

## Atelier "Mieux se connaître et comprendre les autres : L'ennéagramme"

**Durée de l'atelier :** 3 Heures

**Lieu de l'atelier :** Mennecy ou intra-entreprise (Option)

**Compétences visées :** Reconnaître et comprendre le fonctionnement des différents types de personnalité, découvrir les motivations et les freins inconscients de ses actions et de ses réactions avec les autres, développer ses potentiels. Accéder à une meilleure connaissance de soi et des autres en vue d'adapter ses comportements et ses réactions.

**Public concerné :** Tout public

**Prérequis :** Aucun

**Effectif par session :** 4 à 12 participants maximum

**Type d'action de formation (art. L6313-1 du code du travail) :** Action d'adaptation et de développement des compétences des salariés

**Accessibilité des locaux et des formations aux personnes en situation de handicap :**

informations par téléphone au 06 75 98 07 63 ou par mail à la référente : [contact@3-adn.com](mailto:contact@3-adn.com)

**Moyens techniques et outils pédagogiques :**

Salle équipée écran LCD, paperboard et guide du stagiaire.

**Méthodes pédagogiques :** Exercices, jeux de rôle, mises en situation.

**Modalités de validation des acquis en stage :** réveils pédagogiques, entraînements, mises en situation.

**Validation de l'atelier :** Attestation de stage, feuilles d'émargement, quiz de validation de connaissance.

**Titre et qualité du formateur(e)** La personne chargée de l'atelier a au minimum 10 ans d'expérience en entreprise et une expérience en centre de formation.

Dates disponibles sur notre site ou nous consulter.  
Contact d'inscription et information : [contact@3-adn.com](mailto:contact@3-adn.com) ou 06 75 98 07 63

### Contenu de l'atelier détaillé

**Objectifs pédagogiques :**

- Reconnaître et comprendre le fonctionnement des différents types de personnalité.
- Découvrir les motivations et les freins inconscients de ses actions et de ses réactions avec les autres.
- Développer ses potentiels.
- Accéder à une meilleure connaissance de soi et des autres en vue d'adapter ses comportements et ses réactions.

### Contenu pédagogique

#### Les 9 bases de l'ennéagramme - Identifier les fondements de sa personnalité

Présentation de l'ennéagramme, les fondements de la personnalité, analyser les comportements visibles, repérer les habitudes, faire le point sur l'animation réelle, analyser les premières réactions face au stress, associer les valeurs correspondant aux types de personnalités, reconnaître les limites et le défaut radical de chaque type, la dynamique de l'ennéagramme.

#### Les comportements & la communication

Repérer ses comportements et ses habitudes, reconnaître les limites de chaque type et les premières réactions face au stress ou aux situations relationnelles difficiles dans le travail.

#### Les profils professionnels

Présentation des profils professionnels et intégrer les notions d'évolution.

#### Reconnaître les types de personnalités de ses interlocuteurs en vue d'adapter sa communication

Reconnaître l'évolution de son propre type afin d'accéder à un mieux-être personnel, une reconnaissance de soi et de l'autre.

**Prix :**

**700 €/** Groupe de 4 à 12 participants maximum

**80 €/** Individuel