

ALTER HORSE®

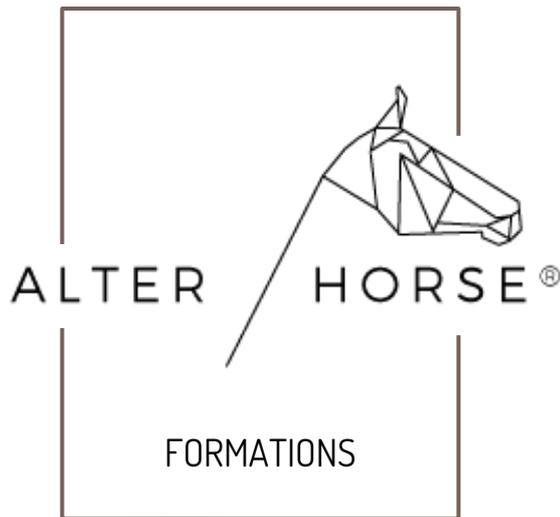
FORMATIONS



DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

OBJECTIF >

Accroître l'efficacité personnelle (compétences techniques telles que la réactivité, l'organisation et l'assertivité) en optimisant les aptitudes émotionnelles en entreprise.



970 € ht

2 jours (12 heures)
Déjeuner compris

L'EQUICOACHING AU SERVICE DU
DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Catégorie Développement personnel et professionnel 15054
LIEN FORMACODE : INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE 15078

NOTE D'APPLICATION

Employé pour les formations destinées aux personnes désirant apprendre à connaître et maîtriser leurs émotions, mieux comprendre leurs réactions et celles des autres, développer leurs aptitudes émotionnelles.

NSF / 413 - Développement des capacités comportementales et relationnelles

CORRESPONDANCE GFE / W - Autres professions, professions d'enseignement et de la magistrature

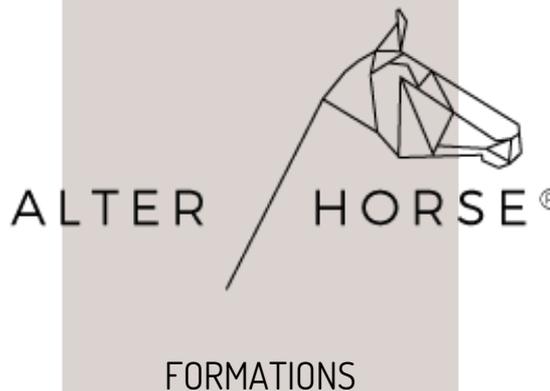
Catégorie Développement personnel et professionnel 15054
LIEN FORMACODE : EFFICACITÉ PERSONNELLE 15066

NOTE D'APPLICATION

Employé pour les formations à l'ensemble des méthodes permettant d'accroître ses facultés mentales et son efficacité personnelle.

NSF / 412 - Développement des capacités mentales et apprentissages de base

CORRESPONDANCE GFE / W - Autres professions, professions d'enseignement et de la magistrature



PROGRAMME

“EFFICACITÉ
PERSONNELLE &
INTELLIGENCE
ÉMOTIONNELLE”

NATURE DE L'ACTION DE FORMATION

Cette action de formation entre dans le champ d'application des dispositions relatives à la formation professionnelle continue **des actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés**, ayant pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences **(C. trav., art. L. 6313-3)**

En application de l'article L.6353-1 « Les actions de formation professionnelle mentionnées à l'article L.6313-1 sont réalisées conformément à un programme préétabli qui, en fonction d'objectifs déterminés, précise les moyens pédagogiques techniques et d'encadrement mis en œuvre ainsi que les moyens permettant de suivre son exécution et d'en apprécier les résultats ».

ORGANISATION DE L'ACTION DE FORMATION

- Dates des sessions de formation : **MAI 2017 : 28 & 29**

JUILLET 2017 : 7 & 8

SEPTEMBRE 2017 : 10 & 11

- Lieu : Lieu-dit La Vicière 33190 Bourdelles.

- Effectif : Elle est organisée pour un effectif de **2 stagiaires minimum et de 6 stagiaires maximum**.

- Les stagiaires sont tenus de prévoir une tenue adaptée à l'activité équestre ainsi qu'un déjeuner à emporter.

- La formation est susceptible d'être adaptée à des problématiques ou contraintes spécifiques pour lesquelles nous nous engageons à trouver des solutions sur-mesure.

OBJECTIF

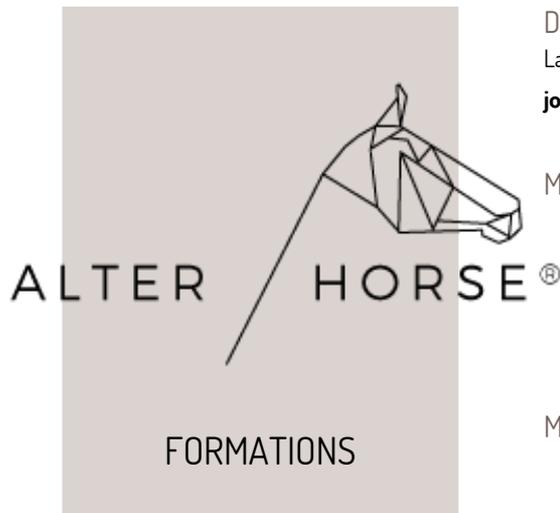
Elle a pour objectif d'accroître l'efficacité personnelle (compétences techniques telles que la réactivité, l'organisation et l'assertivité) en optimisant les aptitudes émotionnelles des salariés en entreprise.

Au terme de la formation, le stagiaire sera en mesure :

- > de trouver un mode d'interaction favorable auprès de ses collaborateurs
- > de comprendre les enjeux hiérarchiques dans l'entreprise
- > de développer des compétences techniques entravées par une mauvaise gestion de ses émotions

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

La formation s'adresse aux salariés et chefs d'entreprise (PME) sans autre condition d'accès que la maîtrise de la langue française (oral). Aucun profil n'étant exclu, nous examinerons ces derniers sur demande.



PROGRAMME

“EFFICACITÉ
PERSONNELLE &
INTELLIGENCE
ÉMOTIONNELLE”

DURÉE

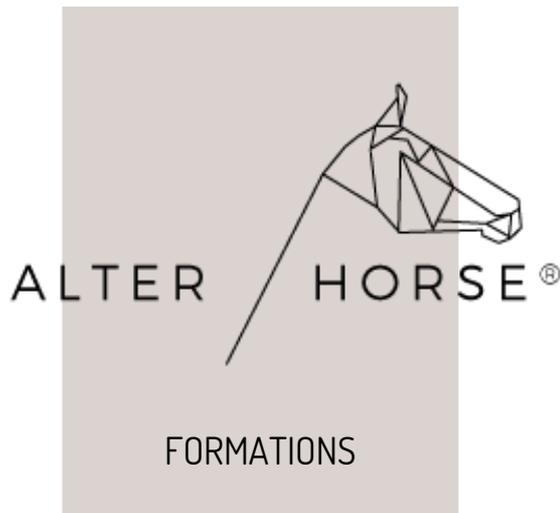
La durée de l'action "Efficacité personnelle et intelligence émotionnelle en entreprise" est fixée à **16 heures, réparties sur 2 journées de 6 heures** et sur deux semaines à raison d'une journée par semaine.

MOYENS TECHNIQUES

- > Salle de réunion pour la partie théorique.
- > Installations équestres pour les exercices pratiques et pédagogiques avec deux chevaux dont un rond de longe (rond de 20 mètres de diamètre, clôturé) avec un cheval en liberté.
- > La séance se déroule à pied, aucun travail monté.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- > Découverte théorique du cheval et de son mode comportemental (gestion de la peur et du stress / réactivité / anticipation / cadre) et sensibilisation aux aspects de sécurité.
- > Aspect théoriques et pédagogiques «Optimiser son efficacité personnelle par une gestion émotionnelle et interpersonnelle adéquate.»
- > Exercices pratiques réalisés avec un cheval et des outils de communication (longe, stick, corde) et des outils de repérage (cônes, cerceaux, barres au sol).
- > Exercices : Par le contrôle du Mouvement, de l'Espace, de la Direction et de l'Allure d'un cheval en liberté (MEDA) et divers exercices tels que faire passer le cheval sur une bâche / dans un pneu... il s'agira désamorcer l'anxiété et les manifestations de nervosité en générant du confort dans une situation inconfortable. Le confort ainsi trouvé permettra la coopération et la performance
- > Analyse du comportement des individus du groupe via un retour critique après observation.
- > Retour sur expérience : bénéfices individuels de la formation et état des objectifs visés : Auto-analyse du stagiaire par questionnaire et conclusions du formateur.



PROGRAMME

“EFFICACITÉ
PERSONNELLE &
INTELLIGENCE
ÉMOTIONNELLE”

CONTENU DE L'ACTION DE FORMATION (12 heures)

JOUR 1 : 10h/17h

- Découverte théorique du cheval et de son mode relationnel : gestion de la peur et du stress / réactivité / anticipation / cadre. Sensibilisation aux aspects de sécurité (30mn).
- Evaluation via entretien individuel + questionnaire et partage d'expérience (1 heure).
- Aspects théoriques et pédagogiques : “En quoi une mauvaise gestion des émotions entrave-t-elle l'efficacité personnelle ?” (30 mn).
- Exercices pratiques d'optimisation des aptitudes émotionnelles et interpersonnelles : (4 heures).
 - > MEDA
 - > Cadre
 - > Situations anxiogènes

JOUR 2 : 10h/17h

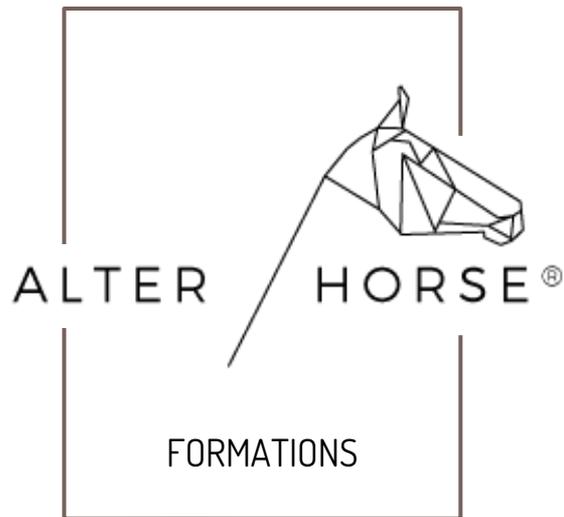
- Retour critique sur les exercices de la veille et soins aux chevaux (1 heure).
- Exercices pratiques de compétences techniques relevant de l'efficacité personnelle : (2 heures).
 - > réactivité
 - > collaboration
- Evaluation des acquis globaux en répétant tous les exercices avec un cheval inconnu et retour des autres stagiaires à partir de leurs observations (2 heures).
- Conclusions du stagiaire et du formateur (1 heure).

MOYENS D'ENCADREMENT

Le formateur est diplômé du Savoir 5 d'équitation éthologique par la Fédération Française d'Équitation, possède une expérience 20 ans au titre de Conseiller en communication, et a éprouvé ses méthodes pédagogiques en tant qu'enseignant dans le supérieur.

SUIVI ET ÉVALUATION

À l'issue de la formation, une attestation de formation «Efficacité personnelle & intelligence émotionnelle» sera délivrée au stagiaire mentionnant le nombre d'heures effectives de formation ainsi que le résultat de son évaluation.



CONTACT

Chloé SUBRA
06 25 85 27 18
croyacster@gmail.com

ALTER HORSE® est une marque de Les Stratégies Primitives www.lesstrategiesprimitives.com.
Organisme de formation professionnelle enregistré sous le numéro 72 33 09925 33 auprès du Préfet de la région Aquitaine.

