

# Module 1 Ennéagramme : Les 9 profils de personnalité

## Objectif professionnel

- Mieux réguler ses comportements dans son environnement professionnel

## Objectifs opérationnels et évaluables de développement de compétences

- Discerner les 9 grands profils de personnalité
- Identifier les aptitudes comportementales et les limites de son mode de fonctionnement
- Définir des axes de progression à mettre en œuvre dans sa vie professionnelle

### Public visé :

Dirigeant managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi

### Prérequis :

### Durée & lieu de réalisation :

Durée : deux jours consécutifs, soit 16 heures ou 3 jours en visio, soit 16h

Lieu : voir la convocation

## Modalités de déroulement, suivi et sanction

- Modalité pédagogique : présentiel
- Méthodes pédagogiques : apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes, exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques, visionnage de témoignages vidéos, brainstorming
- Moyens matériels : salle adaptée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard et espaces d'affichage; fourni par le prestataire  
Matériel créatif, livret papier distribué au stagiaire au début de la formation.
- Moyens humains : Marisa DA COSTA REBELO, formatrice certifiée par le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE)
- Sanction : certificat de réalisation
- Suivi de l'exécution de l'action de formation : réalisé au moyen de feuilles d'émarginements, co-signées par les stagiaires et l'intervenant.

## Modalités et délais d'accès

- En amont de la contractualisation, inscription via le formulaire de notre site (le client peut s'inscrire jusqu'à 48h avant la date de début de la formation)
- Une confirmation d'inscription adressée au client par mail avec les documents nécessaires (devis, convention de formation, contrat, convocation...)

## Modalités d'évaluation

- Les stagiaires sont évalués à la fin de la formation : mises en situation et QCM qui permettent au formateur de remplir une validation des compétences.

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

# Module 1 Ennéagramme : Les 9 profils de personnalité

## Contenu

### 1er Jour

#### Présentation de l'outil

- o L'Ennéagramme : définition, origines, intérêts & limites
- o Présentation des 9 profils de personnalités avec leurs valeurs associées

#### Travail de réflexion en sous-groupe sur

- o Ses modes de fonctionnement, ses forces et ses limites
- o L'image renvoyée aux autres
- o Les motivations réelles de son mode de fonctionnement

#### Décomposition des 9 profils

- o Témoignages vidéos
- o Travail collectif sur les qualités et travers de chaque profil
- o Les 9 motivations inconscientes

### 2ème Jour

#### Fonctionnement de l'outil

- o Les trois centres d'intelligence
- o Réaction de chaque profil en situation de stress et de sécurité
- o Déontologie

#### Approfondissement de la connaissance des autres

- o Témoignages vidéos
- o Similitudes et différences comportementales des profils
- o Chemin de progression pour chaque profil
- o Les 9 focalisations de l'attention

#### Bilan sur sa personnalité dominante

- o Comparaison, analyse et classification des profils restants
- o Axes de progression par rapport à sa personnalité dominante

## Module 2 Ennéagramme : Les dynamiques relationnelles

### Objectif professionnel

- Mieux communiquer avec ses interlocuteurs professionnels

### Objectifs opérationnels et évaluables de développement de compétences

- Comparer les différents profils de personnalités pour mieux comprendre son interlocuteur
- Reconnaître les attentes de son interlocuteur dans le cadre de la relation professionnelle
- Définir de nouveaux modes d'interaction à mettre en œuvre dans les relations conflictuelles

### Public visé :

Dirigeant managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi

**Prérequis :** Avoir participé au M1

### Durée & lieu de réalisation :

Durée : deux jours consécutifs, soit 16 heures ou 3 jours en visio, soit 16h

Lieu : voir la convocation

### Modalités de déroulement, suivi et sanction

- Modalité pédagogique : présentiel
- Méthodes pédagogiques : apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes, exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
- Moyens matériels : salle adaptée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard et espaces d'affichage; fourni par le prestataire  
Matériel créatif, livret papier distribué au stagiaire au début de la formation.
- Moyens humains : Marisa DA COSTA REBELO, formatrice certifiée par le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE)
- Sanction : certificat de réalisation
- Suivi de l'exécution de l'action de formation : réalisé au moyen de feuilles d'émarginements, co-signées par les stagiaires et l'intervenant.

### Modalités et délais d'accès

- En amont de la contractualisation, inscription via le formulaire de notre site (le client peut s'inscrire jusqu'à 48h avant la date de début de la formation)
- Une confirmation d'inscription adressée au client par mail avec les documents nécessaires (devis, convention de formation, contrat, convocation...)

### Modalités d'évaluation

- Les stagiaires sont évalués à la fin de la formation : mises en situation et QCM qui permettent au formateur de remplir une validation des compétences.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

## Module 2 Ennéagramme : Les dynamiques relationnelles

### Contenu

#### 1er Jour

##### Travail de réflexion avec les participants du même profil que soi

- o Identification de ses réactivités avec des exemples concrets et réels
- o Détection de ses projections positives et négatives à l'égard des profils

##### Panels (groupe de personnes du même profil de personnalité)

- o Passage de cinq panels
- o Témoignages et questionnement du public
- o Approfondissement de chaque profil sur ses attentes dans la relation, ses motivations, son style de communication

#### 2ème Jour

##### Panels (groupe de personnes du même profil de personnalité)

- o Passage de quatre panels
- o Témoignages et questionnement du public
- o Approfondissement de chaque profil sur ses attentes dans la relation, ses motivations, son style de communication

##### Approfondir selon ses besoins

- o Echange avec une personne d'un profil de son choix autour de ses besoins et attentes dans la relation en vue d'améliorer sa capacité à interagir avec ce profil

## Module 3 Ennéagramme : Sous-types et axes de progression

### Objectif professionnel

- Mettre en œuvre de nouvelles façons d'agir et d'interagir

### Objectifs opérationnels et évaluables de développement de compétences

A l'issue de l'action de formation, les stagiaires seront capables de :

- Différencier les préoccupations principales de chaque sous-type
- Repérer ses comportements excessifs qui freinent l'efficacité et la dynamique relationnelle
- Construire un plan d'actions pour développer les aptitudes de son ou ses sous-type(s) les moins exploités

### Public visé :

Dirigeant managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi

**Prérequis :** Avoir participé au M1 et au M2

### Durée & lieu de réalisation :

Durée : deux jours consécutifs, soit 16 heures ou 3 jours en visio, soit 16h.

Lieu : voir la convocation

### Modalités de déroulement, suivi et sanction

- Modalité pédagogique : présentiel
- Méthodes pédagogiques : apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes, exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
- Moyens matériels : salle adaptée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard et espaces d'affichage ; fourni par le prestataire Matériel créatif, livret papier distribué au stagiaire au début de la formation.
- Moyens humains : Marisa DA COSTA REBELO, formatrice certifiée par le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE)
- Sanction : certificat de réalisation
- Suivi de l'exécution de l'action de formation : réalisé au moyen de feuilles d'émargements, co-signées par les stagiaires et l'intervenant.

### Modalités et délais d'accès

- En amont de la contractualisation, inscription via le formulaire de notre site (le client peut s'inscrire jusqu'à 48h avant la date de début de la formation)
- Une confirmation d'inscription adressée au client par mail avec les documents nécessaires (devis, convention de formation, contrat, convocation...)

### Modalités d'évaluation

- Les stagiaires sont évalués à la fin de la formation : mises en situation et QCM qui permettent au formateur de remplir une validation des compétences.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

## Module 3 Ennéagramme : Sous-types et axes de progression

### Contenu

#### 1er Jour

- o Présentation du concept de "sous-type"
- o Présentation des caractéristiques de chaque sous-type avec travail de réflexion collectif
- o Comportements excessifs et aptitudes des sous-types de trois profils, témoignages des personnes concernées

#### 2ème Jour

- o Comportements excessifs et aptitudes des sous-types de six profils, témoignages des personnes concernées
- o Construction d'un plan d'action individuel pour équilibrer ses trois sous-types

## Module 4 Ennéagramme : Les émotions

### Objectif professionnel

- Mieux réguler ses émotions dans sa vie professionnelle

### Objectifs opérationnels et évaluables de développement de compétences

A l'issue de l'action de formation, les stagiaires seront capables de :

- Identifier leur mécanisme de défense principal qui provoque des résistances au changement
- Reconnaître le fonctionnement de leurs différentes émotions
- Développer leur capacité à réguler leurs émotions

#### Public visé :

Dirigeant managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi

**Prérequis :** Avoir participé au M1, M2 et M3

#### Durée & lieu de réalisation :

Durée : deux jours consécutifs, soit 16 heures ou 3 jours en visio, soit 16h.

Lieu : voir la convocation

### Modalités de déroulement, suivi et sanction

- Modalité pédagogique : présentiel
- Méthodes pédagogiques : apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes, exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
- Moyens matériels : salle adaptée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard et espaces d'affichage ; fourni par le prestataire Matériel créatif, livret papier distribué au stagiaire au début de la formation.
- Moyens humains : Marisa DA COSTA REBELO, formatrice certifiée par le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE)
- Sanction : certificat de réalisation
- Suivi de l'exécution de l'action de formation : réalisé au moyen de feuilles d'émarginements, co-signées par les stagiaires et l'intervenant.

### Modalités et délais d'accès

- En amont de la contractualisation, inscription via le formulaire de notre site (le client peut s'inscrire jusqu'à 48h avant la date de début de la formation)
- Une confirmation d'inscription adressée au client par mail avec les documents nécessaires (devis, convention de formation, contrat, convocation...)

### Modalités d'évaluation

- Les stagiaires sont évalués à la fin de la formation : mises en situation et QCM qui permettent au formateur de remplir une validation des compétences.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

## Module 4 Ennéagramme : Les émotions

### Contenu

#### 1er Jour

- o Exposé et exercices sur les émotions en lien avec les 9 profils
- o Exposé et exercices sur la résistance au changement : théorie Kübler-Ross
- o Présentation des 9 mécanismes de défense
- o Travail de réflexion avec les participants du même profil sur leur mécanisme de défense
- o Travaux pratiques en sous-groupes sur les polarités génératrices de stress pour chaque profil
- o Panels (groupe de personnes du même profil de personnalité) :
  - Passage de trois panels
  - Témoignages et questionnement du public
  - Approfondissement de chaque profil en sous-groupe sur sa résistance au changement et la gestion de ses émotions

#### 2ème Jour

- o Panels (groupe de personnes du même profil de personnalité) :
  - Passage de six panels
  - Témoignages et questionnement du public
  - Approfondissement de chaque profil en sous-groupe sur sa résistance au changement et la gestion de ses émotions
- o Travaux pratiques en sous-groupes de même profil sur les mécanismes de défense, la résistance au changement et la voie de développement

### Modalités d'évaluation

- Évaluations formatives réalisées tout au long de la formation complétées par un questionnaire écrit en fin de parcours pédagogique.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

## Module 5 Ennéagramme : Les dynamiques relationnelles-sous types

### Objectif professionnel

- Mieux communiquer avec ses interlocuteurs professionnels grâce aux sous types

### Objectifs opérationnels et évaluables de développement de compétences

A l'issue de l'action de formation, les stagiaires seront capables de :

- Comparer les différents sous-types de personnalités pour mieux comprendre son interlocuteur
- Reconnaître les attentes de son interlocuteur dans le cadre de la relation professionnelle
- Définir de nouveaux modes d'interaction à mettre en œuvre dans les relations conflictuelles

### Public visé :

Dirigeant managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi

**Prérequis :** Avoir participé au M1, M2, M3 et M4

### Durée & lieu de réalisation :

Durée : deux jours consécutifs, soit 16 heures ou 3 jours en visio, soit 16h.

Lieu : voir la convocation

### Modalités de déroulement, suivi et sanction

- Modalité pédagogique : présentiel
- Méthodes pédagogiques : apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes, exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques
- Moyens matériels : salle adaptée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard et espaces d'affichage ; fourni par le prestataire  
Matériel créatif, livret papier distribué au stagiaire au début de la formation.
- Moyens humains : Marisa DA COSTA REBELO, formatrice certifiée par le Centre d'Études de l'Ennéagramme (CEE)
- Sanction : certificat de réalisation
- Suivi de l'exécution de l'action de formation : réalisé au moyen de feuilles d'émarginements, co-signées par les stagiaires et l'intervenant.

### Modalités et délais d'accès

- En amont de la contractualisation, inscription via le formulaire de notre site (le client peut s'inscrire jusqu'à 48h avant la date de début de la formation)
- Une confirmation d'inscription adressée au client par mail avec les documents nécessaires (devis, convention de formation, contrat, convocation...)

### Modalités d'évaluation

- Les stagiaires sont évalués à la fin de la formation : mises en situation et QCM qui permettent au formateur de remplir une validation des compétences.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D. 5211-1 et suivants du code du travail), MDC Congruence peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers de personnes en situation de handicap : décider des adaptations nécessaires (durée, rythme, méthodes, supports pédagogiques...).

# Module 5 Ennéagramme : Les dynamiques relationnelles-sous types

## Contenu

### 1er Jour

#### Travail de réflexion avec les participants du même sous-type que soi

- o Identification de ses réactivités avec des exemples concrets et réels
- o Détection de ses projections positives et négatives à l'égard des sous-types

#### Panels (groupe de personnes du même sous-type de personnalité)

- o Passage de cinq panels
- o Témoignages et questionnement du public
- o Approfondissement de chaque sous-type sur ses attentes dans la relation, ses motivations, son style de communication

### 2ème Jour

#### Panels (groupe de personnes du même sous-type de personnalité)

- o Passage de quatre panels
- o Témoignages et questionnement du public
- o Approfondissement de chaque profil sur ses attentes dans la relation, ses motivations, son style de communication

#### Approfondir selon ses besoins

- o Échanges avec une personne d'un profil et sous-type de son choix autour de ses besoins et attentes dans la relation en vue d'améliorer sa capacité à interagir avec ce profil