



Mieux se connaître pour collaborer

Cette formation permet à chaque participant de mieux comprendre son propre fonctionnement et celui des autres grâce à la découverte de son profil MBTI®.





Explorer votre personnalité et développer des relations de travail plus fluides

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier leurs préférences comportementales à l'aide du MBTI®
- Comprendre les différents modes de fonctionnement au sein d'une équipe
- Adapter leur communication selon leurs interlocuteurs
- Mieux gérer les situations d'incompréhension ou de tension
- Développer des relations professionnelles plus efficaces et constructives

APTITUDE

- Communication interpersonnelle
- Ecoute active
- Intelligence relationnelle
- Adaptabilité comportementale
- Coopération et travail en équipe

DURÉE

1 journée - 7h en présentiel

DÉLAI D'ACCÈS

Ils sont fixés à 30 jours, mais peuvent être ramenés à un délai plus court, en fonction du caractère d'urgence de votre demande et de la disponibilité du formateur.

TARIFS

2880€HT par personne

MÉTHODES MOBILISÉES

- Apports théoriques interactifs
- Auto-positionnement et découverte du profil MBTI®
- Exercices individuels et collectifs
- Etudes de cas
- Jeux pédagogiques
- Mises en situation professionnelles

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire d'auto-positionnement en début de formation
- Exercices pratiques tout au long de la journée
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à chaud

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Support pédagogique remis aux participants
- Questionnaire MBTI® ou équivalent
- Salle équipée d'un vidéoprojecteur
- Paperboard et matériel d'animation
- Documents de travail et fiches pratiques
- Supports numériques de synthèse

ACCESSIBILITÉ

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap dès lors que l'entreprise contractante pourra prévoir les adaptations techniques indispensables (accès, salle, équipements), et pédagogiques (intervenant, ressources, durée). Dans tous les cas, merci de prendre contact avec nous.

PROGRAMME DE LA JOURNÉE

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA JOURNÉE

Matin

9h00 – 9h30 : Accueil et lancement de l'atelier

- Présentation des participants
- Recueil des attentes
- Présentation des objectifs de la journée
- Introduction à la connaissance de soi et aux dynamiques relationnelles

9h30 – 11h00 : Découverte de son profil de personnalité

- Présentation du modèle MBTI®
- Passage du questionnaire
- Identification des préférences individuelles
- Analyse des premiers résultats

11h00 – 12h30 : Comprendre les différences de fonctionnement

- Les différentes façons de percevoir et traiter l'information
- Les modes de décision
- Les styles de communication
- Échanges et partages d'expériences

APRÈS-MIDI

13h30 – 15h00 : Communiquer efficacement avec des profils différents

- Les besoins relationnels selon les profils
- Adapter son discours et son mode d'interaction
- Identifier les risques de malentendus
- Exercices pratiques de communication

15h00 – 16h15 : Coopérer dans un collectif

- Forces et complémentarités des différents profils
- Fonctionnement d'une équipe diversifiée
- Gestion des désaccords et des tensions
- Atelier collaboratif en sous-groupes

16h15 – 17h30 : Mise en situation et plan d'action personnel

- Cas pratiques et jeux de rôle
- Débriefing collectif
- Élaboration d'engagements individuels
- Synthèse des apprentissages et clôture de la journée