

Optimiser sa communication avec les autres grâce à la méthode MBTI

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Objectif de formation

Mieux se connaître pour améliorer sa communication et la collaboration avec les autres.

Programme

Découvrir son profil psychologique avec le MBTI®

Découvrir le MBTI® : les travaux de Jung, Myers et Briggs

Etablir son diagnostic personnel et analyser les résultats

Comprendre les quatre dimensions du MBTI® et leur impact sur les attitudes, les comportements et les relations avec les autres

Détecter ses potentialités et ses besoins de développement

Améliorer l'impact de sa communication personnelle

Découvrir les composantes de la communication interpersonnelle

Comprendre l'impact de chaque préférence dans les situations de communication

Mettre en œuvre les règles d'une communication efficace

Reconnaître le type de personnalité de ses interlocuteurs

Comprendre les comportements des autres et savoir s'y adapter

Mieux gérer les situations conflictuelles

Améliorer son efficacité personnelle et professionnelle

Analyser ses activités à la lumière de ses préférences psychologiques

Mieux connaître sa relation au temps et à la pression au travers du MBTI®

Mieux s'organiser et mieux gérer son stress

Développer ses capacités créatives

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Toute personne souhaitant mieux se connaître, développer son potentiel et optimiser sa communication interpersonnelle

Durée

1 jour dont 7 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

400 € par stagiaire

Adresse

Site de Rennes/Bruz

Campus de Ker Lann,
6 Rue des frères Montgolfier, BP
17201

35172 Bruz

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>

Les points forts de la formation

- Le modèle MBTI permet de vous accompagner dans votre développement personnel tout au long de la vie en offrant une base pour travailler sur les problématiques les plus courantes du monde professionnel d'aujourd'hui, telles que : la communication, le leadership, la gestion du changement, gestion et travail d'équipe, prise de décision et les conflits.

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun

→ **Niveau d'entrée** : Sans niveau spécifique

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Identifier les types de personnalité avec le MBTI. Connaître sa façon d'agir et d'être en relation avec autrui. Développer ses qualités et son potentiel relationnel.

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation.

Modalités pédagogiques

Apports théoriques et méthodologiques. Cas pratiques et très nombreux exercices. Pédagogie active et participative. Le MBTI® (Myers-Briggs Type Indicator) est l'indicateur de personnalité basé sur la théorie des types psychologiques développée par Carl Jung.

Les sessions



Bruz

- 26 novembre 2026

Date et mise à jour des informations : 26/11/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Contacts



JAMOIS Anne Emmanuelle

Anne-Emmanuelle.JAMOIS@ille-et-vilaine.cci.fr

CCI Formation Ille-et-Vilaine - Site de Ker Lann - N° SIRET 130 022 809 00011 - N° d'activité 53351000435
Campus de Ker Lann, 6 Rue des frères Montgolfier, BP 17201 - 35172 Bruz
Tél. : 0299054545 - cci.formationcontinue@fac-metiers.fr - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>



CCI FORMATION
BRETAGNE