

# FORMATION MIEUX SE CONNAITRE ET MIEUX COMPRENDRE LES AUTRES AVEC LE MBTI

## Objectifs

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.

### **Public Visé**

Toute personne souhaitant développer son potentiel et son efficacité personnelle.

### **Durée**

**14.00** Heures en présentiel en présentiel  
**2** Jours

### **Pré Requis**

Aucun.

## Parcours pédagogique

### **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'Energie
- 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

## Objectifs pédagogiques

- 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
- Appréhender les différences comme une richesse et non comme un obstacle

ASFO GRAND SUD - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 76310897031

Version : MBTI-20240222

ASFO GRAND SUD

0 800 64 31 33 (n°gratuit)  
contact@groupelfc.com  
www.asfo grandsud.com



SIRET : 83420427300017  
Code APE : 8559AA  
Organisme de formation enregistré sous le  
n°76310897031 auprès du Préfet de la Région Occitane.  
(Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)

- Poser les bases d'une relation saine, en ajustant son mode de fonctionnement à son environnement

### Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques et pratiques, jeux de rôle, QCM, vidéo de présentation, support informatique.

### Qualification Intervenant(e)s

Formateur certifié MBTI®, expérimenté

### Méthodes et modalités d'évaluation

QCM, tour de table, observation

### Modalités d'Accessibilité

Accès PMR