

Les clés du MBTI & de la Process Communication

Mieux se connaître pour mieux
communiquer...



Objectifs

3 jours de formation pour :

- Comprendre son propre mode de fonctionnement et ses préférences naturelles
- Développer son potentiel et son efficacité
- Prendre conscience de la richesse des différences et des complémentarités
- Améliorer ses relations avec les autres

Inscription : <https://www.ikigairh.com/formation-mbti-processcom>
nadine@ikigairh.com – christophe@ikigairh.com
Nadine 06 69 33 24 76 – Christophe 06 19 22 45 56

Organisation

- Durée : 3 jours (21 heures)
- Horaires : 9h30 – 12h30 / 14h00 – 18h00
- Lieu : Nantes ou La Chapelle sur Erdre
- Nombre de participants : de 6 à 10

Démarche et approche

Une approche **pragmatique et ludique**, qui allie deux outils à la fois simples et puissants, en privilégiant la **prise de conscience** par l'expérimentation et les vécus de chacun.e.

Animée par Nadine et Christophe deux coachs/formateurs certifiés ayant des profils de personnalité opposés et complémentaires.

Contenu et déroulement

#J1 Le MBTI

Matin

- Inclusion
- Mise en situation sur les préférences naturelles
- Passation et auto correction du questionnaire
- Présentation animée, vivante et illustrée des 4 dimensions et des 8 polarités
- Clarification des préférences individuelles

Après-Midi

- Exercices de mise en application autour des 4 dimensions
- Extraversion /Introversion – Sensation / iNtuition – Thinking /Feeling - Jugement /Perception
- La croix de développement et les différents âges de développement au cours la vie
- Conclusion

#J2 La Process Com

Matin

- Retours sur la journée précédente
- Inclusion avec l'interview « 6 questions »
- Base et la phase actuelle : les identifier, les connaître et les reconnaître chez les autres
- Les besoins et les motivations de chaque phase
- Les changements de phase
- L'ascenseur
- Restitution des Inventaires de Personnalité individuels
- Clarification sur les 6 types de personnalité

Après-Midi

- Les canaux de communication et les besoins psychologiques
- Les comportements sous stress et les masques
- La gestion de son propre stress et celui des autres
- Jeux de rôle à partir des 6 styles de communication et motivations
- « Qui dit ? »
- « Comment dire ? »
- Conclusion et plans d'actions individuels

#J3 Les Retours d'Expériences

Matin

- Inclusion
- Tour de table des différentes expérimentations
- Approfondissement des cas individuels
- Travaux en sous-groupes

Après-Midi

- Apports complémentaires théoriques et pratiques
- Le Triangle dramatique
- La Communication Non Violente
- L'Analyse Transactionnelle

Dates des sessions

- 24 et 25 juin 2019 + une journée en septembre à définir avec le groupe
- 9 et 10 septembre 2019 + une journée en octobre à définir avec le groupe

Coût

- 1 895 € HT par participant en inter-entreprises
- 8 795 € HT en intra-entreprise (groupe de 10 personnes maximum)
- Éligible par votre OPCO

Les différentes composantes de notre personnalité ... il n'y en a pas de bonnes ou de mauvaises. Notre personnalité est un ensemble de caractéristiques que nous avons tendance à mobiliser plus ou moins !