

# **APPROFONDISSEMENT DE L'ENNÉAGRAMME**

---

## PROGRAMME

*Cette formation est destinée à toute personne ayant déjà trouvé sa base au cours d'un stage de découverte de l'Ennéagramme et désireuse d'aller plus loin dans l'exploration de sa propre personnalité et dans la connaissance des autres types de personnalité.*

### **I. Objectifs**

- Approfondir la connaissance de soi pour s'accepter tel que l'on est
- Approfondir la connaissance des autres types de personnalité pour mieux les comprendre et les accepter tels qu'ils sont
- Améliorer ses relations en adaptant sa communication aux besoins de ses interlocuteurs
- Identifier les moyens d'évolution propres à son fonctionnement pour devenir plus libre et plus efficace dans son management

### **II. Méthode pédagogique**

A partir des apports de l'animateur, des exercices, de l'écoute des participants et des échanges entre eux, chacun est amené à découvrir par lui-même les comportements caractéristiques qui marquent sa vie quotidienne et les comportements qui les soutiennent.

Ces éclairages permettent à la fois de mieux comprendre nos richesses personnelles, nos talents, nos capacités, mais également de mieux cerner les limites de notre tempérament, ce qui nous fait souffrir et rend nos relations interpersonnelles parfois délicates.

A partir de ce constat, nous découvrons également des pistes d'amélioration pour apprendre à gérer ces limites, développer au mieux nos potentialités et nous investir plus librement dans nos choix de vie et nos activités professionnelles et bénévoles.

### **III. Programme**

- La hiérarchie des centres
- Approfondissement des différentes personnalités entre l'EGO et l'ESSENCE
- Les principaux mécanismes de défense des bases
- Les styles de communication propres à chaque base
- Les moyens d'évolution