

# La Connaissance de Soi et des Autres

## Pour mieux Communiquer « Initiation à l'Ennéagramme »

### Objectifs

Acquérir les outils spécifiques de l'Ennéagramme et de les appliquer au quotidien pour comprendre et améliorer sa communication et son adaptabilité. Avoir une meilleure compréhension de son propre fonctionnement et de celui des autres dans les divers contextes de la vie (professionnel, personnel, familiale, etc....)  
Valoriser ses potentiels

### Programme détaillé

#### Qu'est-ce que L'Ennéagramme ? Histoire de l'Ennéagramme Personnalité et Essence

##### Qui suis-je ?

Me découvrir à l'aide d'exercices de connaissance de Soi - Mon blason  
TEST Personnalité

##### Les 3 centres

Centre instinctif - Centre émotionnel - Centre mental

##### Les points de stress et de sécurité

#### Les 9 types de l'Ennéagramme : avec pour chaque Type

Le principe fondamental que j'ai perdu de vue...

La croyance par laquelle je l'ai remplacé...

La stratégie mise au point en cohérence avec cette croyance.

En fonction de ma stratégie, mon attention va vers ...

Je place donc mon énergie dans ...

Je fais tout pour éviter de ...

Mes points d'appuis...

Ce qui me stresse...

Ce qui me met en colère...

La nature de ma colère...

Le but ultime de mon développement ...

Comment approfondir mon développement personnel ...

Ce qui entrave mon développement personnel ...

Comment les autres peuvent m'encourager ...

#### Plan d'action personnel

**Durée :** 1 jour / 7 heures

\*Cette formation peut comporter un 2ème jour individuel pour une mise en pratique personnalisée (si groupe)

**Public :** Toute personne souhaitant mieux se connaître et connaître son entourage.

**Prérequis :** Aucun

**Dynamique post séminaire :** Le participant s'est approprié le système et peut l'utiliser au quotidien.

**Moyens techniques :** Paperboard, vidéoprojecteur, ordinateur formateur

**Méthodes mobilisées :** Exposé, étude de cas pratiques/débriefing, tests, mise en situation, jeux de rôle.

**Modalité d'évaluation :** Auto diagnostic, exercices, mise en situation.

**Mesure de la satisfaction :** Questionnaire de satisfaction.

**Assiduité :** Attestation individuelle de formation.

**Délais d'accès :** En moyenne 15 jours ouvrés avant le début de la formation.

**Modalités :** En présentiel

Formation individuelle ou en groupe de 8 personnes maximum

**Accessibilité :** Accès PMR, pour tout autre handicap.

Contactez notre référente, Caroline CREPY 06 - 22 - 94 - 26 -89.

**Lieu et Tarif : NOUS CONSULTER Contact :** Caroline CREPY [caroline.crepy@neuf.fr](mailto:caroline.crepy@neuf.fr) / 06-22-94-26-89



CT Conseil - Caroline Crepy Thevenet

3 rue de la Vinne 62170 Montcavrel - Tel : 06 22 94 26 89 - 01 34 22 10 57 - 03 61 85 52 76 / SIRET 47987408300021

« Déclaration d'activité d'organisme de formation enregistrée sous le numéro 11 95 048 13 95 auprès du préfet de région d'Ile de France (cet engagement ne vaut pas agrément de l'État (article L.6352-12 du code du travail) »