Programme de formation

7 journées de stage en présentiel

Approfondir ses compétences relationnelles dans son métier à l'heure de l'IA : l'ennéagramme des personnalités

PRÉREQUIS

Être disposé à un travail sur soi en développement personnel.

PUBLIC

Toute personne exerçant une activité professionnelle avec la relation au cœur : Soignants, Thérapeutes, Coachs, Managers, RH, Entrepreneurs…

DATES

11 et 12 décembre 2026 (14h)
6 et 7 février 2027 (14h)
12 mars (7h)
9 avril (7h)
21 mai (7h)

DURÉE

7 journées de 7 heures
1 accompagnement individualisé lors d'un entretien visio d'une heure

HANDICAP

Merci de contacter Isabelle Russier, irussier@aptifind.com pour aménager la formation et répondre au besoin de chaque personne concernée en termes d'accessibilité et de compensation du handicap.

TARIF

Financement individuel

1500 € TTC (1250 HT)

« Early bird », inscription avant le 31/10/2026, 1300 € TTC

Financement Entreprises, EI, OPCO

1800 € TTC (1500 HT)

« Early bird », inscription avant le 31/10/2026, 1560 € TTC

DESCRIPTION

Plus qu'une grille de lecture, l'Ennéagramme des personnalités est une approche humaniste et ancestrale qui vise à faire progresser la compréhension entre les êtres humains.
La formation que nous proposons est construite comme une aventure en trois étapes qui à la fois se suivent et s'entremêlent : me connaître plus en profondeur, mieux comprendre l'autre et fluidifier mes relations.
Elle offrira une nouvelle corde à l'arc de ceux qui veulent continuer à faire progresser leurs compétences relationnelles.
L'acquisition de nouveaux repères sur ses propres mécanismes de fonctionnement et la mise en place d'un mode d'observation intérieur offriront aux professionnels une présence plus ajustée. Les relations n'en seront que plus constructives. En miroir, puisque tout est systémique dans les relations, les autres pourront y trouver enrichissement et apaisement.

OBJECTIFS - COMPÉTENCES VISÉES

1. **Avoir une meilleure conscience de ce qui se joue en moi dans les relations professionnelles :**
   - Identifier ce dont j'ai besoin, mes ressources, mes points d'appui
   - Nommer ce qui me heurte, mes blessures, mes valeurs
   - Observer et ajuster mes mécanismes de fonctionnement
   - Faire la part des choses sur ce qui est de ma responsabilité ou non
   - Partager mes ressentis, ma vérité du moment, libérer ma parole
   - Faire des choix conscients et alignés avec qui je suis

Bénéfices : des clés pour faire baisser les tensions internes

2. **Avoir une compréhension plus fine de la différence de l'autre :**
   - Reconnaitre les 9 visions du monde de chaque profil
   - Écouter vraiment et activement, ce qu'il me dit et ce qu'il ne me dit pas
   - Faire un effet miroir
   - L'accompagner dans une meilleure compréhension de lui-même

Bénéfices : une plus grande empathie dans l'accompagnement ou le management

3. **Avoir une capacité accrue à la collaboration et à la co-construction**
   - Identifier quelle attitude adopter lors de relations « difficiles »
   - Accueillir la critique et construire sur cette base
   - Aborder les désaccords
   - Oser la confrontation conflictuelle pour la rendre constructive
   - Passer de l'altérité à 2 pour l'étendre au groupe : partages ouverts

Bénéfices : une plus grande fluidité dans les relations

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Séances de formation en présentiel et en groupe limité à 12 participants avec 2 formateurs

- Exposés théoriques (paper board et vidéo)
- Exercices et ateliers interactifs, travail en binôme, en sous-groupes, cas pratiques
- Travail préparatoire envoyé aux participants 10 jours avant la formation (asynchrone) : questionnaire d'autoévaluation et d'évaluation par des personnes choisies de leur entourage
- Un week-end (14h) de panels au sein d'un groupe de 30 à 45 personnes pour s'enrichir de témoignages vivants
- Un suivi individualisé dans la mise en pratique professionnelle avec un entretien individuel d'1H en visio
- Des travaux en autonomie en binômes ou trinômes entre les sessions

CONTENU ET DEROULE PEDAGOGIQUE (PROGRAMME)

Jours 1 et 2 : Mieux se connaitre, comprendre l'autre et adapter sa communication

- **Approfondir la connaissance de soi (Jour1 - Matinée)**
  - Situer ses particularités à l'aide d'exercices individuels et interactifs
  - Faire le point sur le travail préparatoire
  - Distinguer les points d'appui / points d'amélioration de son profil
- **Acquérir des repères sur la personnalité avec l'Ennéagramme (Jour1 – Après midi)**
  - Faire la distinction entre motivation profonde et comportement observable
  - Présentation de témoignages vécus par vidéo
  - Étude de sa résistance au changement / capacités d'adaptation
- **Analyser son comportement aujourd'hui (Jour2 - Matinée)**
  - Identifier ses ressources et talents
  - Savoir utiliser ses points forts
  - Élaborer un plan d'évolution et de développement
- **Description des neuf profils de personnalité de l'ennéagramme (Jour2 – Après midi)**
  - Description de l'attitude générale
  - Habitudes, comportements observables, mots-clés, gestuelle, tempo
  - Nommer les valeurs de ces profils

Jours 3 et 4 (week-end de panels) : Dynamique de la personnalité et mécanismes d'interaction

- **Témoignages par panels des 9 types avec échanges et questions des participants**
  - Jour3 Matin : Panels Types 1 - 4
  - Jour3 après midi : Panels Types 2 - 8
  - Jour4 Matin : Panels Types 5 - 7 - 9
  - Jour5 après midi : Panels Types 6 - 3

Chacun des témoignages inclus :

- *Rappel des compétences et talents de chaque profil*
- *Approfondissement des motivations réflexes inconscientes de chaque type*
- *Les difficultés rencontrées par chacun des neuf profils*
- *Les clés d'une relation plus fluide avec chacun des différents profils*

Jours 5 : Élargissement de 9 profils à 27 profils, les sous-types

- **Présentation des trois instincts primaires (Jour5 - Matinée)**
  - Particularité des comportements de conservation, social, intimité
  - Expérimenter la relation sous ce nouvel angle
  - Déclinaison et influence sur les 9 profils
- **Comprendre comment utiliser le système dans la vie professionnelle (ateliers) - (Jour5 – Après midi)**
  - Faire des hypothèses sur ses interlocuteurs
  - Les approches et techniques adaptées à chaque profil

Jours 6 : Émotions et besoins sous-jacents

- **Identifier, nommer ses émotions et ses besoins (Jour6 – Matin)**
  - Apport des neurosciences : comprendre comment ça marche
  - Liste, catégories et rôles des différentes émotions
  - Corrélation avec les besoins psychologiques
  - Liens avec les 3 centres de l'ennéagramme
- **Améliorer la relation par la qualité de sa communication (ateliers) - (Jour6 – Après midi)**
  - Apprendre à travailler sa qualité d'écoute et d'observation (V/PV/NV)
  - Repérer et déjouer les attitudes de sabotage de la relation
  - Atelier d'application de la Communication Non-Violente (CNV)
  - Oser s'affirmer dans sa communication

Jours 7: Résistances et mécanismes de défense

- **Résistance et mécanismes de défense (Jour7 – Matin)**
  - Courbe du changement et mécanismes à l'œuvre
  - Présentation des mécanismes de défense
  - Outils de gestion du stress et exercices de régulation
- **Ateliers sur des situations professionnelles actuelles des participants - (Jour7 – Après midi)**
- **Établissement d'un plan d'action personnel**
- **Clôture de la formation**

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Mise à disposition des supports de formation de manière électronique via une page Notion

Deux formateurs aguerris et riches d'un long cheminement personnel :

Isabelle Russier est Coach et Formatrice, certifiée Ennéagramme CEE depuis 2014
https://www.linkedin.com/in/isabellerussier/

Alexis Deleplancque est Formateur, Gestalt-thérapeute, Superviseur, certifiée Ennéagramme CEE depuis 2015
https://www.linkedin.com/in/alexis-deleplancque-7a8b4664/

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

L'évaluation se fait de manière continue lors des séances avec un retour en direct :

- Révisions en début de séances où les participants sont interrogés
- Retours instantanés pendant les exercices et étude de cas
- Évaluation finale par les formateurs à travers plan d'action final et un quizz de connaissance
- Auto-évaluation en fin de programme

DE LA QUALITÉ DE LA PRESTATION, DE SON ENVIRONNEMENT DE RÉALISATION ET DE L'ATTEINTE DES OBJECTIFS
A chaud en fin de formation sous format numérique avec une échelle de satisfaction par rubrique