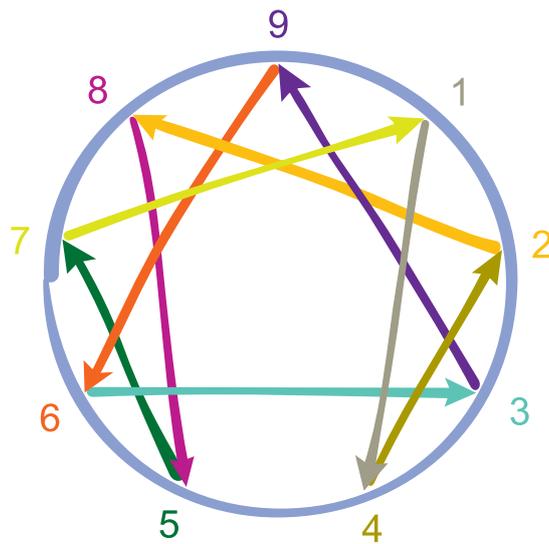


FORMATION ENNÉAGRAMME

CYCLE 1



Acquérir des repères sur la personnalité et des clés pour mieux gérer les situations difficiles.

Méthode pédagogique :
Ennéagramme et Tradition Orale ©



Mise à jour : septembre 2021



MANAGER
autrement

01 46 43 06 92
www.enneagramme.net
contact@cee-enneagramme.eu
11 rue Jacques Dulud, 92200 Neuilly-sur-Seine

Manager Autrement est une SARL créée en 1995. Le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE) est la marque principale de cette société. Pour faciliter la lecture pour le public qui connaît davantage la marque CEE que le nom de la société, nous avons choisi, dans ce document, d'utiliser le mot CEE / Manager Autrement pour évoquer l'entreprise Manager Autrement.

CEE /Manager Autrement propose un parcours de formation Ennéagramme complet qui débute par un Cycle 1 composé de cinq modules de formation de 2 jours pour un total de 70 heures de formation :

. **Modules 1 et 2 Certifiant** : «Acquérir des repères sur sa personnalité et valoriser son potentiel professionnel avec l'Ennéagramme». . Cette Certification est composée de deux stages de deux jours soit 28h de formation.

. **Modules 3, 4 et 5** sont des modules indépendants et complémentaires pour aller plus loin dans la découverte de l'Ennéagramme. Trois stages de deux jours soit 42 heures de formation

L'Ennéagramme est un outil qui donne des repères sur la personnalité à partir de neuf structures de caractère. Notre méthode pédagogique spécifique au CEE/Manager Autrement est une marque déposée :

Ennéagramme et Tradition Orale ©

Public

- Professionnels des Ressources Humaines et de l'accompagnement
- Cadres et dirigeants, enseignants...
- Manager, responsables de projet...
- Professionnels de santé
- Ainsi que toute personne désireuse d'acquérir des repères sur la personnalité pour mieux se connaître et comprendre les autres, améliorer sa communication, valoriser son potentiel.

Admission et Pré-requis

- Aucun niveau de formation exigé
- Remplir toutes les données du bulletin d'inscription sur : <http://cee-enneagramme.eu/agenda-formation-cee/>

Objectifs pédagogiques

- Acquérir des repères sur sa personnalité
- Connaître ses ressources et motivations
- Repérer ses points faibles et pouvoir les canaliser
- Mieux gérer ses émotions et son stress
- Mieux s'adapter à son interlocuteur et identifier de nouvelles formes de communication
- Mieux mettre en valeur les compétences de ses collaborateurs
- Utiliser l'Ennéagramme dans son travail au quotidien

Moyens pédagogiques

- Exposés
- Etudes de cas pratiques
- Mises en situation réelle

Modalités d'évaluation

- Contrôle continu - participation active
- Soutenance orale
- Test écrit

Durée et modalités d'organisation

- Chaque module est proposé soit en présentiel soit en visio-conférence
- Présentiel de 2 jours par module, soit d'une durée totale de 14 heures.
- Visio-conférence : 2 jours et demi par module soit une durée totale de 15 heures
- Effectifs : de 10 à 30 personnes en moyenne

Lieu de formation

- Les formations se déroulent à Paris, principalement dans le 6ème arrondissement.
- L'adresse est transmise après l'inscription lors de l'envoi de la convocation.

Handicap



- Pour les personnes en situation de handicap : des aménagements spécifiques sont mises en place en accord avec les personnes concernées et suivants les besoins.
- Chaque cas particulier est étudié avant le début de la formation.

Contactez la référente handicap Stéphanie Bergerault : stephanie@enneagramme.net

- Le CEE met tout en œuvre pour permettre à chacun suivre correctement chaque stage et de valider ses compétences dans de bonnes conditions.

Equipe de suivi pédagogique - Cycle 1



Eric Salmon

Directeur de la formation CEE
Membre du jury de Certification
Formateur sur Paris et entreprise
Accompagne les partenaires en région ou à l'étranger

Marisa Da Costa Rebelo

Directrice de programme du Cycle 1
Membre du jury de Certification
Certifiée au CEE depuis 2014
Formatrice au CEE stage sur Paris ou en entreprise



Stéphanie Bergerault

Responsable de la formation au CEE et des Certifications Cycle 1
Membre du jury de Certification
Responsable de Gestion Administrative au CEE depuis 2016
Certifiée Ennéagramme

Formateurs et partenaires du CEE



Xavier Mounier

Formé et Certifié Ennéagramme par le CEE depuis 2015
Superviseur et formateur pour le CEE des stages sur Paris ou en Entreprise Epitech - HEAD - CJD et autres
Partenaire du CEE en région : Ile de Ré



Barbar Watiez

Diplômée et Certifiée Ennéagramme par le CEE depuis 2019
Certifiée Coach en 2020
Superviseur et Formateur pour le CEE
Partenaire du CEE en région Toulouse



Maïté Toussaint

Diplômée et Certifiée Ennéagramme par le CEE depuis 2020
Superviseur et formateur pour le CEE
Partenaire du CEE en région Mulhouse



Perrine Malaud Wakim

Diplômée et Certifiée Ennéagramme par le CEE depuis 2018
Certifié en CNV
Formateur pour le CEE et en Entreprises
Partenaire du CEE au Liban

Retrouvez tous les partenaires du CEE sur le site internet
<https://cee-enneagramme.eu/>

Acquérir des repères sur la personnalité

Mieux se connaître avec l'Ennéagramme

Module 1

Objectifs

- Définir sa personnalité dominante
- Acquérir des repères sur sa propre personnalité et celle des autres
- Définir et accepter d'autres perspectives de la réalité que sa position dominante
- Différencier les autres profils de personnalité
- Evaluer les ressources/compétences des différents profils

Compétences délivrées

- Analyser sa personnalité par des exercices concrets de mise en situation
- Se situer dans l'un des neuf profils Ennéagramme
- Connaître la direction de l'attention, les ressources et points faibles de chaque profil Ennéagramme
- Être capable de donner trois caractéristiques de chacun des neuf profils
- Identifier les limites de son profil dominant et nommer le côté excessif de ce point de vue
- Savoir quelle attitude éviter face à chacun des profils

Moyens Pédagogiques

- Exposés
- Travail à la vidéo
- Exercices interactifs
- mises en situation
- cas pratiques

Evaluations

- Contrôle continu
- Test écrit d'évaluation

Contenu de la formation - 2 jours

1er Jour :

Approfondir la connaissance de soi

- o Situer ses particularités à l'aide d'exercices individuels et interactifs
- o Faire le point : questionnaire d'auto-évaluation
- o Distinguer les points forts/points faibles de son caractère

Acquérir des repères sur la personnalité

- o Motivation réelle de son comportement préféré
- o Présentation de témoignages vécus sur vidéo
- o Étude de sa résistance au changement/capacités d'adaptation

Analyser son comportement aujourd'hui

- o Préalable : comment être objectif sur mes qualités relationnelles
- o Reconnaître l'homogénéité de ses traits de caractère
- o Savoir utiliser ses points forts sans devenir excessif
- o Reconnaître la personnalité des autres, au delà de leurs masques
- o Importance du non-jugement

2ème Jour :

Description des neuf profils de personnalité

- o Description de l'attitude générale
- o Habitudes, mots-clé, gestuel, qualité de présence, tempo
- o Identifier un proche de chaque profil
- o Lister les erreurs à ne pas commettre
- o Nommer les clés du lien, les valeurs de ces profils

Evaluations des compétences Module 1

Contrôle continu réalisé par le formateur

- Participation active du stagiaire lors des exercices
- L'interaction avec le groupe : posture du stagiaire - questionnement adapté
- Application pratiques des connaissances acquises

Test écrit à réaliser en fin de formation

- Restitution des connaissances
- Identifier les applications professionnelles

Améliorer sa dynamique relationnelle et valoriser son potentiel

Module 2

Objectifs

- Identifier les compétences particulières et les limites de sa structure de caractère dominante
- Acquérir des outils pour mieux gérer ses relations
- Identifier les compétences particulières de chaque profil
- Recenser les solutions possibles pour mieux gérer ses relations
- Demeurer le plus objectif possible en toute situation
- Identifier les moyens de mises en application

Compétences délivrées

Identifier la **dynamique de sa personnalité**, ainsi que deux comportements secondaires afin de diminuer les aspects négatifs de son schéma dominant

Acquérir des repères pour mieux s'adapter à chacun des neuf profils

Recenser des relations difficiles et/ou problématiques à autrui

Trouver des solutions pour faire face à la situation

Moyens Pédagogiques

- Exposés
- Travail par groupes de même profil
- Panels
- Exercices interactifs
- mises en situation
- cas pratiques

Evaluations

- Soutenance orale
- Contrôle continu
- Test écrit d'évaluation

Contenu de la formation - 2 jours

1er Jour :

Attentes et liste des cas pratiques de chaque participant
Dans la vie quotidienne, lister les difficultés rencontrées avec chacun des neuf profils
Approfondir les motivations inconscientes de chaque profil
Trouver les bonnes attitudes correspondantes

Panels des types 3, 6, 9, 1 - Chaque panel = 1h00

- Rappels des caractéristiques principales
- Le mode de relation spécifique à ce profil : quel comportement adopter
- Mode d'apprentissage préféré de ce profil
- Questions des participants aux représentants de ce profil
- Résolution de cas pratiques

2ème Jour : Panels des types types 4, 2, 8, 5, 7 - Chaque panel = 1h00

- Rappels des caractéristiques principales
- Le mode de relation spécifique à ce profil : quel comportement adopter
- Mode d'apprentissage préféré de ce profil
- Questions des participants aux représentants de ce profil
- Résolution de cas pratiques des collaborateurs/clients des participants
- Synthèse et conclusion

Evaluations des compétences Module 2

Soutenance orale et contrôle continu évalués par le formateur

- Définir ses ressources et compétences
- Citer des exemples concrets de situations rencontrées
- Identifier des moyens de mise en application

Test écrit à réaliser en fin de formation

- Restitution des connaissances
- Identifier les applications professionnelles

Sous-types et chemins de progression

Module 3

Objectifs	Compétences délivrées	Moyens Pédagogiques
<ul style="list-style-type: none">• Découvrir son sous-type• Identifier ses comportements excessifs• Identifier les déclencheurs de sa réactivité• Remettre en question ses schémas de pensée et ses croyances• Définir un plan d'action	<ul style="list-style-type: none">• Définir et repérer vos comportements excessifs qui freinent votre efficacité et votre dynamique relationnelle• Identifier les compétences des sous-types• Acquérir des techniques pour mieux gérer les relations• Définir des axes de progression pour soi et éviter vos comportements excessifs	<ul style="list-style-type: none">• Exposés• Travaux en binômes et en sous-groupes• Exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
		<h3>Evaluations</h3> <ul style="list-style-type: none">• Contrôle continu• Test écrit d'évaluation

Contenu de la formation - 2 jours

- 1er Jour :** Prise en compte des cas pratiques de chaque participant.
Présentation des sous-types : connaître les interactions entre intelligence mentale, l'intelligence émotionnelle et le comportement.
- Découvrir son sous-type dominant et déterminer ses points forts et points faibles
 - Connaître les déclencheurs de la réactivité
 - Identifier les comportements excessifs et les compensations
 - Cas pratiques sur des situations quotidiennes
 - Particularités du sous-type social
- 2ème Jour :** Présentation des 27 profils
Analyse de la motivation de chacun
Application concrète sur les personnalités difficiles des collaborateurs/clients des participants
- Plan d'action : comment mettre en place de nouvelles compétences dans sa vie professionnelle
- Liste des moyens/techniques de développement appropriées à chacun
Application concrète sur les personnalités difficiles des collaborateurs/clients des participants
- Commencer à utiliser le système dans votre vie professionnelle
 - Définir des techniques et des approches adaptées aux profils des personnes coachées.

Evaluations des compétences Module 3

Contrôle continu évalués par le formateur

- Identifier son mécanisme comportemental dominant
- Citer des exemples concrets de situations rencontrées
- Identifier des moyens de mise en application

Test écrit à réaliser en fin de formation

- Restitution des connaissances
- Identifier les applications professionnelles

Mieux gérer ses émotions et mieux faire face aux personnalités difficiles

Module 4

Objectifs

- Définir les différentes émotions
- Analyser sa capacité à se réajuster dans des situations difficiles
- Définir les étapes de la résistance au changement : Courbe de Kübler
- Identifier le fonctionnement des mécanismes de défense
- Acquérir des outils pour mieux canaliser ses émotions et mieux gérer celles des autres

Compétences délivrées

- Définir le fonctionnement des différentes émotions
- Définir votre mécanisme de défense principal et votre mode de résistance au changement récurrent qui parasitent votre objectivité
- Identifier les neuf modes de résistance au changement afin de repérer les comportements limitants qui génèrent des émotions
- Définir des moyens pour améliorer sa gestion des émotions et celle des autres

Moyens Pédagogiques

- Exposés
- Travaux en binômes et en sous-groupes
- Exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
- Panels

Evaluations

- Soutenance orale
- Contrôle continu
- Test écrit d'évaluation

Contenu de la formation - 2 jours

1er Jour :

- Attentes et liste des cas pratiques de chaque participant
- Exposé sur la résistance au changement (théorie Kübler-Ross) : analyse des phases de déni, de colère, de négociation.
- Étude de son mode de résistance principal : comment chacun se ferme à d'autres modes de fonctionnement
- Mise en correspondance entre les neuf profils et les modes de résistance
- Liste des polarités de chacun des neuf profils
- Travaux pratiques sur polarités et résistances

2ème Jour :

- Analyse du pouvoir, de la domination et du contrôle que chaque profil tend à exercer sur les autres
- Corrélations avec le travail de la veille sur polarités et résistances
- Présentation des mécanismes de défense
- Analyse des bénéfices secondaires pour chaque profil
- Plan d'action individuel axé sur le renoncement à certaines attitudes et la mise en place de nouvelles

Evaluations des compétences Module 4

Soutenance orale et contrôle continu évalués par le formateur

- Identifier ses émotions aversives et leur impact
- Citer des situations de défense et identifier son mode de résistance
- Comprendre les différentes étapes de la résistance au changement
- Identifier des moyens de mise en application

Test écrit à réaliser en fin de formation

- Restitution des connaissances
- Identifier les applications professionnelles

Mieux prévenir les conflits

Module 5

Objectifs

- Identifier les compétences particulières et les limites de son comportement instinctif
- Définir des schémas de comportements conflictuels
- Acquérir des outils pour mieux gérer ses relations
- Elaborer des solutions pour mieux prévenir un conflit pour chaque structure de caractère

Compétences délivrées

- Analyser des comportements et des réactions spécifiques : les causes et les éléments déclencheurs
- Identifier la dynamique relationnelle des trois sous-types
- Définir les enjeux d'une relation / d'un conflit
- Proposer un plan d'action visant à développer de nouvelles compétences relationnelles et des solutions pour éviter un conflit
- Identifier la façon appropriée de s'exprimer dans des situations difficiles, en fonction du profil dominant de l'interlocuteur, afin de limiter la procrastination et d'oser plus d'assertivité face aux fortes personnalités

Moyens Pédagogiques

- Exposés
- Travail en groupes du même profil, panels
- Mises en situation, étude des cas concrets des participants

Evaluations

- Soutenance orale
- Contrôle continu
- Test écrit d'évaluation

Contenu de la formation - 2 jours

1er Jour :

- Analyser des comportements et des réactions spécifiques de personnes lors de liens professionnels, en rechercher les causes et les éléments déclencheurs
- Dans la vie quotidienne, nommer ses atouts dans les situations de survie - tête-à-tête - social
- Recherche du comportement préféré
- Étude des difficultés rencontrées avec des représentants des deux autres champs
- Comment définir une personnalité difficile pour soi
- Lister les pièges à éviter

2ème Jour :

- Choisir trois expériences professionnelles conflictuelles ou non satisfaisantes vécues, analyser les causes et les éléments déclencheurs ainsi que ses propres émotions et réactions
- Exercices par groupes du même profil dominant
- Cas pratiques
- Travail sur l'écoute
- Résolution de situations d'évitement
- Travail sur l'entrée en relation et sur la conclusion de la relation
- Cas pratique : mieux gérer une personnalité difficile pour soi : choisir dans le groupe un représentant du profil concerné
- Lister les pièges à éviter

Evaluations des compétences Module 5

Soutenance orale et contrôle continu évalués par le formateur

- Identifier des situations de conflit et des solutions pour les éviter
- Définir la dynamique relationnelle des sous-types
- Définir les enjeux d'un conflit pour les neuf profils
- Identifier des moyens de mise en application

Test écrit à réaliser en fin de formation

- Restitution des connaissances
- Identifier les applications professionnelles