



# MBTI®

## Décoder son fonctionnement et mieux comprendre les autres pour développer son intelligence relationnelle

### Objectifs :

- Mieux comprendre son fonctionnement
- Identifier ses forces et son potentiel de développement
- Repérer les différences de fonctionnement et les transformer en richesses
- Grandir dans sa relation aux autres : prendre du recul, dépassionner les relations, gérer son stress
- Adapter sa communication pour gagner en efficacité

### Contenu :

Comprendre la construction du modèle MBTI®

- Historique : la théorie des types de Jung
- La notion de préférences
- Passation du questionnaire MBTI®

Déterminer son type MBTI®

- Explorer les 4 dimensions
- Valider son type
- Prendre conscience de ses forces et de son potentiel de développement

Approfondir la compréhension de son type et définir son plan de développement

- Comprendre la dynamique des fonctions
- Décrypter ses motivations profondes grâce aux fonctions orientées
- Définir son chemin de développement
- Gérer son stress en fonction de son type

S'approprier le modèle MBTI® : améliorer son efficacité dans un collectif et adapter sa communication

- Travailler à plusieurs : décoder le profil de l'équipe et s'appuyer sur les complémentarités
- Approche de résolution de problèmes
- Adapter sa communication en fonction de son interlocuteur

**Durée :** 2 jours

**Public et prérequis :** Tout public - aucun prérequis

**Tarif :** Sur devis

### Pédagogie Quilotoa :

Issue des techniques théâtrales, active et pratique, elle vise à donner à chaque participant l'autonomie indispensable à toute progression durable. Des repères théoriques, transmis de manière interactive, complètent les exercices pratiques pour aider à l'appropriation.

### Évaluation :

**Évaluation permanente :** au fil de l'eau lors des différentes mises en situation.

**En fin de formation :** sur un exercice de synthèse.

**Après la formation :** via un formulaire en ligne.

### Personnes en situation de handicap :

Notre siège accueille des personnes à mobilité réduite.

Pour de plus amples renseignements, contactez notre référente handicap : [n.barbey@quilotoagroup.com](mailto:n.barbey@quilotoagroup.com)