

OBJECTIFS

- Connaître les 9 personnalités de base et les subtilités de l'outil
- Comprendre les mécanismes de la relation à soi et aux autres
- Apprendre à s'observer et observer les autres
- Identifier les différentes facettes de sa personnalité, mieux comprendre les fonctionnements de l'autre
- Comprendre les mécanismes inconscients pour adapter une stratégie « gagnant/gagnant »
- Développer son écoute (à soi et aux autres), ses capacités d'observation mieux cerner les besoins et les leviers de motivations de son entourage
- Apprendre à coopérer avec les différentes parties de soi et mieux coopérer avec les autres
- S'approprier les outils et techniques qui engagent une relation de confiance.

PÉDAGOGIE

Une Approche vivante et pragmatique

Une alternance d'apports théoriques et de mises en pratique
Une illustration permanente avec des exemples concrets
Des exercices en groupes et des phases de consolidation
Des supports ludiques et variés (jeux, vidéos, dessins...)

PROGRAMME

Jour 1

A l'issue de cette journée les participants connaîtront les différents types de personnalité du modèle et ses subtilités.

- L'histoire de l'ennéagramme
- Les postulats du modèle
- Le développement de nos systèmes de valeurs, croyances et visions du monde
- Présentation des 9 types (ou bases) de l'Ennéagramme : exploration des 9 visions du monde, les comportements observables et les motivations de chaque personnalité.
- Le rôle des flèches : les comportements sous stress et en sécurité – points d'appuis et zone de vigilance
- La puissance d'une configuration
- Les 3 centres de l'intelligence : explorer ses mécanismes inconscients pour une meilleure compréhension de soi

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Toute personne qui souhaite mieux se connaître et améliorer sa relation aux autres.

PRÉ-REQUIS

Être ouvert à l'apprentissage, avoir envie de coopérer

DURÉE

3 jours
Soit 21 heures

LIEU

Nantes

CONTACT

L'école de la coopération
contact@ecole-cooperation.fr

ire-Marie Allard
0685376217

ACCOMPAGNEMENT

Chaque participant est accompagné tout au long des journées de formation.

CONTACT

L'école de la coopération
contact@ecole-cooperation.fr

ire-Marie Allard
0685376217

PROGRAMME Suite

Jour 2

A l'issue de cette journée, les participants pourront émettre une hypothèse de leur configuration enneagramme. Ils pourront émettre des hypothèses sur les configurations de leur entourage.

S'observer pour mieux se comprendre, observer l'autre et s'appropriier le questionnement permettant de mieux comprendre et accueillir l'autre dans sa différence :

- Focus sur les forces individuelles : Identifier ses forces qui présupposent un type de personnalité
- Influences, ressources et autres compétences : les ailes
- Les questionnements pour identifier un type de personnalité chez l'autre
- Focus sur les émotions : les émotions préférées des 9 bases
- Se connecter au différentes parties de soi pour mieux gérer le stress, les émotions négatives, les conflits internes
- Utiliser l'enneagramme pour résoudre les situations conflictuelles : Trouver les bonnes attitudes correspondantes aux motivations inconscientes de chaque personnalité (mots, gestes, intentions...)

Jour 3 :

A l'issue de cette journée les participants se seront approprié leur configuration enneagramme. Ils auront intégré la diversité de leur personnalité et sauront s'enrichir de la différence qui les entoure. Ils repartiront avec un plan d'action individuel axé sur le renoncement à certaines attitudes et la mise en place de nouveaux comportements plus adaptés.

- La créativité pour « lâcher prise » et se rencontrer vraiment
- Quelles stratégies pour ne plus se « sur adapter ? »
- Le partage pour accueillir et s'enrichir de la différence
- La mise en lumière des bénéfices de la coopération

TARIFS

ACCOMPAGNEMENT

Chaque participant est accompagné tout au long des journées de formation.

- ✧ Particuliers : 600 € TTC (500 € HT)
- ✧ Indépendants ou salariés entreprises moins de 10 personnes :
-990 € TTC (825 € HT)
- ✧ Salariés entreprises plus de 10 personnes :
- 1320€ TTC (1100 € HT)

L'école de la coopération est inscrite au Datadock / éligible fond de formation professionnel continue

CONTACT

L'école de la coopération
contact@ecole-cooperation.fr

Claire-Marie Allard
0685376217