

Équicoaching Garder les rênes de son leadership

Par Djamel Bentaleb

Sous la houlette de Thibaut Buisson, la société **morbihannaise** Ariona (Lorient) propose de l'équicoaching. Une méthode de coaching née aux États-Unis qui donne au cheval le soin de renvoyer aux managers une image instantanée de leur leadership. Pas de faux semblant, ni de concession... Le responsable fait face à son propre savoir-être. Simple confirmation ou véritable révélation pour le manager, le comportement du cheval génère toujours une prise de conscience sur le leader et ses méthodes.

“

Le fait d'établir
une relation avec le cheval
en dit long sur nous-mêmes.



« **L**e cheval étant une proie dans la nature, il lit instantanément les comportements de ceux qui l'entourent et agit en conséquence, en fuyant ou en devenant curieux, explique le dirigeant d'Ariona, Thibaut Buisson. Le cheval est tellement sensible et réceptif à la communication non verbale qu'il nous renvoie toutes nos émotions. » C'est cet effet miroir que recherche le coach. Il désire mettre le manager face à lui-même grâce à quelques exercices et l'intermédiation d'un cheval.

Contrairement à l'équithérapie, l'équicoaching ne nécessite pas de monter l'animal. Assisté de Bertrand Ravaux, instructeur d'équitation, Thibaut Buisson anime aujourd'hui sa troisième session de coaching depuis la création d'Ariona. Cinq tops managers de l'entreprise morbihannaise Carabreizh (Belle Île et Landévant) vont bientôt rencontrer leur « vrai moi managérial » dans le manège du centre équestre de Lann er Roch (Ploemeur).

Réinventer le management

Dans une période où 82% des dirigeants disent souffrir d'un trouble physique ou psychologique, il est urgent de réinventer le management, pour les managers eux-mêmes autant que pour leurs collaborateurs. C'est à partir de ce constat et de son expérience personnelle que l'ancien officier de marine marchande et chef d'entreprise, Thibaut Buisson, a décidé de proposer ces séances de coaching originales. « Le fait d'établir une relation avec le cheval en dit long sur nous-mêmes, précise-t-il. Il nous permet de mieux nous connaître et nous donne ainsi les moyens de modifier nos rapports aux autres. »



Bientôt, l'instructeur laissera Myriam Niceron et le cheval en tête-à-tête.



Les cinq stagiaires présents ce jour ne savent rien de ce qui les attend. Christophe Niceron, fondateur et président de Carabreizh, souhaitait préserver la surprise : « C'est une belle expérience de groupe que nous allons vivre et je ne voulais pas en dire trop. Mais je sais qu'ils ne seront pas déçus. J'ai déjà suivi un stage similaire et ça m'a marqué. »

« Un miroir de nos émotions »

Les stagiaires, accompagnés du coach et de l'instructeur, rejoignent le manège. Chacun son tour entre sur la piste et tente de commander le cheval. Changement d'allures, de direction, arrêt, mise à distance... Tout est bon pour tester à la fois l'autorité, l'écoute et le lâcher prise des stagiaires. Chacun y va immédiatement de son commentaire : « Je suis trop brutal, trop mou, pas assez autoritaire, il ne m'écoute pas, etc. » Ou, au contraire : « Ce n'est pas si compliqué que ça, il est bien attentif. »

Qu'ils soient négatifs ou positifs, les retours à chaud des stagiaires en disent long sur « leur exercice du pouvoir ». Ils se trouvent seuls face à leur personnalité managériale. « Ces exercices placent les stagiaires dans une relation forte et émotionnelle, dit Bertrand Ravaux. Cela peut les aider à prendre conscience de la manière dont ils communiquent avec leurs collaborateurs... Le cheval est un véritable miroir de nos émotions. À nous de mieux les connaître et de les maîtriser. » Assez pour garder les rênes de son leadership ? ■