

ACADEMIE EQU'HYPNOSE

Développer ses compétences d'accompagnement mental du cavalier

Livret d'accueil

Public	<ul style="list-style-type: none">• Les professionnel(le)s de l'accompagnement dans les domaines de la santé, du sport, de l'encadrement, de l'éducation, du commerce ainsi que toute personne au contact d'un public.• Les professionnels du cheval (entraîneurs, enseignants, gérants, coachs, préparateurs, cavaliers).
Prérequis	<ul style="list-style-type: none">• Être professionnel(le)s de l'accompagnement dans les domaines de la santé, du sport, de l'encadrement, de l'éducation, du commerce. Ou travailler au contact d'un public.• Ou être enseignant ou entraîneur d'équitation. Disposer d'une connexion internet et d'un équipement informatique permettant de suivre les visioconférences sur Teams
Disposition pratique	Effectif minimum : 4 participants / maximum : 15 participants
Modalités et délai d'accès	<p>Nous échangeons autour de votre projet par téléphone et/ou par mail :</p> <p>Contact Directrice et Formatrice : Julia PARDON 06.22.94.13.56. julia.pardon.hypnose@gmail.com.</p> <p>Contact gestion administrative et inscription : Nadia GUYET academie.equhypnose.formations@gmail.com</p> <p>Réponse sous 48h.</p> <p>A l'issue de cet entretien, vous recevrez le bulletin d'inscription par mail avec les modalités suivantes en sus : conditions générales de vente, règlement intérieur, contrat et annexes associées à la formation.</p> <p>Clôture des inscriptions : 15 jours avant le début de la formation.</p>
Présentation générale (problématique, intérêt)	<p>Le travail sur le mental du sportif est désormais un pilier incontournable pour tout professionnel équin. L'impact des émotions d'un cavalier sur l'animal cheval engendre des conséquences sur la relation, la performance, et la sécurité du couple à tous niveaux.</p> <p>Savoir aborder la communication et proposer des solutions mentales concrètes au sportif, c'est devenir un professionnel reconnu, sécurisant, et un atout évolutif pour l'individu.</p>
Objectifs	<p>Objectif général :</p> <p>Perfectionner l'accompagnement mental des professionnels du cheval (enseignants, coachs, cavaliers, encadrant...) d'un cavalier ou un groupe de cavaliers vers la réalisation d'un ou plusieurs objectifs par les approches mentales de gestion émotionnelles et amélioration des performances.</p>

	<p>Objectifs pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Être capable d'analyser une ou plusieurs problématiques afin de déterminer un ou plusieurs objectifs. • Être capable de mettre en place une stratégie adaptée au cavalier individuel ou au groupe. • Être capable d'utiliser les différentes techniques de communication • Être capable d'analyser les émotions, leurs impacts, leurs solutions • Être capable d'élaborer des critères de réalisation et de réussite de l'objectif.
<p>Contenu de la formation</p>	<p>JOUR 1 Module 7h00 de 9h00 à 17h30</p> <p>Présentation des outils pédagogiques</p> <p>Déterminer les besoins du cavalier par l'élaboration d'une anamnèse et d'un questionnaire spécifique aux sentiments motivationnels.</p> <p>Comprendre les relations corps/mental/physiologie avec mise en situation de groupe</p> <p>Analyser les principes de communication avec l'humain avec mise en situation du groupe</p> <p>Connaître les différents profils psychologiques avec QCM</p> <p>JOUR 2 Module 7h00 de 9h00 à 17h30</p> <p>Analyser les principes de communication avec le cheval avec mise en situation individuelle et collective.</p> <p>Observation de chaque stagiaire par le groupe et participation collective au debrief.</p> <p>Connaître les principes de base de l'émotion avec mise en pratique de l'écoute du corps et vidéo</p> <p>Décrypter les différents types d'émotions et apporter des solutions émergentes à l'individu avec QCM et débrief collectif</p> <p>JOUR 3 Module 7h00 de 9h00 à 17h30</p> <p>Savoir définir un objectif SMART avec étude de cas en QCM</p> <p>Élaborer un programme de progression individuel à N+3 avec exercice écrit.</p> <p>Comprendre l'impact du discours interne et les solutions à apporter à son cavaliers avec QCM</p> <p>Comprendre l'impact environnemental du cavalier sur la performance avec QCM</p> <p>JOUR 4 Module 7h00 de 9h00 à 17h30</p> <p>Comprendre et appliquer les outils d'accompagnement mental des cavaliers par la visualisation par projection vidéo, de la routine par étude de cas, de la cohérence cardiaque par exercice pratique, de la concentration par exercice écrit.</p>


ACADEMIE EQU'HYPNOSE

Développer ses compétences d'accompagnement mental du cavalier

	<p>JOUR 5 Module 7h00 de 9h00 à 17h30</p> <p>Savoir proposer un programme d'accompagnement individualisé</p> <p>Définition des travaux de mise en pratique avec étude de cas à réaliser dans les 2 mois suivant et du rendu mémoire attendu pour valider les compétences acquises de la formation avec remise du protocole à suivre.</p> <p>Debrief du sentiment opérationnel du groupe par participation et questionnaire</p> <p>VISIO 2x 2h00</p> <p>Analyse de pratique</p> <p>Temps d'apport complémentaire par analyse collective et individuelle du positionnement du stagiaire dans ses cas pratiques. Transmission des éléments décryptés par mail.</p> <p>Outil : Teams. Les stagiaires doivent disposer d'un support (téléphone, tablette ou ordinateur) et d'une connexion internet</p>
Modalités pédagogiques	<p>Moyens pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none">• Exercices pratiques oraux et écrits• Support pédagogique• Ateliers pratiques <p>Pédagogies :</p> <ul style="list-style-type: none">• Active• Interrogative• Participative <p>Modalités :</p> <ul style="list-style-type: none">• Présentiel et visioconférence• Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.• Point en fin de journée de formation, recueil des impressions.• Evaluation à froid en fin de formation avec la réalisation d'un mémoire d'accompagnement de 2 cavaliers à rendre 2 mois après la partie présentiel, débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés.
Moyens d'encadrement de la formation	<p>L'OF s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. L'animation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permettent l'ancrage en temps réel.</p> <p>Cette animation s'appuie sur une alternance d'exposés théoriques et pratiques.</p> <p>Support de cours délivré à chaque participant. Travaux pratiques.</p>
Durée	<p>59h : 7h/jour entre 9h et 17h30 sur 5 journées en présentielles + 4h en visioconférence collective + 20h de pratique personnelle en accompagnement du cavalier pour réalisation du mémoire.</p>
Tarifs	<p>2 900€* NET / personne - TVA non applicable – art 261.4.4 a du CGI</p>

ACADEMIE EQU'HYPNOSE

Développer ses compétences d'accompagnement mental du cavalier

Accessibilité	 L'OF est totalement accessible aux personnes en situations d'handicap Nos intervenants savent adapter leurs méthodologies pédagogiques en fonction des différentes situations d'handicap
Responsable de l'action, Contact	Julia PARDON 06.22.94.13.56. julia.pardon.hypnose@gmail.com
Formatrice	Julia PARDON : Maître praticien en hypnose, Fondatrice Equ'hypnose, Préparateur mental jusqu'au niveau olympique. Ancienne professionnelle du milieu du cheval (Groom freelance internationale, cavalière, responsable d'écurie...) 20 ans d'expérience reconnue dans le commerce (immobilier, photovoltaïque, B2C, équitation).
Evaluation de l'action	Attestation de fin de formation remise après rendu du mémoire sous les 2 mois suivant la formation. Mémoire à remettre au plus tard 2 mois après la date de fin de formation présentielle. Évaluation du mémoire par Julia PARDON.