



SLE Consulting

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

LA GESTION ÉMOTIONNELLE AU CŒUR DU MANAGEMENT BY SLE CONSULTING

Reprendre le contrôle de
ses émotions grâce aux
chevaux et à un ancien
négociateur du RAID

La pandémie de Covid-19 n'a pas seulement déclenché des crises sanitaires et économiques de grande ampleur. Au niveau psychologique, elle a aussi un très lourd impact.

Au niveau personnel comme professionnel, les Français vivent des changements profonds, souvent déstabilisants, sans avoir de visibilité quant à l'issue de cette période difficile. Ce climat d'incertitude est difficilement supporté : 23% de nos compatriotes disent souffrir d'anxiété selon Santé Publique France ([source](#)), 2 sur 3 sont atteints de troubles du sommeil ([source](#)), d'autres connaissent des états dépressifs...

Bousculés par leurs émotions, ils perdent le contrôle. Un mal-être qui se traduit de façon très concrète dans les entreprises : absentéisme, conflits, baisse de la productivité, turn-over plus important avec 47% de Français qui se reconvertissent ou envisagent de le faire ([source](#)).

Pourtant, beaucoup de situations peuvent être réglées de manière efficace et positive grâce à la gestion émotionnelle.

C'est pour aider les entreprises à diminuer tous les risques psycho-sociaux que [SLE Consulting](#) lance le séminaire "La gestion émotionnelle au coeur de la négociation, du management et de la cohésion d'équipe".

Ce concept novateur, unique en France, allie chevaux, intelligence émotionnelle et compétences d'un ancien négociateur du RAID pour apprendre à chaque collaborateur/manager à reconnaître ses émotions, à décoder les signaux et à agir en fonction.



STOP AUX IDÉES REÇUES : ÉMOTION NE VEUT PAS DIRE ÉMOTIVITÉ

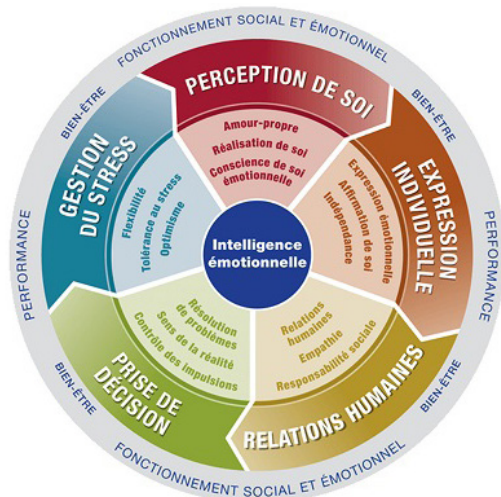
En entreprise, personne n'ose aborder le sujet des émotions pour ne pas se voir accoler l'étiquette "émotif". Pourtant, sans émotions, nous ne vivrions que 5 minutes !

Il s'agit en effet de précieux signaux envoyés à nos cerveaux (tête, cœur, estomac) pour nous indiquer qu'il y a urgence à agir. L'étymologie d'"émotion" est d'ailleurs éloquent : ce mot vient du latin Emovere qui signifie "se mettre en action".

Si le sujet est aussi méconnu, c'est aussi parce que l'Intelligence Emotionnelle est une science récente : elle n'apparaît que dans les années 1990, grâce aux travaux de psychologues américains.

Dans le contexte actuel mais aussi dans le "monde d'après", elle est pourtant indispensable et s'impose comme un véritable avantage concurrentiel puisqu'elle va permettre d'**agir directement sur 15 compétences** réparties dans 5 catégories :

- Perception de soi : L'amour propre, La réalisation de soi, La conscience de soi émotionnelle ;



L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE : LA CLE DE LA PERFORMANCE ?

- Expression individuelle : L'expression émotionnelle, L'affirmation de soi, L'indépendance ;
- Relations humaines : Les relations humaines, L'empathie, La responsabilité sociale ;
- Prise de décisions : La résolution des problèmes, Le sens de la réalité, Le contrôle des impulsions ;
- Gestion du stress : La flexibilité, La tolérance au stress, L'optimisme.

APPRENDRE À OBSERVER ET À RESSENTIR POUR PRENDRE LES MEILLEURES DÉCISIONS

Durant le séminaire, les participants vont découvrir comment bien reconnaître leurs émotions, **décoder les signaux et agir en fonction** afin de savoir comment :

- pratiquer l'écoute active et adopter les bonnes postures ;
- développer la confiance en soi ;
- mettre les émotions au service du management ;
- exploiter les différents canaux de communication ;
- gérer leur stress en développant les bonnes compétences ;
- favoriser la cohésion d'équipe pour aller plus loin ensemble.



LE CHEVAL, UN MÉDIATEUR SANS JUGEMENT

Par sa physiologie, le cheval est un être émotionnel guidé par sa zone pilote, son cerveau limbique. Par conséquent, ses réactions sont immédiatement révélatrices des pensées, des comportements et des émotions.

« Le cheval offre un parfait effet miroir puisqu'il traite les émotions comme des signaux et se met de suite en action. Avec un formidable avantage par rapport à nombre de personnes : il ne garde pas l'émotion en lui, dès qu'elle est passée, il retourne à son activité préférée... brouter calmement. »

**STÉPHANIE GRECARD,
LA FONDATRICE DE SLE CONSULTING**

Durant le séminaire, l'intelligence émotionnelle est donc expérimentée par des exercices avec les chevaux et des mises en situations concrètes. Tout le monde peut participer, même sans connaissance équestre, puisque tous les exercices se font à pied.

Chacun.e va ainsi apprendre à développer certains soft skills tels qu'une meilleure gestion du stress, une perception de soi positive, des relations humaines constructives et la capacité à prendre de bonnes décisions.

L'ALLIANCE INNOVANTE DE DEUX SAVOIR-FAIRE

Le séminaire est animé par Stéphanie Grenard et Didier Guegen, deux profils aux compétences complémentaires.

Stephanie est ex-Directrice commerciale, Spécialiste négociation et intelligence émotionnelle. Coach et Equicoach Experte en médiation équine.

Didier est ex-Négociateur au RAID et GIPN 33, Négociateur de crise, Conférencier, Consultant et Formateur. Comme tous les négociateurs de crise au Raid et au GIGN, il a été formé à la gestion émotionnelle et à la façon de prendre contact avec des forcenés ou des preneurs d'otage.



A PROPOS DE STÉPHANIE GRENARD, LA FONDATRICE



Stéphanie Grenard a passé 25 ans dans de grands groupes, où elle a occupé différentes fonctions commerciales et géré des petites comme de très grandes équipes commerciales.

Ce qui l'anime au quotidien durant sa carrière en entreprise, c'est le management et l'atteinte des objectifs en équipe. À 38 ans, elle décide ainsi de reprendre ses études parallèlement à son travail, afin de se spécialiser dans la gestion de l'entreprise et le marketing.

Mais il n'y a pas que le travail dans la vie. L'univers de Stéphanie, c'est avant tout ses deux filles, sa petite tribu, qu'elle élève seule et pour qui elle se bat au quotidien. Son autre grand amour, ce sont les animaux, et surtout les chevaux.

Les méthodes EquiCouleurs et EquiEmotions, sont nées de ses passions. D'abord, le développement humain, avec la volonté d'accompagner chaque collaborateur pour lui permettre de se comprendre et de comprendre les autres membres de l'équipe pour capitaliser sur ses forces. Ensuite, les chevaux, ces êtres émotionnels qui, par leur présence, aident les humains à mieux se cerner et à se développer.

POUR EN SAVOIR PLUS

Site web : <http://www.sleconsulting.fr/>

 <https://www.linkedin.com/in/stephanie-grenard-ambassadrice-cgbb-lyon-064a43119/>

CONTACT PRESSE

Stéphanie GRENARD

Email : stephaniegrenard@sleconsulting.fr

Téléphone : 06 79 57 18 59