Qu’est-ce que l’accompagnement assisté par le cheval ?

L’accompagnement assisté par le cheval se développe beaucoup en France, de nombreux prestataires voient le jour et proposent des prestations d’accompagnement pour les particuliers et pour les entreprises.

L’**accompagnement assisté par le cheval** – appelé également coaching par le cheval, equicoaching ou encore horse coaching – est un accompagnement qui réunit trois acteurs : le participant, c’est à dire la personne accompagnée ou les personnes accompagnées s’il s’agit d’un groupe, le cheval et l’equicoach.

Le participant ou personne accompagnée

Après une clarification d’objectifs, un rappel des règles de sécurité et une préparation psychocorporelle, le participant est mis **en situation avec un cheval.**

Il réalise des **exercices à pied avec le cheval**, aucune connaissance équestre n'est nécessaire.

Ces exercices sont donc **à la portée de tous** et se déroulent dans un environnement sécurisé, rond de longe, manège ou carrière.

Après l'interaction avec le cheval, un **debriefing** est réalisé par un equicoach professionnel.

Le cheval et son effet miroir sur le participant

Le cheval **dissèque les comportements et attitudes** du participant : il évalue ainsi son niveau de confiance en soi, de clarté de ses demandes, d'impatience, d'énervement, de congruence, d'autorité, de leadership, …

Le cheval **le fait comprendre au participant** en adoptant un comportement en rapport à ce qu'il perçoit du participant, aux émotions qu'il dégage : le participant bénéficie donc d'un **véritable effet miroir en temps réel.**

C'est grâce à cet effet miroir que **le participant prend instantanément conscience** des conséquences de ses attitudes et comportements. Il a ainsi l'**opportunité d'agir autrement** et d'envisager d'autres **stratégies plus adaptées pour atteindre un objectif,** en temps réel durant la séance, en modifiant ses comportements.

La façon dont la personne accompagnée réalise un exercice avec le cheval, informe sur la façon dont elle interagit avec les autres : lors du debriefing de fin de séance, **des parallèles et transpositions peuvent être faits dans les domaines personnel et/ou professionnel**.

L'equicoach

L'equicoach présente les objectifs, les règles de sécurité, les exercices proposés, anime la séance et les débriefings (Qu'est-ce qu'un equicoach ?).

L'accompagnement assisté par le cheval : une approche expérientielle pour développer ses potentiels

L'accompagnement assisté par le cheval est donc une **approche pédagogique expérientielle,** c'est à dire un apprentissage par l'expérience. Le participant apprend en faisant et en sollicitant en particulier son cerveau émotionnel, ce qui garantit **une efficacité de l'approche et des résultats durables**.

Cet accompagnement permet au participant de **mieux se connaitre** et de **développer ses potentiels** dans des **thématiques variées** – capacités relationnelles, leadership management, assertivité, cohésion d'équipe, intelligence émotionnelle, … -, et **utiles aussi bien dans la vie personnelle et dans la vie professionnelle**.

Vous êtes manager, dirigeant, DRH, coach ?
Participez à un séminaire equicoaching entreprises pour développer les compétences professionnelles et managériales

Bien amicalement,
Bernard Lamonnier
https://equicoaching-events.com
https://www.facebook.com/EquicoachingEvents