

SE DEVELOPPER ET AMELIORER SES RELATIONS INTERPERSONNELLES GRACE AU MBTI

TARIF
350 € HT *
par personne

« Le MBTI © permet de mieux vous comprendre et d'enrichir votre développement personnel. »

OBJECTIFS DE FORMATION

Le MBTI © permet de :

- Mieux vous comprendre et de vous développer
- Découvrir vos atouts et points de développement
- Connaître vos forces et vos faiblesses
- Comprendre votre mode de communication et de résolution de problèmes
- Optimiser votre organisation
- Découvrir vos environnements préférés
- Améliorer votre capacité à vous ressourcer
- Découvrir les métiers ou environnements professionnels qui vous conviennent

**Durée : 1 jour
(7 heures)**

*** Prévoir un supplément de 15€ HT pour la passation du questionnaire MBTI papier**

***Option :**

Mise en place de séances de Train coaching individuel (1h30)

CONTENU PEDAGOGIQUE

Comprendre sa personnalité, son mode de fonctionnement, ses environnements préférés, son mode d'apprentissage ou de travail, ses points forts à développer et ses points de vigilance.

- Passation du questionnaire auto-scorable
- Présentation générale du MBTI
- Passation orale du questionnaire
- S'auto-positionner et déterminer ses 4 lettres MBTI
- Comprendre les différentes facettes de sa personnalité à travers son profil MBTI

Analyser ses points de développement pour développer ses compétences individuelles et améliorer ses relations interpersonnelles.

- Soi et les Autres
- Comprendre les points forts des différentes personnalités et la diversité des modes de fonctionnement au sein du groupe (MBTI)
- Analyser les différents types pour comprendre comment les uns et les autres interprètent et agissent au sein d'un groupe.
- Promouvoir la diversité comme une force et une synergie et non plus comme un danger potentiel.

Qu'est ce que la communication ?

- Les principes de base de la communication interpersonnelle (Etats du moi)
- S'affirmer dans ses relations interpersonnelles
- Les filtres et les distorsions
- La carte n'est pas le territoire (PNL)
- Donner et recevoir du feedback pour éviter les interprétations
- Déléguer et / ou responsabiliser pour motiver

PROPOSITION DE
FORMATIONS SUR MESURE
CONTACTEZ-NOUS:

Patricia MORREVE
pmorreve@ac2v.fr
Tél : 06.24.71.06.32

AC2V Conseil
122 rue du Château d'Orgemont
49000 Angers



DATES ET VILLE :

ANGERS

Nos prochaines sessions :

- Le 30/11/2018
- Le 08/03/2019
- Le 26/04/2019

CONTENU PEDAGOGIQUE

Plan d'action de développement personnel

- **Identifier des environnements** favorisant une plus grande efficacité personnelle et de son mode de contribution à l'organisation
- **Accepter son comportement** face au stress et les conflits pour mieux les gérer
- **Repérer sa relation au temps** pour optimiser son organisation
- **Prendre en compte son mode de communication** pour améliorer son travail en équipe
- **Rédiger son plan de progrès personnel** avec la méthode CQCOQP

Le MBTI est un questionnaire de personnalité puissant et polyvalent qui permet une compréhension approfondie des motivations personnelles et des interactions de groupe. Il peut être appliqué à un grand nombre de **problématiques Humaines** :

- Développement managérial
- Gestion du changement
- Communication
- Cohésion d'équipe
- Mobilité interne



OUTILS ET MOYENS

- DISC / PNL / Technique de communication non violente / Méthode de questionnement « CQCOQP », d'organisation « OMDC »
- Cours (Format PDF) et fiches (format papier)
- Expériences théoriques
- Exercices pratiques (Méthode d'organisation et de structuration de pensée CQCOQP, comprendre son style de leadership, communication efficace avec le DESC et la méthode DISC).
- Etudes de cas et mises en situation.
- Réflexion de groupe : le management, les types de personnalités, les difficultés de communication ou relationnelles.
- Echange de pratiques.
- Plan d'action individuel pour identifier ses difficultés et mettre en place des actions pour les contourner.



Votre Formateur KARINE YOU GARBARINI

Formatrice et Coach professionnelle

Expériences :

- ⇒ Commerciale et Manager
- ⇒ Consultante en Recrutement des cadres et en bilan de compétences.
- ⇒ Formatrice et Coach Certifiée

Formation :

Praticien en :

- * Analyse Transactionnelle
- * 16PF®: Test de Recrutement
- * MBTI®: questionnaire de personnalité : accompagnement et développement des individus
- * P.N.L: Communication et clarification d'objectifs

Certifiée :

- * Arc En Ciel DISC®
- * Coach Professionnel et Personnel-RNCP NIV I
- * Parcouréo : construire son PPP
- * Consultante en Bilan de Compétences
- * Sophro-relaxologue : Amélioration de l'efficacité et du bien-être des individus par la gestion du stress.



POUR QUI?

PUBLIC VISE et PRE-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis et est adaptée à tous.

Votre conseillère

Patricia MORREVE

pmorreve@ac2v.fr

Tél : 06.24.71.06.32

AC2V Conseil
122 rue du Château d'Orgemont
49000 Angers
Organisme de Formation Datadocké