



THE
COACHING
SQUARE

Inspiring your coaching journey



C-VITAMINES

Du bon usage de L'ENNEAGRAMME

L'Ennéagramme est un système ancien, puissant et dynamique de connaissance de soi et d'évolution personnelle. Il décrit neuf façons fondamentalement différentes de penser, de ressentir et d'agir, aucune façon n'étant meilleure ou moins bonne qu'une autre.

En grec, « ennéa » signifie neuf et « gram » image ou modèle. L'ennéagramme décrit donc neuf manières de voir le monde, **neuf visions de la « réalité »** qui correspondent à neuf profils de personnalité, neufs types ou bases Ennéagramme.

Grâce à la découverte, parmi neuf types, de la motivation principale inconsciente à la base de nos perceptions, de nos pensées, de nos émotions et de nos comportements, l'Ennéagramme nous donne **une nouvelle perspective sur ce que nous sommes** dans les divers contextes de notre vie : personnel, relations familiales, amicales, professionnelles....

Cet outil, qui constitue une véritable démarche, nous permet de cerner nos ressources et de développer nos potentialités. Il nous propose des **directions précises vers plus de bien-être.**

Etre libre, c'est être maître de soi-même.'

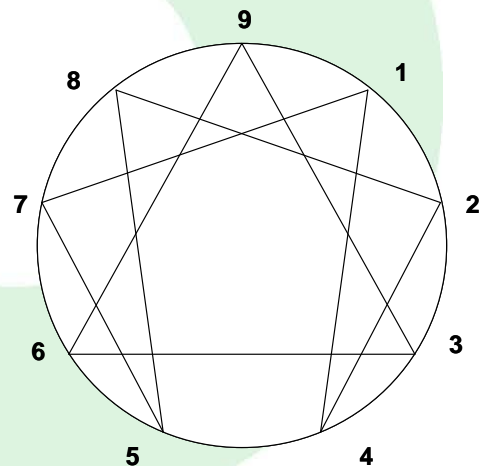
Matthieu Ricard

Avec l'Ennéagramme, nous allons apprendre progressivement à **développer notre capacité à nous observer** et par conséquent à identifier ce sur quoi nous mobilisons notre attention, généralement de manière inconsciente. Notre manière limitée de voir les choses et le monde, entraîne une dépense d'énergie accrue qui nous rend moins efficace et provoque ou renforce nos peurs et nos angoisses.

Avec l'Ennéagramme, nous élargissons notre vision du monde.

Nous nous donnons accès à d'autres façons de voir, de penser, de réfléchir, de ressentir et d'agir, toutes facultés dont nous disposons intrinsèquement mais dont nous avons pu nous couper au fil des événements de notre vie.

L'Ennéagramme nous donne aussi **des clés pour comprendre les autres** et donc pour mieux communiquer et collaborer efficacement. Bien plus, nous pouvons apprécier les complémentarités qui trouvent leurs racines dans ces différences.



LES BENEFICES PRATIQUES de la formation:

L'ennéagramme apporte une **plus value immédiate** dans la vie quotidienne :

Vie personnelle :

- Mieux se connaître pour plus de confiance et d'estime de soi,
- Identifier et valoriser ses talents, forces et ressources,
- Identifier et accepter ses limites,
- Ne pas s'identifier à ses faiblesses,
- Développer des actions pour créer son futur, se réinventer, se motiver
- Accueillir et vivre ses émotions,
- Reconnaître et apprendre progressivement à gérer les manifestations négatives du stress,



**THE
COACHING
SQUARE**

Inspiring your coaching journey

- Optimiser sa dépense d'énergie,
- Agir avec plus de souplesse et de créativité.

Relations professionnelles et sociales :

- Respecter chacun dans sa différence,
- Comprendre le point de vue de l'autre,
- Apprendre à exprimer ses émotions et ses besoins,
- Percevoir, au delà des comportements, les motivations profondes des personnes importantes de sa vie familiale, sociale ou professionnelle,
- Développer ses capacités d'écoute,
- Apprécier les différences, identifier et valoriser les complémentarités,



C-VITAMINES

Vie professionnelle :

- Développer l'écoute active,
- Accroître la cohésion des équipes grâce à une meilleure communication,
- Optimiser l'utilisation des ressources et des compétences,
- Prévenir et gérer les conflits,
- Acquérir de nouvelles compétences managériales.

La méthode :

- Un climat de bienveillance et de non jugement qui garantit l'écoute et la tolérance.
- Exercices et partages d'expériences : c'est au travers d'exercices concrets, des témoignages vécus et des échanges entre participants que chacun peut découvrir progressivement sa base Enneagramme.
- Le développement de la conscience de l'instant présent.

Quand : le lundi 12 et mardi 27 mars 2012

Heures : de 10 à 18H00

Prix : 600 € HTVA (726€ TVA incl.)

Par qui : Marleen Boen, Praticien en Ennéagramme

Lieu : à déterminer

Inscription : téléchargez le formulaire d'inscription sur notre [site web](#) et envoyez-le

- par mail - contact@coachingsquare.be
- paiement sur le compte de The Coaching Square :
Argenta : 679 - 6521350 - 45
Avec mention de votre nom + Ennéagramme FR