

Catalogue des FORMATIONS 2026



LES OBJECTIFS : des stages pour...

❖ **Mieux se connaître**

& mieux gouverner sa vie.

❖ **Mieux comprendre les autres**

& mieux être en relation.

❖ **Mieux vivre ou préparer :**

- ✓ une transition professionnelle ou personnelle,
- ✓ une expérience managériale ou relationnelle,
- ✓ un challenge entrepreneurial.

❖ **Booster ses capacités à accompagner* :**

- ✓ avec des outils performants,
- ✓ avec une posture juste et adaptée,
- ✓ avec une déontologie irréprochable.

***Accompagner** recouvre un large éventail de missions professionnelles :

- Coaching de vie
- Outplacement
- Management
- Éducation
- Thérapie
- Coaching professionnel
- Bilan de compétences
- Mentoring
- Insertion
- Soins...

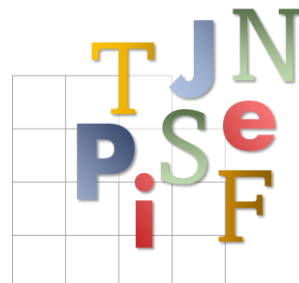


LES OUTILS

LES PROFILS JUNGIENS :

Issue des travaux de C. Jung et I. Myers, cette typologie de personnalité très accessible explore essentiellement le champ des **tempéraments**.

Elle donne des clés simples et opérationnelles à la fois sur les dynamiques individuelles et collectives, et sur la façon de les harmoniser dans tout groupe ou relation.



L'ENNÉAGRAMME :



Typologie de personnalité très aboutie, elle explore le champ des réactions intérieures, et des **motivations** sous-jacentes à nos réflexes comportementaux.

L'ennéagramme est un modèle dynamique, qui explore 9 structures archétypales de caractère, et leurs interconnexions privilégiées (c'est le sens du diagramme).

Outil relationnel et de développement personnel, il permet de prendre conscience de ses propres mécanismes réactionnels pour mieux être, mais aussi mieux comprendre, rejoindre ou accompagner l'autre.

La PNL :

La PNL (Programmation NeuroLinguistique) est à la fois une technique d'accompagnement, et de décryptage des stratégies inconscientes.

Pour tout accompagnant, elle est une précieuse boîte à outil pour faciliter la conscientisation des réflexes relationnels ou comportementaux observables. Et par là-même : de s'ouvrir à une plus large palette de réactions possibles.



LES STAGES : Profils Jungiens (1)



Différents ? Complémentaires !

Durée : 1 jour

Prérequis : aucun

Le Stage :

Êtes-vous plutôt...

introverti ou extraverti ?

concret ou rêveur ?

logique ou impulsif ?

souple ou structurant ?

Un stage qui apporte un décryptage ludique et concret de nos modes de fonctionnement et **réflexes comportementaux** les plus spontanés.

Au travail, en couple, entre amis : une façon légère de nommer les tensions relationnelles, et de les transformer en complémentarités positives !

Objectifs pédagogiques :

- Assimiler les bases de l'outil (styles de relation, mémorisation, décision, organisation du temps) et identifier ses propres styles préférenciels.
- Décrypter les réflexes comportementaux typiques de chaque pôle.
- Gagner en prise de recul pour voir les différences perçues, sous le jour des complémentarités.

Compétences visées :

- ✓ Reconnaître les 4 polarités constitutives d'un profil jungien.
- ✓ Nommer les principaux points de tension entre chaque pôle.
- ✓ Identifier pour soi-même sa préférence spontanée sur au moins 2 polarités.



LES STAGES : Profils Jungiens (2)



Talents & Tempéraments

Durée : 1 jour

Prérequis : J1 ou équivalent

Le Stage :

Quel est spontanément votre style de représentation ? de persuasion ? de gestion du changement ? d'apprentissage ?

Par le jeu et l'interaction, on affine ici la compréhension de notre personnalité en explorant nos tempéraments.

Une façon de nommer nos talents, et d'en prendre conscience, pour mieux les faire fructifier. Une opportunité de gérer une relation ou un collectif de façon plus fluide et apaisée, en donnant sa place à chacun...

Objectifs pédagogiques :

- Faire l'expérience des différences de tempéraments dans des situations concrètes.
- Identifier ses propres mécanismes les plus spontanés, les talents qu'ils sous-tendent, et aussi leurs limites.
- Décrypter dans un groupe les dynamiques relationnelles induites par les différences de tempérament.

Compétences visées :

- ✓ Assimiler durablement les 4 x 2 pôles des profils jungiens, et reconnaître leurs caractéristiques les plus typiques.
- ✓ Présenter ces 8 composantes de toute personnalité, de façon neutre et bienveillante.
- ✓ Identifier pour soi-même un tempérament correspondant à une préférence spontanée forte.



LES STAGES : Ennéagramme (1)



Découverte de l'enneagramme

Durée : 2 jours

Prérequis : Aucun

Le Stage :

L'enneagramme est une grille de lecture de la personnalité, qui explore en particulier le champ des réactions intérieures, et des attentes relationnelles.

Quelle est ma **vision spontanée** du monde et des autres, et de la façon dont je dois trouver ma place dans cet ensemble ?

En groupe de 6 à 12 personnes, le stage M1 est un incontournable pour découvrir l'enneagramme et en assimiler durablement les bases : Une expérience ludique et interactive, qui ouvre à poser un regard toujours plus lucide et bienveillant, sur les autres et sur soi-même.

Objectifs pédagogiques :

- Assimiler de façon durable les bases de l'enneagramme.
- Accueillir la différence avec sérénité, bienveillance et lucidité.
- Prendre du recul sur ses propres réflexes relationnels, et prendre conscience des motivations sous-jacentes qui les provoquent.

Compétences visées :

- ✓ Savoir reconnaître les principaux mécanismes réactionnels de l'enneagramme, quand ils sont activés.
- ✓ Repérer ses propres mécanismes réactionnels les plus spontanés, tels qu'observés par le prisme de l'enneagramme.
- ✓ Nommer parmi ces mécanismes un réflexe récurrent, qui impacte de façon non choisie sa propre façon d'être ou de réagir.



LES STAGES : Ennéagramme (2)



Les sous-types instinctifs

Durée : 2 jours

Prérequis : M1 ou équivalent

Le Stage :

Les sous-types instinctifs donnent une clé essentielle pour bien comprendre son profil enneagramme, et l'intégrer au quotidien.

Ils donnent à l'enneagramme une profondeur de champ inégalée dans la perception de soi, des autres, et des dynamiques relationnelles.

Les sous-types sont des réactivités instinctives profondément ancrées, qui nous renseignent sur ce qui nous met en énergie ou en stress. Ils nous disent les modes de relation que nous privilégions pour nous sentir bien, c'est-à-dire pour créer ou entretenir les conditions de notre **bien-être**.

Objectifs pédagogiques :

- Affiner sa perception de la personnalité par une compréhension des sous-types et de leur impact sur le bien-être individuel.
- Décrypter les dynamiques de groupe sous l'angle des réactivités instinctives, et créer des synergies positives.
- Nommer ses propres besoins essentiels en termes d'interaction relationnelle, de ressourcement et de bien-être au quotidien.

Compétences visées :

- ✓ Repérer les réactivités instinctives les plus spontanément activées.
- ✓ Identifier les tensions liées aux différences de réactivités instinctives.
- ✓ Repérer parmi ces 3 modes d'interaction, celui qu'on active le plus souvent, et celui qu'on active le moins spontanément.



LES STAGES : Ennéagramme (3)



Faire face au changement

Durée : 2 jours

Prérequis : M1 ou équivalent

Le Stage :

Ce stage explore comment utiliser l'enneagramme pour mieux faire face aux aléas de la vie, comme aux changements voulus.

Durant ces 2 jours, nous approfondissons la structure de notre base enneagramme : Que protège-t-elle, et que nous dit-elle de nos besoins essentiels dans nos interactions avec les autres ?

Ce stage permet également de découvrir, au-delà de notre base enneagramme, quelles sont les connexions que nous avons faites avec les autres points du diagramme, et comment les utiliser à bon escient.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre et assimiler les principaux mécanismes de résistance au changement associés à l'enneagramme.
- Construire avec autrui une relation authentique qui respecte l'écologie personnelle de chacun.
- Connecter ses limites et ressorts personnels, et comprendre sa propre dynamique de changement.

Compétences visées :

- ✓ Connaître de façon approfondie les 9 profils de l'enneagramme, notamment par les mécanismes de défense qu'ils activent.
- ✓ Accueillir avec bienveillance des dynamiques de changement différentes, et savoir poser ses propres besoins et limites.
- ✓ Identifier pour soi-même son ou ses mécanismes de défense les plus spontanément activés.



LES STAGES : Ennéagramme (4)



Mobiliser ses ressources

Durée : 2 jours

Prérequis : M2 ou équivalent

Le Stage :

Dans ce module, nous explorons les ressorts positifs de notre configuration enneagramme (base et sous-type + connexions dans le diagramme).

Quelle est la place de chacune de ces composantes dans notre vie ?

En les plaçant dans un dialogue interactif, nous explorons :

- comment elles s'articulent dans nos stratégies de réussite,
- quel est le plus grand apport de chacune,
- comment mobiliser plus facilement ces ressources.

Objectifs pédagogiques :

- Assimiler la dynamique et les limites de diagramme, et du modèle de l'enneagramme dans son ensemble.
- Favoriser l'émergence de talents nouveaux, et l'accompagnement d'une prise de confiance en soi nécessaires pour les déployer.
- Se connecter à ses propres talents et stratégies d'excellence, et libérer son énergie positive de changement et/ou de créativité.

Compétences visées :

- ✓ Utiliser avec efficacité et éthique le diagramme (interconnexions entre les 9 profils) et être au clair par rapport aux limites de l'outil.
- ✓ Offrir une qualité de présence à l'autre, une écoute à la fois active et bienveillante, propice à l'émergence de comportements nouveaux.
- ✓ Identifier au moins 1 stratégie d'excellence personnelle, ancrée dans la mobilisation de ressources (internes) bien identifiées.



POUR ALLER PLUS LOIN...

Les Stages de PNL

Des stages sur mesure peuvent être proposés sur 1 ou 2 jours, pour tout un ensemble de problématiques rencontrées, ou d'objectif d'entreprise.

Quelques exemples tout public :

- questionner un projet personnel ou professionnel
- communiquer sans sous-entendus

Quelques exemples pour un public de coaches :

- fixer et explorer un objectif (cadrer un accompagnement)
- dénouer une situation de blocage

Cycle 1 : Mieux se connaître et mieux comprendre l'autre

L'ensemble des stages M1 à M4, complété des stages J1 et J2, forment un Cycle 1 Ennéagramme complet de 70 heures, équilibré autour de :

- la découverte de l'outil pour un usage surtout relationnel (M1-M2),
- un approfondissement plus orienté développement personnel (M3-M4),
- une ouverture à une autre typologie, plus comportementale (J1-J2).

Cycle 2 : Accompagner avec l'ennéagramme

Public : Les personnes ayant suivi un cycle 1 (ou équivalent), et désireuses de parfaire leur connaissance de l'outil et leur capacité à l'utiliser.

Par le moyen d'interviewes de profilage, apprenez à maîtriser à la fois l'outil ennéagramme, et votre propre réactivité. Développez votre capacité à accompagner, à adopter une posture neutre, efficace et 100% bienveillante.

Le cycle 2 est un parcours individuel supervisé, étalé sur environ 9 mois. Un 2^{ème} formateur expérimenté est sollicité pour offrir une supervision croisée, gage de qualité et d'excellence pour tout parcours de ce type.

100 heures : 72 h pour le parcours + 28 h pour revivre les stages M1 et M2

