

MIEUX SE CONNAÎTRE POUR AMÉLIORER SES RELATIONS PERSONNELLES ET PROFESSIONNELLES

Développer une meilleure connaissance de soi et des autres pour favoriser ses relations.

L'Ennéagramme est un outil de connaissance de soi très puissant qui nous permet de redécouvrir les aspects les plus positifs de nous-mêmes, ceux qui peuvent être oubliés ou négligés, tout en confrontant nos zones d'ombre qui cohabitent en nous, sans que nous en soyons vraiment conscient-es. Il favorise une meilleure compréhension de soi et des enjeux relationnels que nous rencontrons dans la sphère privée et professionnelle.

C'est un moyen de révéler notre plein potentiel en acceptant nos défauts, nos faiblesses, ainsi que nos forces et nos qualités et ainsi d'améliorer nos relations personnelles et professionnelles.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, le-a stagiaire sera en capacité de :

- Apprivoiser son profil enneagramme et les 8 autres
- Acquérir des axes de développement personnel/professionnel (découvrir comment je peux sortir de mes conditionnements et ce qui peut me mettre en sécurité pour mieux collaborer)

PROGRAMME

- Origine de l'outil ? Ses fondements
- Les différents profils
- Les différents centres, sous-types
- Identifier son profil, son fonctionnement, ses atouts, ses conditionnements, ses représentations, ses croyances, ses émotions, ses fonctionnements managériaux
- Les différentes étapes possibles pour tendre vers ses voies de développement/ Les leviers d'action/ Les interactions entre les profils

MÉTHODE ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Outil de connaissance de soi : Ennéagramme

Apports théoriques et conceptuels

Support papier, vidéo, exercices entre les sessions en sollicitant ses proches pour un regard extérieur

ÉVALUATION

Évaluation tout au long de la formation au travers d'échanges et de questions visant à valider la pleine compréhension des concepts et enseignements transmis. Quiz.

Attestation de fin de formation



LAURENCE HUGOT

Professionnelle de l'accompagnement depuis plus de 15 ans et formée à des outils de connaissance de soi tel que l'Ennéagramme.



Individuel : à votre convenance.

Collectif : 18 janvier 2024



9h-17h



Centre Social du Chemillois

5 rue de la Gabardière
49120 Chemillé-en-Anjou



Individuel : 3 séances de 2h espacées de 2 semaines

Collectif : 1 jour (7h)

PUBLICS VISÉS

Toute personne désireuse d'améliorer ses relations personnelles et professionnelles.

PRÉ-REQUIS

Aucun

NOMBRE DE BÉNÉFICIAIRES

En individuel.

En collectif de 6 à 10 personnes.

COÛT

Particulier : 400€

Entreprise : 500€

DÉLAIS D'ACCÈS

3 semaines.