



Que sont les sciences de la personnalité ?

Notre Institut de formation et de recherche se situe à la croisée de plusieurs sciences sociales : psychologie, sociologie, communication, histoire et sciences de gestion.

Nous étudions les profils de personnalité, et par extension, le profil et la dynamique des différents groupes sociaux que nous formons tout au long de notre vie : famille, équipe, entreprise, association, nation, communauté...

Mais qu'est-ce que la personnalité ?

Au sens contemporain, la personnalité est une combinaison de caractéristiques émotionnelles, d'attitudes et de comportements d'une personne, et qui constituent son individualité.

Ce concept de personnalité est la force dominante qui régit la dynamique du comportement social, et affecte le cours de notre histoire ! Elle impacte nos succès académiques et professionnels, notre santé et notre longévité, et bien sûr la qualité de nos relations personnelles et familiales.

S'intéresser au concept de personnalité nous permet donc de mieux comprendre, et anticiper, nos comportements et ceux des autres.

En synthèse : donner du sens au monde où nous vivons !

FORMATIONS
ET ATELIERS

Vie personnelle
Vie professionnelle
Agenda 2019/2020



*Qui suis-je ?
Quels sont mes
véritables qualités ou
défauts ?
Comment suis-je
perçu(e) par les
autres ?*

Quelles applications pour nos vies personnelles ?

Quel que soit notre âge, nous avons tous une représentation de nous-mêmes : cette image intérieure peut être hésitante, par manque de confiance en nous, ou très claire, grâce à nos années d'expérience, ou... quelque part entre les deux.

Or notre époque est celle de l'image, et aussi de l'instantanéité : nous sommes tous amenés, et de plus en plus tôt, à devoir nous présenter en quelques mots.

Décrire ce que l'on fait est un exercice classique, mais parler de soi se révèle souvent bien plus inconfortable, à 16 ans comme à 60 ans ! L'écueil est double :

- tomber dans les généralités superficielles qui ne veulent rien dire (« ma qualité est le dynamisme, mon défaut est le perfectionnisme »)
- décrire une personnalité ... qui n'est pas celle que décriraient les autres en parlant de nous.

Heureusement, il n'est jamais trop tôt, ni trop tard, pour faire connaissance avec soi-même !

Nous recommandons de démarrer par l'**Ennéagramme** : c'est le modèle qui couvre la plus grande partie de la personnalité (près de 70%). Il décrit précisément – en 9 bases de personnalité – les motivations profondes et les réactions instinctives qui sont à la base de nos comportements, et de nos choix de vie.

Accéder directement à ce « code source » nous permet donc de mettre les mots justes sur qui nous sommes : nos **forces**, nos **talents**, nos **déclencheurs de stress**... et aussi tout ce que nous ne voyons pas de nous-mêmes, nos angles morts.

Notre conseil : les sessions B1 et B2

Une première approche en 2 jours pour découvrir le modèle de l'Ennéagramme, dès 16 ans, et à tout âge, avec un questionnaire validé scientifiquement. B1 et B2 sont la porte d'entrée vers la suite.



Si vous connaissez déjà l'Ennéagramme, le **MBTI** est son complément idéal pour décrire votre personnalité avec précision.

En effet, les **typologies jungiennes** (dont le MBTI est l'indicateur le plus connu) s'attachent à décrire nos comportements, en identifiant nos préférences naturelles face aux situations quotidiennes, par exemple :

- Comment se recharger en énergie,
- Comment prendre une décision,
- Comment se gérer dans le temps...

Ce modèle permet d'approfondir et de compléter la compréhension de notre profil de personnalité, et de notre propre fonctionnement.

En synthèse, on pourrait dire que l'**Ennéagramme** aborde la question du **Pourquoi** (je fais ça), et que les **typologies jungiennes** analysent le **Comment** (je fais ça).

Valider son profil dans ces deux modèles est donc la manière la plus complète de décrire et de comprendre précisément les ressorts de notre personnalité.

Notre conseil : la session G1

2 jours pour découvrir les préférences jungiennes et leur impact sur nos comportements.

La personnalité peut-elle changer ?

Réponse : oui... en partie !
Les chercheurs estiment à environ 50% la part "innée" et stable de notre personnalité.

Ce qui nous laisse 50% que nous pouvons choisir de faire évoluer... ou pas :-)



Mes parents / mon frère / ma sœur me tapent sur le système...

Mon conjoint et moi sommes nous compatibles ?

Est-ce que mon profil de personnalité peut m'aider à être un meilleur parent, ou grand-parent ?

Je suis en train de me séparer, et la communication est compliquée.

Mon enfant devient un ado insupportable, au secours !

Je suis souvent déçu(e) par des personnes que je croyais être des amis ...

Je me demande comment gérer les relations parfois tendues dans notre famille recomposée.

Je veux... améliorer mes relations personnelles.

Maintenant que vous avez les concepts, il est temps de mettre en pratique !

Nous avons tous des situations relationnelles que nous aimerions améliorer ou dénouer...

Mais la plupart des ressources en développement personnel (livres, sites, forums...) donnent des recettes génériques et peu personnalisées : « *gardez le dialogue ouvert* », « *prenez du recul sur vos émotions* », « *restez ferme* », « *pratiquez la bienveillance* »...

Bien sûr, les proches sont toujours là pour vous donner des conseils ou des avis, sur ce que vous devriez faire, ce que vous n'auriez pas dû faire. Mais en fait, inconsciemment, ils parlent d'eux, et non de vous...

Les modèles de personnalité sont un concentré de psychologie appliquée, et surtout personnalisée pour vos propres ressources. Ils permettent :

- d'aller plus vite au cœur des situations que vous souhaitez améliorer, ou dénouer,
- d'identifier rapidement des solutions, ou réflexions à mener, adaptées aux personnalités concernées (vous d'une part, et les autres avec qui vous interagissez).

Dans ce type de démarche, nous vous conseillons de rester sur l'**Ennéagramme** (votre code source), et d'en explorer toutes les applications concrètes en communication et gestion de conflits.

Notre conseil :

B3 : 2 jours pour approfondir le modèle de l'Ennéagramme en communication interpersonnelle

A1 et A2 : Ateliers Couple et Parentalité, pour des mises en application concrète à nos vies familiales.



Je veux... (re)mettre du sens dans ma vie.

Nombreux sont les événements de vie qui peuvent déclencher des questionnements et un besoin de trouver de nouveaux repères – et ce, à tout âge.

Nous ne gérons pas tous nos transitions de vie de la même façon. Mais il est probable qu'à un moment ou un autre, nous prenons conscience de la nécessité de changer quelque chose dans notre manière de fonctionner, si nous voulons passer ce cap qui nous résiste... ou auquel nous résistons.

Les modèles de personnalité permettent d'éclairer ces moments de vie, parfois sombres, souvent confus, toujours sources de réflexions. Ils aident à remettre en perspective nos chemins de vie, en indiquant les voies possibles.

La tradition orale de l'Ennéagramme – que nous appliquons à toutes nos sessions – offre un espace d'échange et de partage d'expériences, à la fois sécurisé et encourageant, pour communiquer, avancer ensemble et s'entraider.

Par ailleurs, ces sessions peuvent être d'excellents compléments à – mais ne remplacent pas – un accompagnement thérapeutique individuel.

Notre conseil :

B4 : L'intégration évolutive en Ennéagramme

A3 : Atelier Histoire Familiale

G2 : La personnalité jungienne et le processus d'individuation

*Transition personnelle
ou professionnelle,
séparation, maladie,
deuil, rencontre,
naissance, retraite,
recherche spirituelle...*

*Comment
retrouver mon chemin,
et mon équilibre ?*



M'orienter ou me réorienter,

*Identifier mes talents naturels
et mes déclencheurs de stress,*

Trouver le bon job à tout âge,

Me reconvertir, monter ma boîte,

*Améliorer mes relations
professionnelles au sens large :
équipe, management...*

*Préparer une expatriation
ou un retour d'expatriation.*

Je veux... épanouir ma vie professionnelle.

Nous conseillons de commencer par les typologies jungiennes – dont le **MBTI** est le modèle le plus connu, et le plus utilisé dans le monde. Même si vous avez déjà « passé le test », il est probable que vous ne sachiez pas trop quoi faire de ces 4 lettres !

Bien au delà d'une simple initiation, une session de 2 jours vous permettra de :

- Valider votre profil avec un praticien certifié,
- Identifier les contextes énergisants ou stressants pour votre activité professionnelle,
- Mettre des mots justes sur vos talents naturels,
- Visualiser vos ressources encore inexplorées,
- Expérimenter l'utilisation des préférences opposées dans les situations où c'est nécessaire,
- Adapter vos modalités de travail collectif.

Notre conseil :

G1 : Les préférences jungiennes et nos comportements

Le MBTI, avec toute sa richesse comportementale, ne décrit que la partie émergée de l'iceberg de nos personnalités.

Il est fréquent que nous rencontrions des difficultés, des obstacles, ou des schémas répétitifs dans nos vies professionnelles : conflits, plafond de verre, frustrations, perte de motivation ou de sens...

L'Ennéagramme permet d'éclairer la dynamique invisible de nos motivations profondes, moins consciente, mais qui contrôle près de 70% de notre personnalité.

Notre conseil :

B1 : Les motivations des 9 bases en Ennéagramme

B2 : La réactivité instinctive en Ennéagramme

C3 : Relations professionnelles avec l'Ennéagramme.



La construction d'un projet professionnel doit également intégrer une réflexion sur le type d'organisation dans laquelle on souhaite travailler. En effet, les phénomènes de démotivation et de perte de sens (qui amènent souvent à chercher une nouvelle voie), sont quasiment tous liés à un décalage personnel avec la culture et le système de valeurs profondes de l'organisation.

Ces phénomènes sont encore amplifiés lorsque l'organisation affiche des valeurs de surface, qui elles-mêmes ne sont pas alignées avec ses valeurs profondes.

Spiral Dynamics est un modèle qui permet de décoder le système de valeurs profondes des personnes et des organisations : c'est une grille d'analyse très puissante pour comprendre ces décalages, et intégrer la notion de valeurs à ses choix professionnels.

Notre conseil :

D1 : Initiation au modèle Spiral Dynamics

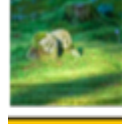
Enfin pour les projets professionnels dans un contexte international, multiculturel, ou d'expatriation, nous conseillons d'approfondir l'analyse des personnalités avec les **modèles d'orientations culturelles** des personnes et des groupes. Ceci permet d'éviter les confusions (fréquentes) entre personnalité et culture, ainsi que les stéréotypes et erreurs relationnelles qui en découlent.

Notre conseil :

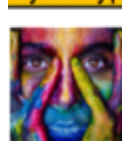
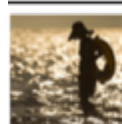
I1 : Communication Interculturelle

*Intégrer la dimension
Valeurs et Culture
à mes projets
professionnels*

Cycle Ennéagramme Evolutif

	B1 – Les motivations des 9 Bases Cette formation est la porte d'entrée de ce cycle, l'expérience initiale du modèle de l'Ennéagramme. Très ludique et interactive, elle s'appuie sur des activités dans les 3 centres : mental, émotionnel, et instinctif. Les résultats au questionnaire scientifiquement validé HPEI sont restitués pendant la session.	14/15 Nov 2019 01/02 Fév 2020 20/21 Avr 2020 05/06 Juin 2020
	B2 – La réactivité instinctive et les sous-types La connaissance des sous-types instinctifs de l'Ennéagramme permet d'observer et de comprendre comment nous parvenons à rétablir notre confort menacé ou perdu. En prendre conscience est une découverte aussi forte que celle de la base, essentielle à notre équilibre.	14/15 Fév 2020 19/20 Juin 2020
	B3 – La communication et l'impact sur les autres Ce module est consacré aux relations avec les autres. En mettant en relief nos réactivités par rapport à chacune des 8 autres bases, nous allons à la fois mieux les comprendre, mieux nous accepter, et mieux communiquer.	30 Nov/01 Dec 2019 16/17 Mars 2020
	B4 – L'intégration évolutive Cette 4 ^{ème} étape permet de mettre à jour et connecter l'ensemble de nos ressources intérieures, pour opérer de véritables transformations personnelles. Cette session se passe en groupe restreint, pour permettre à chacun(e) de faire un travail approfondi.	11/12 Jan 2020 28/29 Mars 2020
	C3 – Relations professionnelles avec l'Ennéagramme Nos relations professionnelles s'inscrivent dans un cadre contraint, amenant fréquemment des adaptations sociales aux comportements attendus en entreprise. L'Ennéagramme permet de comprendre des mécanismes peu ou pas visibles, et d'améliorer considérablement la qualité des relations.	25/26 Mai 2020
	A1 – Atelier Couples Pour aborder les dynamiques d'attachement et sources éventuelles de conflits, qui peuvent créer des difficultés de communication et de compréhension au sein d'un couple, que celui-ci soit en construction, ou déjà ancien.	<i>Dates à venir</i>
	A2 – Atelier Parentalité Pour changer de regard sur nos enfants, et sur nous-mêmes. L'Ennéagramme offre des outils précieux pour mieux comprendre nos relations familiales, et les enrichir de manière significative.	15/16 Mai 2020
	A3 – Atelier Histoire Familiale Il est parfois nécessaire d'aller chercher plus loin que soi-même pour comprendre certains schémas de vie et s'en libérer. L'exploration de son histoire familiale est une ressource précieuse pour démarrer un nouveau cycle.	<i>Dates à venir</i>

Cycle Typologies Jungiennes

	G1 - Les préférences jungiennes et leur impact sur nos comportements Une découverte de l'œuvre fascinante de Carl Gustav Jung, dont les recherches sur les types psychologiques ont notamment donné naissance au MBTI, aujourd'hui l'indicateur de personnalité le plus utilisé dans le monde. Les résultats du questionnaire sont restitués pendant la session.	7/8 Mars 2020
	G2 – L'évolution de la personnalité jungienne tout au long de la vie Ce module d'approfondissement permet de comprendre l'évolution de la personnalité tout au long de la vie, et d'aborder le concept d'individuation selon Jung, ou pleine réalisation de soi.	25/26 Avril 2020

Systèmes de Valeurs et Relations Interculturelles

	D1 – Initiation au modèle Spiral Dynamics Étude des différents systèmes de valeurs profondes des individus et des organisations tout au long de leur vie, applications personnelles, professionnelles et sociétales.	<i>Dates à venir</i>
---	--	----------------------

Programmes détaillés | Inscriptions | Ouvertures de nouvelles sessions
www.institut-sciences-perso.fr | hello@institut-sciences-perso.fr