

Mieux se connaître et s'accepter grâce au MBTI (1J)



Descriptif

« *Connaître les autres, c'est sagesse. Se connaître soi-même, c'est sagesse supérieure.* » - Lao-Tseu

Bien se connaître est un préalable indispensable à l'acceptation de soi et à la compréhension de l'autre. Découvrir ses propres préférences dans l'existence est l'un des plus beaux cadeaux que l'on puisse s'offrir. Il devient alors possible de mieux prendre soin de soi et d'être plus efficace professionnellement. Le MBTI (Myers & Briggs Type Indicator) est un outil développé à partir des travaux de Carl Gustav Jung et le plus utilisé au monde. Il amène une ouverture d'esprit face à la différence et aide à optimiser sa communication avec les autres, dont les caractéristiques diffèrent parfois diamétralement des nôtres.

Après avoir répondu à un questionnaire en ligne avant la formation, les participants à cette formation vont pouvoir découvrir leurs préférences, valider leur profil MBTI, dans une optique de mieux vivre ensemble.

Objectifs

- Découvrir les caractéristiques de leur profil MBTI personnel ;
- Identifier la source d'énergie qui leur correspond ;
- Comprendre la manière dont ils récoltent les informations ;
- Analyser et optimiser leur processus de décision ;
- Apprendre à mieux appréhender leur environnement personnel et professionnel ;
- S'organiser de manière optimale ;
- Développer leurs compétences d'apprentissage ;
- Prendre conscience des préférences de communication de leurs interlocuteurs ;
- S'ouvrir à divers modes de pensée, de communication, d'organisation, de fonctionnement.

Pour aller plus loin

- Oser être soi au travail (1J)
- Dépasser les différences et réussir ensemble (1J)
- Prendre sa place dans son équipe (1 J)