

Week-end Ennéagramme

Animé par Dorothee Nicolas

« **Enneagram Institute** certified Teacher »
et traductrice de La Sagesse de l'Ennéagramme

Qu'est-ce que l'Ennéagramme ?

- ▶ L'Ennéagramme est un outil de connaissance de soi, facile d'accès, qui explique 9 façons d'être au monde, soit 9 types de personnalité.

Objectifs du week-end

- ▶ S'approprier l'outil Ennéagramme, selon une approche (Riso-Hudson) fondée sur les qualités essentielles fondamentales à tout être humain.
- ▶ Explorer les 9 types de personnalité.
- ▶ Identifier son type de personnalité, avec son fonctionnement, ses ressorts, ses richesses et ses pièges.

Pour quels résultats ?

- ▶ Cette connaissance offre un chemin pour se réconcilier avec soi-même, ainsi que des clés pour aller vers le meilleur de soi.
- ▶ Ce week-end permet de changer son regard sur l'autre et donc d'apporter un nouveau souffle dans ses relations : couple, éducation des enfants, relations professionnelles...

Dorothee Nicolas

est « Certified Teacher » (with honors) de l'Enneagram Institute (NY), où elle a été l'élève de Don Riso et Russ Hudson, figures de référence de l'Ennéagramme. Depuis 2011, elle enseigne l'Ennéagramme à des groupes et des particuliers : sessions Découverte et Approfondissement, séminaires de cohésion d'équipe, week-ends dédiés à la relation de couple. Elle a dirigé la traduction en français du livre best-seller de Don Riso et Russ Hudson « La Sagesse de l'Ennéagramme ». (Dunod, 2018). Elle s'est également formée auprès de Susan Olesek, fondatrice d'Enneagram Prison Project (EPP) aux USA, un projet dédié à l'enseignement en milieu carcéral (2018-19). Et son intérêt particulier est d'approfondir comment la connaissance de soi nourrit un cheminement dans le foi chrétienne.



"Pour sauver l'homme de lui-même, il faut aussi lui dire sa grandeur et sa beauté."

Quelques précisions utiles

- ▶ L'Ennéagramme est une synthèse de sagesse et traditions anciennes allée aux dernières connaissances de la psychologie moderne. Cet outil se place au-delà des religions et s'adresse à tous.
- ▶ L'Ennéagramme est une approche qui inclut et respecte le caractère unique de chaque personne.
- ▶ L'enseignement de l'Ennéagramme en groupe apporte un support bienveillant au travail individuel. Cette formation est garantie « **RAF** » : Résultats - Accès facile - Fun!

Infos pratiques :

- ▶ Lieu : ND de La Sagesse, Paris 75013
- ▶ Samedi 13:00 - 19:00
Dimanche 9:30 - 12:30 ; 14:00-17:00
- ▶ Participation (repas non inclus) :
 - ▶ Individuel : € 240 ; Etudiant : € 150
 - ▶ En couple : € 350

Supports inclus :

- ▶ Dossier de préparation avec test
- ▶ Cahier de fiches synthétiques
- ▶ Mémento-feuille de route



Inscriptions :

www.EnneaTeach.com

dorothee@EnneaTeach.com

Week-end Ennéagramme

“Le plus beau et le plus grand cadeau qu’un couple puisse s’offrir.”

Pourquoi faire cette découverte en couple ?

L'Ennéagramme est un outil particulièrement adapté pour faire cheminer son couple vers une relation plus intime qui respecte les besoins et aspirations profondes de chacun. L'enjeu est de se (re)découvrir en vérité, pour que la relation (re)devienne un lieu privilégié d'épanouissement mutuel et de joie partagée.

Car nos différences, celles-là mêmes qui nous ont rapprochés et donné envie de nous unir pour avancer ensemble, peuvent, chemin faisant, devenir des sources de frottement qui entraînent de l'incompréhension et de la souffrance.

Ce passage de frottement s'avère parfois nécessaire pour évoluer et franchir une nouvelle étape dans la relation, mais il est néanmoins périlleux !

Comment l'Ennéagramme va nous aider à franchir ce cap ?

Le point de départ de l'approche Riso-Hudson est la richesse de chaque être. Ainsi le cadre de ce travail est propice à un dialogue serein et joyeux dans la confiance et l'ouverture à l'autre.

- ▶ **Première étape : se connaître**
Qualités essentielles, Peur première, enlèvement émotionnel, mécanisme de défense, ressorts pour sortir de ses pièges et avancer
- ▶ **Deuxième étape : redécouvrir son conjoint**
Quelle est sa richesse unique, quel est son besoin ? En quoi formons-nous un couple unique ?
- ▶ **Troisième étape : comprendre le noeud central de la relation**
Comment le Désir premier de l'un déclenche-t-il la Peur première de l'autre ? Avec quelles conséquences ? Comment dénouer ce noeud et avancer ?
- ▶ **Quatrième étape : aller de l'avant**
En vérité l'un avec l'autre et en regardant dans la même direction, comment s'entraider pour ne pas tomber dans ses pièges habituels et offrir à l'autre le meilleur de soi.

Quand faire cette démarche ?

A tout moment ! Car il n'est jamais trop tôt, ni jamais trop tard, pour se donner les moyens de s'aimer, dans le respect de soi et de l'autre.

Pourquoi faire ce travail en groupe ?

Le groupe offre un cadre idéal pour ce travail de connaissance de soi : l'Ennéagramme permet très vite de comprendre que nous sommes tous dans la même barque, même si le « numéro » est différent. Ambiance joyeuse et bienveillante garantie.

Faut-il parler de soi devant le groupe ?

Pas nécessairement. Chacun est libre de partager ce qui lui fait plaisir et lui semble utile pour y voir clair et éclairer les autres sur ce chemin de connaissance de soi.

Pourquoi l'Ennéagramme est-il si efficace ?

C'est d'abord une connaissance facile d'accès, présentée de façon rigoureuse et structurée. Les ressorts de l'âme humaine apparaissent clairement.

La clé est que cette découverte crée un espace où l'autre peut être lui-même sans que l'on se sente remis en cause soi-même.

Comprendre la souffrance de l'autre, mais aussi son essence d'être et sa beauté, permet de passer du jugement à la compassion.

Et après ?

Ce week-end découverte donne tous les éléments pour franchir ces 4 étapes. Néanmoins, l'étape 3 est importante et peut nécessiter un temps d'approfondissement avec un accompagnement individuel par zoom (me contacter).



Inscriptions :

www.EnneaTeach.com

dorothee@EnneaTeach.com