

Enneagram Basic

- et grundkursus i Enneagrammet samt et solidt fundament i at være Livsleder.

Målgruppe

Kurset henvender sig til alle, der ønsker personlig udvikling på en anderledes og dynamisk facon.

Kort beskrivelse

Personlig udvikling handler blandt andet om at blive bedre til at håndtere de daglige udfordringer. Derfor er det nødvendigt at forstå, hvorfor vi gør som vi gør, og således have indsigt i baggrunden for vores adfærd.

Enneagram Basic giver dig indsigt til at finde ud af, hvorfor du reagerer som du gør overfor bestemte mennesker eller situationer. Du vil opleve, hvorfor du bliver stresset, og du vil få indsigt i de mønstre, du anvender i spillet med nære relationer (kolleger, chef/medarbejder, familie, partner etc.).

Kort sagt vil du få indsigt i, hvorfor du gør, som du gør!

Kurset giver dig efterfølgende erfaring og værktøjer til at udvikle dine mønstre og vaner, så du bliver bedre til blandt andet at håndtere spillet med andre mennesker, stressede situationer, håndtering af mål og opgaver, prioritering af forhold som tid, dig

selv og andre mennesker samt chef/medarbejder-rolle.

Udbytte

På Enneagram Basic får du forståelse for:

- Hvorfor opfører vi os, som vi gør?
- Hvad er dine essentielle værdier og overbevisninger, og hvordan er du tro over for dem?
- Hvorfor går kommunikation galt?
- Hvordan motiverer du dig selv, og hvordan bliver du bedre til at vælge til og fra?
- Hvordan undgår du at snuble over dine unyttige mønstre og vaner?
- Hvordan kommunikerer du effektivt, så du undgår misforståelser og konflikter?
- Hvordan imødekommer og håndterer du stress?
- Hvordan udnytter du egne og andres talenter bedst?
- Hvordan inspirerer du andre mennesker i din rolle som leder, kollega, forældre eller partner?

Der vil være mange tips og tricks til din personlige udvikling, og hvordan du når mål og drømme – enten som individ eller som team.

Formen

Vores undervisning er engagerende, nærværende, levende, humorfyldt og motiverende - med tid til den enkelte. Kurset er en blanding af teoretiske og praktiske øvelser. For at sikre en optimering af din nyvundne viden og din praktiske anvendelse af Enneagrammet igangsætter vi øvegrupper inden kursets afslutning.

Varighed og Pris

9 dage fordelt på 3 x 3 kursusdage.

Enneagram Basic giver adgang til Enneagram Practitioner uddannelsen.

Se kursusoversigten for datoer og pris.

Links:

Læs mere om Livsledelse og Enneagrammet i praksis på Flemming Christensens weblog på www.thinkaboutit.dk

