

# LA CONNAISSANCE DE SOI ET DE L'AUTRE



## ENNEAGRAMME (NIVEAU 3)

### OBJECTIF :

Acquérir des outils spécifiques et les appliquer au quotidien pour comprendre et améliorer sa communication et son management.

### PUBLIC :

Cette formation s'adresse à tous ceux qui souhaitent s'apprendre et se comprendre, s'ouvrir aux autres dans le but de :

- S'adapter
- Mieux manager
- Harmoniser ses relations
- Désamorcer les conflits
- Travailler plus efficacement
- Comprendre les comportements de son entourage

APPLICATIONS : Management  
Cohésion d'équipe  
Relation clientèle  
Relation d'accompagnement  
Gestion des conflits

### PRE REQUIS :

Avoir suivi la formation niveau 1 et niveau 2

### METHODE

Pédagogie interactive avec alternance entre apports théoriques, exercices et réflexion personnelle

### DUREE : 2 jours

FORMATRICE : Françoise DELCROIX

### PROGRAMME DETAILLE

Accueil et présentation des participants

### Rappel sur les types

#### La découverte de soi

- Mes « trop »
- Les thèmes
- Déterminer son mode d'action et de réaction

#### La découverte des sous-types

- Mon instinct dominant
- Le sous type Survie
- Le sous type Tête à tête
- Le sous-type Social
- Moi et mon sous type
- Les centres et les sous types
- Les types et les sous types

#### La découverte de mon sous-type

- Où je me situe ?
- Evoluer avec son sous type
- L'utilisation des sous-types dans la vie professionnelle
- L'affirmation de soi, la peur, le contrôle
- Comment améliorer ma communication et mes relations humaines dans le respect de l'autre.