

# Lead@Pol

11/2015

#leadership

juillet/août/septembre 2015

- 22 *Interview*  
Inspecteur des finances
- 26 *ICT*  
Coopération interzonale
- 28 *Bien-être animal*  
Compétence régionale
- 30 *Leadership*  
Coaching avec les chevaux

Collaboration public-privé  
un levier vers une approche  
intégrale de la sécurité



Police

## Coaching et chevaux

**P**ersonnellement, je suis convaincue depuis longtemps déjà de l'effet miroir dont peuvent nous faire bénéficier les chevaux. L'année passée, j'ai souvent vu de la surprise, parfois de l'incrédulité et aussi de la curiosité dans les yeux des personnes avec qui je parlais du coaching par le cheval. D'où cette idée d'interviewer Meredith Van Overloop, la fondatrice de Triangis.

Maîtriser l'abc du langage des chevaux, diriger individuellement un cheval au choix, apprendre à 'sentir' quel leadership nous convient le mieux, oser faire des exercices avec un bandeau sur les yeux... Voici comment démarre une journée de "coaching par le cheval". Confiance en soi, élargissement de ses horizons, retour aux fondamentaux... autant de mots clés qui définissent cette expérience.

### Quel est le rapport entre les chevaux et le leadership ?

Meredith : "Le cheval est un animal grégaire et une proie : par nature, il a besoin d'un leadership authentique. Pendant les exercices, les chevaux réagissent d'instinct et tendent aux participants un miroir où se reflète leur style de leadership et leur flexibilité. Il va de soi qu'on ne dirige pas un cheval comme on dirige un homme. Toutefois, nous avons remarqué que les participants, tout au long des exercices qu'ils font avec les chevaux, prennent davantage conscience ou réfléchissent de manière plus approfondie à certains automatismes du comportement. Le cheval est un miroir qui ne juge pas, ce qui suscite l'adhésion chez les participants. La compréhension de cet effet miroir, mais aussi de la dynamique du troupeau, constitue également une plus-value dans ce type de formation.

D'un point de vue biologique, l'homme est lui aussi un animal grégaire, et grâce aux exercices avec les chevaux, vous pouvez expérimenter des principes de base de la dynamique de groupe. Le langage corporel joue un rôle essentiel dans les interactions, chez les hommes également. La compréhension d'une dynamique de groupe naturelle et des interactions entre différents rôles de leadership aide le dirigeant à exercer sa fonction plus efficacement.

Outre de la théorie et des méthodes de coaching classiques, Triangis propose des exercices au sol avec les chevaux (les participants ne montent cependant jamais à cheval). La collaboration, la communication, l'assertivité, la gestion de la motivation et du stress occupent une place centrale à cet égard. Ce sont des éléments importants du leadership."

“ Raconte-moi et j’oublierai.  
Montre-moi et je me souviendrai.  
Implique-moi et je comprendrai.”

Confucius

### Pourquoi se servir de chevaux durant les formations ?

Meredith : "Dans une salle de réunion, les participants à une formation ont tendance à ne pas s'exprimer. La passivité domine. Souvent, les jeux de rôles paraissent artificiels ou ennuyeux. Mais un apprentissage se déroule à différents niveaux. Ce n'est pas parce que vous connaissez quelque chose que vous pouvez l'appliquer. C'est la principale raison pour utiliser des chevaux. Pendant les exercices, les chevaux deviennent le miroir de votre style de leadership, mais ils vous donnent également l'occasion de l'expérimenter. Nous mettons différents types de chevaux à la disposition des participants. Un cheval introverti, par exemple, réagira différemment d'un cheval extraverti. Vous pouvez ainsi tester votre flexibilité de style. Nous utilisons souvent les chevaux pour des sessions d'approfondissement d'outils tels que le MBTi, Insights, le leadership situationnel ou la Rose de Leary. Les participants comprennent à quel point il est enrichissant de pouvoir mettre la théorie en pratique. De plus, passer une journée avec des chevaux est tout simplement amusant et touchant. C'est pour cela qu'on se souvient longtemps de cette expérience."

### La police locale de Ninove est la première unité de police intégrée à faire appel à Triangis et à ses chevaux. Pourquoi les gens sont-ils réfractaires à l'idée de s'inspirer du coaching par le cheval ?

Meredith : "Souvent, les gens sont sceptiques parce qu'ils associent le coaching par le cheval à une pratique nébuleuse. Ou ils pensent que c'est nouvelle mode passagère.

On n'aime que ce qu'on connaît : nous comprenons cet a priori. En Angleterre, en Allemagne, aux Pays-Bas et en Amérique, le coaching par le cheval est beaucoup plus courant que chez nous. L'expérience que nous avons acquise au fil des années nous a appris qu'une organisation est parvenue à dépasser ses préjugés et qu'elle a sauté le pas, elle fait toujours à nouveau appel à nous, car force est de constater qu'une telle formation a un véritable impact. Triangis n'utilise toutefois pas des chevaux pour toutes les formations. Seuls 25 % de nos modules se donnent de cette manière. Souvent, il est opportun de recourir à d'autres outils, des notions théoriques ou des études de cas. La solution la plus efficace et la plus durable consiste en un mix, réparti dans le temps, de théorie, d'exercices classiques, de peer coaching et de coaching par le cheval. Vu que nous avons tous nos préférences pour l'une ou l'autre méthode d'apprentissage, tout le monde y trouve donc son compte. Si vous cherchez une formation en leadership qui a un véritable impact ou si vous voulez faire progresser votre équipe, nous vous conseillons vivement de prendre contact avec nous, sans engagement bien sûr."!

Meredith Van Overloop est l'auteur de l'ouvrage *Niet perfect, toch content* (traduction libre : "Pas parfait mais content"), paru en avril 2015 aux éditions Witsand. Inutile de le dévorer : ce livre peut se lire au rythme de la nature. L'auteur y parle du leadership dans la nature et de ce que nous pouvons en retirer.

www.witsand.be