

obe^a



DIMANCHE 3 AOUT 2025

www.obea.fr

Connaissance de soi

OBJECTIFS

- Mieux se connaître pour mieux communiquer
- Mettre en avant ses atouts

PUBLIC

Tout public

PROGRAMME

1- Découvrir sa personnalité avec l'ennéagramme

- Les neuf personnalités et les motivations sous-jacentes
- Ses valeurs, croyances et représentations
- Identifier ses propres comportements au travers de l'outil

2- Découvrir son image

- Celle que l'on pense renvoyer
- Celle perçue par les autres
- Mettre en avant ses qualités

3- Découvrir ses besoins

- Personnels
- Professionnels
- Identifier les besoins des autres

4- Découvrir ses leviers de motivation

- Ce qui freine
- Ce qui nous fait avancer
- Les techniques pour se motiver au quotidien

5- Découvrir ses capacités

- Comportementales
- Professionnelles
- Ses potentialités

TOUTES LES SESSIONS