

# CATALOGUE DE FORMATIONS

Philippe Delneufcourt

Formation et accompagnement individuel depuis 2005

**Ennéagramme.**

**Communication non violente**

**Gestion de conflit et de l'agressivité**

**Gestion du stress**

Ce document reprend les formations disponibles au 3 janvier 2026

Les tarifs annoncés sont valables 6 mois à partir de cette date.

N° d'entreprise : BE 809.952.473

[formation@phid.be](mailto:formation@phid.be)

## PRÉSENTATION

---

Au-delà des solutions techniques que choisissent les entreprises à l'heure actuelle, ce qui fait la différence entre une structure fonctionnelle et une qui ne l'est pas concerne directement la ressource principale de toute organisation : **l'humain**.

Si une entreprise a besoin de ressources humaines pour fonctionner, de quelles **ressources** ont besoin ces humains pour être efficaces ? De l'énergie, évidemment, mais aussi une capacité à travailler **avec** les autres et à être perçu comme un collaborateur potentiel. Ces deux critères créent de la motivation, élément indispensable pour un fonctionnement optimal.

Le manque de **communication**, l'**incompréhension** de nos fonctionnements, et la présence de **stress**, créent des conflits et consomment toute l'énergie disponible.

Si une société désire optimiser ses ressources humaines, il semble évident que les points à traiter en priorité sont :

- Que chacun soit capable de **communiquer** de manière efficace
- Que chacun puisse comprendre son **fonctionnement** et celui de ses collègues.
- Que chacun soit capable de gérer un minimum son **stress** pour conserver son équilibre

Dans les pages suivantes, vous trouverez un descriptif de formations destinées à optimiser les relations et la compréhension de notre fonctionnement.

*"Philippe anime des formations chez nous depuis 2015. Depuis ce moment-là, j'ai enfin l'impression que nos formations sur la gestion de conflit et de l'agressivité ont réellement un impact. Les gens en reviennent ressourcés et avec une vue différente sur leur rôle et l'impact de leur attitude dans la situation. On entend souvent : "Je voudrais que tout mon service puisse suivre cette formation", "Il faudrait la rendre obligatoire". C'est rassurant de savoir que nous pouvons offrir à nos collègues, qui vivent parfois des situations très difficiles, une formation de qualité."*

Veerle Cochez, RH - Clinique Saint-Jean, Bruxelles

### Quelques références



## ENNEAGRAMME (2 jours)

---

L'ennéagramme est une représentation de 9 profils de personnalités qui met en lumière notre mode de fonctionnement. Grâce à cette formation, vous découvrirez la richesse de cet outil quand on ne se limite pas à une simple description de caractéristiques, son aspect dynamique, mais aussi comment l'utiliser concrètement quand on a identifié son profil.

Ces deux journées intensives vous permettront de vous approprier et outil et de l'utiliser au quotidien, avec les collègues, les patients ou en famille.

Nous ferons également le lien entre chaque profil et les notions de démotivation et de burn-out.

- Public cible :      ✓ Toute personne désireuse de comprendre notre fonctionnement, et d'être plus efficace dans ses relations interpersonnelles ou de gestion d'équipe.  
                        ✓ Groupe limité à 12 personnes (sur demande au-delà de 12).
- Durée :              ✓ 2 ou 3 jours, de 9h00 à 16h30
- Objectif :           ✓ Comprendre l'ennéagramme et être capable de l'utiliser au quotidien  
                        ✓ Faire le lien avec les notions de démotivation et de burn-out
- Programme :        ✓ Découvrir les 9 profils de personnalités  
                        ✓ Comprendre la dynamique complexe de l'ennéagramme  
                        ✓ Les pistes qui permettent à chaque profil d'évoluer  
                        ✓ Les attitudes à adopter et celles à éviter avec chaque profil  
                        ✓ Les facteurs qui poussent chaque profil à la démotivation ou au burn-out
- Méthode :            ✓ Alternance de moments de théories et d'exercices en groupe  
                        ✓ Analyse successive des différentes caractéristiques  
                        ✓ Accompagnement individualisé du formateur
- Remarques :        ✓ L'ennéagramme n'est pas un outil thérapeutique et ne remplace pas un accompagnement psychologique  
                        ✓ L'ennéagramme ne consiste pas à mettre les gens dans une case (cette interprétation est liée à une méconnaissance de cet outil)  
                        ✓ Le rôle du formateur est un rôle de facilitateur. Chaque participant garde sa responsabilité dans la découverte de son profil. Je n'utilise pas de test écrit ou de questionnaire à remplir
- Prix :                ✓ Sur demande

## GESTION DE CONFLIT ET DE L'AGRESSIVITÉ (2 jours)

---

Par une approche globale et pragmatique, les outils proposés permettent de percevoir et de gérer les situations conflictuelles et les différentes formes d'agressions de manière plus sereine et plus efficace, que ce soit au niveau professionnel ou privé.

Pendant ces 2 journées, les participants seront invités à changer leur perception du conflit et de l'agressivité, à prendre leur part de responsabilité dans leur processus de création et de résolution, et à intégrer des outils efficaces qui leur permettront de gérer les situations conflictuelles de manière plus sereine.

- Public cible :
- ✓ Toute personne désireuse d'améliorer ses relations interpersonnelles et de découvrir l'utilisation concrète d'outils de communication
  - ✓ Groupe limité à 12 personnes

- Durée :
- ✓ 2 jours, de 9h00 à 16h30

- Objectif :
- ✓ Comprendre et mettre en œuvre les stratégies de résolution de conflit adaptées aux différentes situations de tension ou d'agressivité
  - ✓ Développer un mode de fonctionnement préventif
  - ✓ Comprendre les principaux types d'agressivités et identifier les différents moyens adaptés d'y répondre
  - ✓ Mieux gérer les émotions et le stress face à une situation difficile

- Programme \* :
- ✓ Les principes de base d'une communication consciente
  - ✓ Les sources et la dynamique du conflit
  - ✓ La part de responsabilité de chacun dans la création d'une situation de conflit ou d'agressivité
  - ✓ Notions d'assertivité et structure d'un message assertif
  - ✓ Les différents types d'agressions verbales
  - ✓ Les outils adaptés pour gérer chaque situation d'agression

\* Le contenu peut varier en fonction des situations vécues par les participants et de leurs demandes

- Méthode :
- ✓ Alternance de moments de théorie, de partages en groupe et d'exercices pratiques d'intégration
  - ✓ Formation dynamique, sans PowerPoint

- Prix :
- ✓ Sur demande

## GESTION DU STRESS (2 jours)

---

Vous en avez assez de ces formules miracles qui vous disent qu'en respirant quelques minutes chaque jour votre stress va disparaître ? Vous voulez des outils qui permettent d'arrêter de générer du stress plutôt que de diminuer celui que l'on crée en permanence chaque jour ?

Cette formation est le fruit de plus de vingt ans d'expérience. Elle va plus loin que la simple gestion des symptômes liés au stress. Elle est une invitation à comprendre notre fonctionnement interne et à découvrir des outils qui permettent de non seulement gérer le stress quand il se présente mais également d'arrêter de le générer quand il n'est pas nécessaire.

- Public cible :
- ✓ Toute personne désireuse de mieux gérer son stress.
  - ✓ Groupe limité à 12 personnes.

- Durée :
- ✓ 2 jours.

- Objectif :
- ✓ Comprendre ce qu'est le stress, son utilité, ses effets.
  - ✓ Prévenir le stress en identifiant les principaux déclencheurs.
  - ✓ Apprendre à le gérer de manière efficace quand il est présent.
  - ✓ Apprendre à ne plus en générer quand il n'est pas nécessaire.

- Programme : \*
- ✓ Fonctionnement du stress et utilité.
  - ✓ Différencier le *bon stress* du *mauvais stress*.
  - ✓ Identifier les principales sources de stress.
  - ✓ Les solutions adaptées pour le gérer efficacement en fonction de son origine.
  - ✓ Comment gérer son temps et des priorités.
  - ✓ Identifier les signes d'épuisement professionnel (burnout) et le gérer avant qu'il ne soit trop tard.

\* Le contenu exact de la formation varie en fonction des problématiques rencontrées par les participants.

- Méthode :
- ✓ Alternance de moments de théorie, de partages en groupe et d'exercices pratiques de gestion du stress.
  - ✓ Des techniques simples et applicables directement, dans le cadre professionnel ou privé.

- Prix :
- ✓ Sur demande