

# Mieux se connaître, mieux comprendre les autres et développer son aptitude relationnelle avec le MBTI®

Code produit : MBTI Version : v1

## **FINALITE DE LA FORMATION**

Le Modèle MBTI® (pour Myers Briggs Type Indicator) est basé sur la notion de préférences individuelles. Cela implique que nous disposons d'un ensemble de possibilités, mais nous en privilégions certaines par rapport aux autres. Ainsi, cet outil permet une meilleure connaissance de soi, une compréhension de ce qui nous différencie des autres.

Il permet de ce fait d'accroître ses compétences relationnelles afin de mieux communiquer, d'appréhender les différences comme une richesse et non comme un obstacle, de poser les bases d'une relation saine, en ajustant son mode de fonctionnement à son environnement

## **OBJECTIFS PEDAGOGIQUES**

- Découvrir son profil psychologique avec le MBTI® et identifier ses préférences
- Connaître les différents types de personnalité
- Mieux comprendre ses modes de fonctionnement et ceux d'autrui

## **PUBLIC CONCERNE**

Toute personne souhaitant développer son potentiel et son efficacité personnelle

## **PREREQUIS**

Aucun

## **MODALITES**

**Durée** : 14 heures / 2 jours

**Type** : Présentiel

**Méthodes et moyens pédagogiques** : Apports théoriques et pratiques, jeux de rôle, QCM, vidéo de présentation, support informatique, livrets

**Validation des acquis** : QCM, tour de table, observation

**Sanction de la formation** : Attestation de fin de formation

**Profil de l'intervenant** : Formateur certifié MBTI®, expérimenté

## PROGRAMME

---

### ❖ **Module 1 : Introduction**

- Présentation du modèle, de ses fondements
- Les 4 dimensions MBTI® et leurs impacts sur les attitudes, la communication, le fonctionnement
- La notion de « préférence »

### ❖ **Module 2 : Mon profil MBTI®**

#### • **Identification de son mode de fonctionnement préférentiel sur chacune des dimensions**

- Orientation de l'Énergie
- Mode de recueil des informations
- Les critères de prise de décision
- Mode d'organisation / Mode d'action

### ❖ **Module 3 : Mon profil typologique et mes besoins en matière de communication**

- Explorer ses propres qualités et faiblesses comme des sphères de développement potentielles
- Identifier ses zones de confort et d'inconfort
- Découvrir son profil de personnalité afin de mieux ajuster sa communication

### ❖ **Module 4 : Mieux comprendre les autres**

- Reconnaître le type de personnalité des autres
- Adapter son mode de fonctionnement pour une communication plus efficace

## LES + ASFO

---

Nos responsables pédagogiques et intervenants sont des experts reconnus dans leur métier.

Certification AFNOR selon le référentiel ISO 9001.