



AMÉLIORER SES RELATIONS PROFESSIONNELLES AVEC LE MBTI®

Comprendre ses préférences et mesurer son impact sur les autres

+ INFORMATIONS PRATIQUES

DURÉE

- 2 jours + 1 soit 21 heures

NOMBRE OPTIMUM DE PARTICIPANTS

- De 6 à 8 personnes

PUBLIC

- Toute personne ayant besoin de mieux se connaître et d'appréhender les différences pour gagner en efficacité professionnelle individuelle et collective

PRE-REQUIS

- Passer le questionnaire MBTI® en ligne

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques, d'exercices ludiques et de mises en situation

EVALUATION

- Synthèses régulières des points clés par les participants
- Bilan de fin de formation avec micro-engagements

VALIDATION

- Attestation de formation



SUR LE MBTI®

- Le MBTI® permet d'identifier ses préférences fondamentales et ainsi les utiliser à bon escient pour soi et dans sa relation avec les autres.
- C'est un modèle qui ne juge pas, qui ne classe pas, qui décrit la personnalité de façon dynamique et détaillée.
- Il permet de comprendre les différences afin d'en tirer parti.

+ OBJECTIFS

- **Mieux se connaître** et mieux comprendre ses interlocuteurs : managers, collègues, collaborateurs, clients...
- **Prendre conscience** de son impact sur les autres (conflit, management...)
- **Améliorer** son efficacité relationnelle & professionnelle
- **Développer** son potentiel



+ ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

JOURS 1 & 2

Présentation du MBTI®

- Les Origines (Jung)
- La notion de préférence : description et exercice.
- Les travaux de Myers Briggs

La découverte de son type : du questionnaire au type validé

- L'orientation de l'énergie : ce qui nous dynamise ?
- Les modes de perception : comment nous recueillons l'information ?
- Les critères de décision en fonction de quoi nous décidons
- Les modalités d'organisation : comment gérons-nous notre espace et notre temps ?

Analyse de la dynamique individuelle :

- Quels sont vos besoins, vos motivations
- Quels sont vos atouts, vos sources de tension et de stress.
- Apprendre à utiliser ses non-préférences pour explorer son potentiel

Mieux comprendre les autres : les différences, les complémentarités

- Les 16 types de personnalités selon le MBTI®
- Identifier les sources de stress et de conflit dans une équipe
- Appliquer le modèle au management, à la gestion d'équipe

Plan d'action personnel :

- Définir ses propres objectifs de développement dans les relations interpersonnelles, le management, la gestion des conflits

JOUR 3 : 1 à 2 mois après mise en application

- Débriefing sur les changements observés
- Approfondissement sur le fonctionnement de chaque type : dynamique, atouts et faiblesses
- Reconnaître la personnalité de ses interlocuteurs.

