

Ennéagramme et découverte de soi

Contenu

Figuration de la psyché utilisée dans la tradition des soufis et enrichie des dernières découvertes de la psychologie et des apports psychothérapeutiques les plus récents, l'Ennéagramme est un modèle dynamique que je vous propose de découvrir et d'exploiter au cours de ces 2 jours de stage. Bien loin des jugements de valeur, refusant toute classification des personnes, il vient mettre à jour vos motivations profondes et les processus d'adaptation mis en place dès les premiers temps de la vie. La connaissance de vos forces et de vos limites, de votre personnalité, de vos croyances, de vos valeurs, vous permettra d'élargir votre conscience et la connaissance de votre identité profonde. Ce cheminement aborde les rivages de la confiance en soi et de l'estime de soi, afin de bâtir un équilibre plus juste, de poser des choix plus authentiques et de trouver le chemin de la réconciliation.

Les ateliers vous permettront de découvrir les bases théoriques de l'élaboration de la personnalité. Ils sont indispensables pour aborder l'Ennéagramme et s'appuient sur les outils de la PNL (programmation neuro-linguistique).

Les stages vous apporteront l'enseignement théorique et à la mise en pratique de l'Ennéagramme.

Modalités pratiques

- Dates :** Ateliers et stages ont lieu le dernier week-end de chaque mois.
Condition : inscription de 4 personnes au minimum
- Lieu :** 56 Bd Ampère – porte 3 – 24300 Périgueux
- Horaires :** 14h à 18h la demie journée d'atelier,
10h à 18h les 2 jours de stage.
- Tarif individuel :** 65 € la demie journée d'atelier,
180 € le stage de 2 jours.
- Inscription :** un acompte de 40€ vous sera demandé lors de l'inscription aux ateliers et/ou aux stages.

Objectifs de l'atelier (1/2 journée)

- Appréhender le concept de l'identité psychique : de l'essence à la personnalité ;
- Mieux se connaître : souvenirs, valeurs, culture familiale... ;
- Les métaprogrammes (la façon dont on se construit : comportement, processus de pensée, ressentis, cadre de référence) : filtre principal, matching et mismatching, direction, implication, cadre de référence.

Objectifs du stage (2 jours)

- Appréhender et s'approprier l'Ennéagramme : configuration, bases, évolution, involution ;
- Comprendre sa structure psychique et déployer les voies d'approfondissement ;
- Apprendre à utiliser l'Ennéagramme pour évoluer, pour aborder au mieux le quotidien, pour communiquer plus justement.

- Jour 1 :
 - Découverte de la structure de l'Ennéagramme : les 9 bases ;
 - Fonctionnement interne des configurations : ressources et limites ;
 - Motivations inconscientes et accueil de la différence ;
 - Mieux comprendre les autres configurations.
- Jour 2 :
 - Processus d'évolution et/ou d'involution ;
 - Pistes de changement : envers soi, avec les autres, dans les situations quotidiennes ou lors de nouvelles expériences ;
 - Mieux communiquer : la nécessaire flexibilité, le levier des croyances, le levier des valeurs.

Supports pédagogiques :

De la documentation sur les outils mis en pratique au cours de la formation et une bibliographie vous seront remises.