



## Découvrir et développer son potentiel

Ref 8953132

### Découvrir et développer son potentiel

Formations courtes

---

Approfondissement	2 jours (-1 heure)	Paris
-------------------	--------------------	-------

---

### 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.

### Objectifs

Identifier son type de personnalité et son mode de fonctionnement

Développer son efficacité et son potentiel relationnels

S'adapter à son environnement

### Pour qui ?

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

**Code dokélio : 32214**

## Prérequis

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

### **Compétences acquises:**

Analyser son mode de fonctionnement pour mieux communiquer

## Programme

### **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

**1445€ HT**

## **Prochaines sessions**

### **Paris**

26 et 27 août 2019

26-08-2019

27-08-2019

13 et 14 nov. 2019

13-11-2019

14-11-2019

S'inscrire

[Nous contacter](#)