

PROGRAMME DE FORMATION

MBTI

Durée de la formation :
21 heures

Modalités et délai d'accès à la formation :

Admission après entretien,
Délai d'accès : environ 15 jours
à réception des documents
contractuels signés

Rythme :
Sur mesure

Format :
À distance ou en présentiel

CertifInfo :

- 15034 : Relation interpersonnelle

Formacode :

- 15066 — Développement personnel & connaissance de soi

Lieu de formation :

ISEAH FC
Metz – 20 rue Joséphine Caye
57070 METZ
Ou dans vos locaux

Nombre de participant(s) :
De 1 à 10 participants

Prérequis :

Si formation à distance, avoir un ordinateur fonctionnel muni d'un micro, d'une webcam et d'une connexion internet. Savoir lire, écrire et comprendre le français.

Public visé :

Toute personne souhaitant mieux se connaître, comprendre ses modes de fonctionnement et améliorer ses interactions et sa communication en milieu professionnel ou personnel.

Profil de l'intervenant :

Formateur(trice) audité(e) par nos soins afin d'évaluer ses compétences

Objectifs de la formation & compétences visées :

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

- Comprendre le modèle MBTI et ses applications dans le développement personnel et professionnel ;
- Identifier leur type de personnalité MBTI et ses caractéristiques ;
- Comprendre les types MBTI des autres et adapter leur communication et leur management ;
- Appliquer le MBTI pour améliorer la cohésion d'équipe et les relations professionnelles ;
- Utiliser le MBTI pour mieux gérer les situations de stress et les conflits ;
- Attester de leur capacité à mobiliser le MBTI dans un contexte personnel et professionnel.

Modalités d'évaluation :

- Évaluation diagnostique en début de formation
- Évaluations formatives tout au long du parcours (exercices, cas pratiques)
- Évaluation finale : test reprenant l'ensemble des compétences visées
- Critère d'atteinte des objectifs : validation des acquis $\geq 75\%$
- Attestation de formation délivrée en fin de parcours
- Test des prérequis et des acquis

Modalités de suivi et d'exécution de la formation :

- Convocation envoyée avant la formation précisant les modalités de déroulement
- Contrôle de la présence via émargement ou équivalent
- Questionnaire de satisfaction à chaud
- Certificat de réalisation et/ou attestation mentionnant objectifs, nature, durée et résultats des évaluations
- Enquête de satisfaction globale à l'issue de la formation

Méthodes pédagogiques / techniques / d'encadrement mobilisées :

- Pédagogie active et participative : jeux de rôles, simulations, discussions
- Supports de cours adaptés + exercices pratiques
- Activités médiatisées en ligne pour le distanciel
- Assistance technique et pédagogique au 07.88.79.31.16
- Pour le distanciel : ordinateur + micro + caméra + internet

Passerelles / Suite de parcours :

HERMANN, les fondamentaux du management, leadership management, leadership et management, management d'équipe, prévenir et gérer les conflits...

Débouchés :

Cette formation ouvre des débouchés vers les métiers de coach, consultant RH, manager ou formateur souhaitant mieux comprendre les profils de personnalité pour optimiser la communication et la performance.

Accessibilité aux personnes handicapées :

ISEAH FC s'engage à étudier toutes les adaptations nécessaires aux besoins des personnes en situation de handicap, qu'ils soient pédagogiques, matériels ou organisationnels (sur demande par mail à l'adresse fc@iseah.fr ou au 07.88.79.31.16).

CONTENU DE LA FORMATION

MBTI

Introduction au MBTI et à la typologie psychologique

- Historique et fondements du MBTI
- Les 4 dimensions et 16 types de personnalité
- Différence entre personnalité et comportement

Identification de son profil MBTI

- Passage du test MBTI officiel ou simplifié
- Analyse individuelle des résultats
- Auto-évaluation et compréhension de ses préférences

Les dimensions MBTI en profondeur

- Extraversion vs Introversiion
- Sensation vs Intuition
- Pensée vs Sentiment
- Jugement vs Perception
- Exercices pratiques et cas concrets

Comprendre et adapter son style avec les autres

- Identifier les types MBTI dans son entourage professionnel
- Adapter sa communication selon le type MBTI
- Exercices pratiques de mise en situation

MBTI et management / travail en équipe

- Utiliser le MBTI pour motiver et accompagner ses collaborateurs
- Identifier les forces et limites des types MBTI en équipe
- Études de cas et exercices collectifs

MBTI et gestion du stress / conflits

- Comprendre la réaction au stress selon le type MBTI
- Adapter ses stratégies de résolution de conflits selon le profil
- Exercices pratiques et simulations