



BY ABILWAYS

FORMATIONS COURTES

EXPERTISE

Ref. : 8953132

Duration :
2 jours - 14 heures

Pricing :
Employee - Company :
1445 € HT

DÉCOUVRIR ET DÉVELOPPER SON POTENTIEL RELATIONNEL

Développer sa personnalité grâce au MBTI®

Découvrir son profil MBTI® permet de prendre conscience de ses atouts pour mieux les mettre au service de son activité professionnelle. Améliorer son mode de communication, gagner en aisance et en confort de travail font également partie des capacités qui font professionnellement la différence. Il s'agit donc de mieux se connaître pour mieux interagir avec son entourage professionnel.

OBJECTIVES

Identifier son type de personnalité et son mode de fonctionnement
Développer son efficacité et son potentiel relationnel
S'adapter à son environnement

EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

CONCERNED PUBLIC

Cadres, managers, collaborateurs
Toute personne souhaitant développer son potentiel en termes d'efficacité personnelle et relationnelle

PREREQUISITE

Remplir individuellement, en ligne et en amont de la formation, un questionnaire permettant de définir son profil MBTI®

COMPÉTENCES ACQUISES

Analyser son mode de fonctionnement pour mieux communiquer

PARCOURS PÉDAGOGIQUE

E-quiz amont
Présentiel
E-quiz aval

PROGRAM

Découvrir et développer son potentiel relationnel

Test : profil MBTI® à remplir en amont de la formation

Identifier son profil

- Présentation du MBTI®, ses objectifs et ses applications
- Repérer les quatre dimensions du MBTI® et leur impact sur les attitudes et les comportements
- Comprendre la notion de préférence
- Identifier son mode de fonctionnement préférentiel sur chacune des dimensions

Mise en situation : découverte de son type de personnalité en groupe

Autodiagnostic : de ses préférences naturelles et de ses méthodes préférées

Mieux comprendre les autres : différences et complémentarités

- Reconnaître le type de personnalité de ses interlocuteurs
- Adapter son mode de fonctionnement pour une communication efficace

Mise en situation : les différences et les avantages des complémentarités

Identifier et comprendre les effets des préférences en situation



professionnelle

- Se situer dans son environnement de travail et dans son mode de contribution à l'organisation
- Repérer son style d'apprentissage préféré
- Le style de leadership et la résolution des problèmes

Mise en situation : détection, dans des situations données, de l'impact des types de profils sur le mode de gestion des hommes et des problèmes

Gestion du stress et des conflits

- Découvrir les mécanismes de réaction aux situations de stress en fonction de son type
- Optimiser sa gestion du stress par un contrôle de ces mécanismes
- Prendre conscience de sa relation au temps et en mesurer l'impact sur son mode d'organisation
- Prendre en compte les modes de fonctionnement différents pour améliorer le travail en équipe

Jeu de rôles : les modes d'organisation dans le travail

Évoluer vers de nouveaux comportements : le chemin de développement

- Les différentes fonctions : dominante, auxiliaire, tertiaire, inférieure et leur mode d'utilisation
- Explorer son potentiel : apprendre à utiliser ses non-préférences

Exercice d'application : à partir de son type, chacun identifie son chemin de développement

Plan d'action personnel : définition de ses objectifs de développement et des actions concrètes à mettre en place pour les atteindre

TRAINERS

Ismael LEPINOY

MOYENS HUMAINS ET TECHNIQUES

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques :

Pédagogie participative mettant l'apprenant au cœur de l'apprentissage. Utilisation de techniques ludo-pédagogiques pour une meilleure appropriation. Ancrage facilité par une évaluation continue des connaissances au moyen d'outils digitaux et/ou de cas pratiques. Cette formation s'appuie sur le questionnaire de personnalité MBTI®. Il décrit les préférences liées à la personnalité d'un individu via 16 profils « types » de personnalité qui fournissent un point de départ utile pour toute personne souhaitant mieux se connaître et comprendre ses mécanismes de fonctionnement.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.