

Cogitons dans les bois...

En entreprise, les réunions d'équipe se font généralement entre quatre murs. Et pourquoi pas dans les bois ou sur une plage, en marchant ou assis dans l'herbe ? Rémi Luc a testé la formule avec son équipe. Bilan : une séance très régénérante.

En entreprise, faire intervenir un coach est devenu une pratique courante que ce soit pour des sessions individuelles ou collectives. L'objectif ? Aider une personne à évoluer ou une équipe à améliorer sa cohésion, réguler ses tensions ou bâtir une vision commune. Ces sessions ont habituellement lieu dans des salles de réunion mais une nouvelle tendance se propose de les faire au grand air. C'est le choix qu'a fait Rémi Luc, inspecteur chez AG2R La Mondiale. Encadré par Henri-Pierre Michaud, coach pour « D'un pas décidez », il raconte cette journée en extérieur avec son équipe...

Qu'est-ce que l'outdoor coaching ?

Contrairement à un coaching classique, nous sommes sortis de nos bureaux pour aller passer une journée au grand air en forêt accompagnés par deux coaches. Être en extérieur, ça permet de vraiment couper avec notre quotidien et donc de s'en détacher. L'idée était de pouvoir facilement prendre du recul. De plus, la marche à pied a un côté apaisant comparé à une discussion derrière un écran d'ordinateur ou autour d'une table de réunion. Cela permet d'échanger de façon plus naturelle et d'avoir des discussions plus profondes, parfois plus personnelles aussi, sur fond de métaphores telles que se ressourcer grâce à ses racines, décrire son paysage professionnel...

Qu'espériez-vous retirer de cette façon de faire ?

Je souhaitais que mon équipe se découvre sous un nouveau jour. Mieux se connaître est une des clés pour collaborer de façon harmonieuse. Un tel exercice au contact de la nature n'avait jamais été réalisé chez AG2R La Mondiale. Mes attentes étaient doubles : travailler la cohésion de mon équipe et apprendre à mieux connaître mes coéquipiers. Même si nous étions alors loin des éléments anxigènes qui peuvent exister au bureau, cette expérience restait un vrai pari sur la capacité

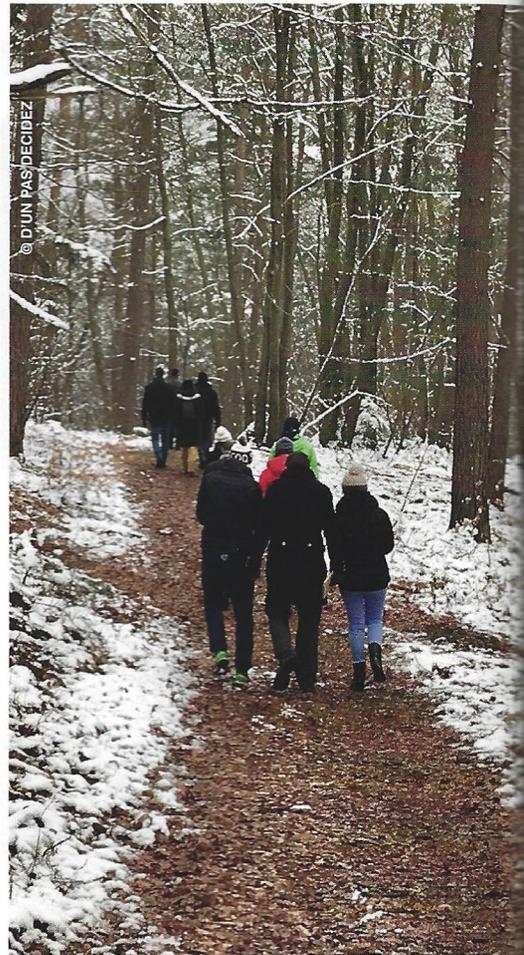
de chacun à s'ouvrir aux autres mais également à apprendre à mieux se connaître.

Concrètement qu'avez-vous fait pendant cette journée ?

De nombreuses séquences d'échanges ont rythmé la journée. À chaque fois, la collaboration est mise en avant. Il s'agit avant tout d'apprendre à connaître les autres et leur sensibilité pour que chacun trouve sa place dans les exercices proposés. On alterne entre des étapes de marche et des moments d'arrêt, debout ou assis, pour échanger puis restituer le fruit de nos discussions. En fonction des séquences, nous sommes en groupe, en demi-groupes, en binômes, seuls face aux autres, voire complètement seuls pour un moment de réflexion en silence.

Quelle influence cette journée a-t-elle eu de retour au bureau ?

Au-delà de mon imagination ! Des collaborateurs avec une forte ancienneté ont pu exprimer leurs attentes individuelles et collectives, de plus jeunes ont pu découvrir l'équipe et se découvrir eux-mêmes, également avec pour mot d'ordre bienveillance et respect. Quant à moi, j'ai pu approfondir ma relation avec certains d'entre eux en comprenant mieux leur fonctionnement comme avec mon assistante par exemple qui a rejoint l'équipe il y a moins d'un an. Autre exemple : un collaborateur m'a dit qu'il avait compris des choses sur son couple grâce à cette journée. Elle a



▲ L'ÉQUIPE DE AG2R chemine au pied du mont Sainte-Odile (Bas-Rhin) en février dernier.

donc eu un impact sur notre quotidien dans sa globalité. Depuis notre retour, la communication au sein de l'équipe est plus fluide et plus efficace. Cela nous a permis de trouver un second souffle et d'insuffler une nouvelle dynamique en passant plus de temps ensemble à travers des moments conviviaux. Aujourd'hui, nous en parlons encore et nous préparons une seconde journée pour mesurer les effets un an après et continuer à faire progresser le collectif. ■

AG2R LA MONDIALE
Groupe de protection sociale
et patrimoniale

Assurés 15 millions de personnes
et près de 510 000 entreprises, soit
un quart des entreprises en France

Effectif 11 000 collaborateurs

Collecte brute 29 milliards € en 2017