent un feed-back authentique et sans complaisance. Ils accompagnent le changement et la croissance personnelle en 3 étapes indispensables:

- ◆ Le constat du comportement inadéquat (effet miroir)
- ◆ L'acceptation de ce constat et la recherche de solutions
- ◆ Le test et l'intégration de nouveaux comportement (in situ et immédiat)

### THEMES REGULIEREMENT ABORDES

Vivre le moment présent, en pleine conscience, s'ancrer  
Projections, transferts, les identifier et les gérer  
L'intelligence émotionnelle,  
Activer son cerveau créatif, sortir du cadre,  
L'écoute active, la synchronisation  
Leadership et puissance personnels  
Décoder et gérer le non verbal  
Gestion des peurs, des frustrations et de l'échec,  
Vivre ses valeurs professionnelles  
Trouver sa juste place dans une relation, notion de limites

### DATES ET TARIFS DES ATELIERS

Les ateliers ont lieu le premier vendredi de chaque mois, de 9h à 13h, sur inscription. (Dates à la demande à partir de 2 personnes)

Tarif: 90 euros HT les 4 heures.

## LE CHEVAL MIROIR



Le cheval, animal de proie partage avec l'homme le même **éventail d'émotions**. Pour survivre il a appris à décoder avec justesse et rapidité les signaux non verbaux et à « lire » son environnement. Comme nous, les chevaux vivent en société et s'organisent en mettant en place une véritable **intelligence relationnelle**.

sible à toute **incongruence** dans notre comportement.

Or, l'être humain communique avec 15% de langage verbal et 85% de non verbal. De par son mode de communication, le cheval va donc être un **facilitateur** efficace, authentique et sans complaisance.

Le travail avec les chevaux va nous permettre de développer nos **stratégies de réussite**, en se confrontant à des situations inhabituelles.

En contact avec les chevaux nous prenons conscience que pour être effi-

caces dans nos relations il ne suffit pas seulement de **DIRE** ou de **FAIRE** mais aussi d'**ETRE**.

De par la place qu'il occupe dans l'imaginaire collectif, le cheval est un formidable lien avec notre inconscient et notre imaginaire. Sa présence nous aide à nous connecter à notre « **cerveau créatif** » et à accéder à des solutions innovantes et originales.

Pour toutes ces raisons, le travail avec les chevaux s'avère un formidable outil de **développement personnel et professionnel**.



N'ayant pas accès au langage, le cheval communique avec d'autres outils, il vit dans le **moment présent** et est incapable de mentir ou de dissimuler ses émotions. Le cheval est particulièrement sen-

## PEDAGOGIE UTILISEE ET DEROULEMENT D'UN SEMINAIRE

Les séminaires de travail avec les chevaux ATAN'HORSE s'appuient sur une **pédagogie originale** :

- ◆ Comme tout coaching, le séminaire de coaching assisté par les chevaux est construit en réponse à un objectif clair, validé par le demandeur.
- ◆ Les séminaires ont lieu en extérieur, hors de l'entreprise, « sortant » ainsi les participants de leur cadre de référence et ouvrent ainsi la porte à des prises de conscience plus rapides. La créativité de chacun en est stimulée.
- ◆ Les mises en situation avec le cheval permettent d'accompagner efficacement les prises de conscience et donc le changement.
- ◆ L'effet miroir du cheval, directement révélateur de la personnalité et des modes de fonctionnement de chacun.
- ◆ L'interaction avec un animal permet d'accéder à une dimension émotionnelle et sensorielle indispensable à la pratique du coaching. Cela permet d'intégrer les 3 dimensions de l'être humain: le mental, le corps et les émotions.
- ◆ L'intervention du coach : il est l'animateur du séminaire ; par des feedbacks bienveillants mais exigeants, il décrypte ce qui se joue lors des exercices, il accompagne les participants dans l'analyse de l'expérience vécue et dans sa transposition au monde professionnel ; il est garant du processus pédagogique. Il veille à la sécurité des participants.

## INFORMATIONS PRATIQUES

Il n'y a aucun prérequis, il n'est pas nécessaire d'être cavalier. Les exercices ont lieu à pieds. La peur du cheval n'est pas une contre-indication. Les exercices seront alors adaptés.

Nos chevaux sont habitués au contact avec les humains, ils n'ont pas de réaction violente ou agressive, ils sont attentifs et font confiance à l'homme.

Les séminaires ont lieu sur une 1/2 journée, de façon récurrente ou isolée (selon les besoins), au poney club du Grand Célard à Chasselay, en extérieur.

(Atanor est couvert par l'assurance RCE n°2884243704 - AXA)

« *Nul ne peut avoir de lien avec son prochain s'il ne l'a d'abord avec lui-même* »  
C.G.Jung

