

Passer le MBTI

Individuellement

En équipe

Mieux se connaître

Mieux comprendre les autres

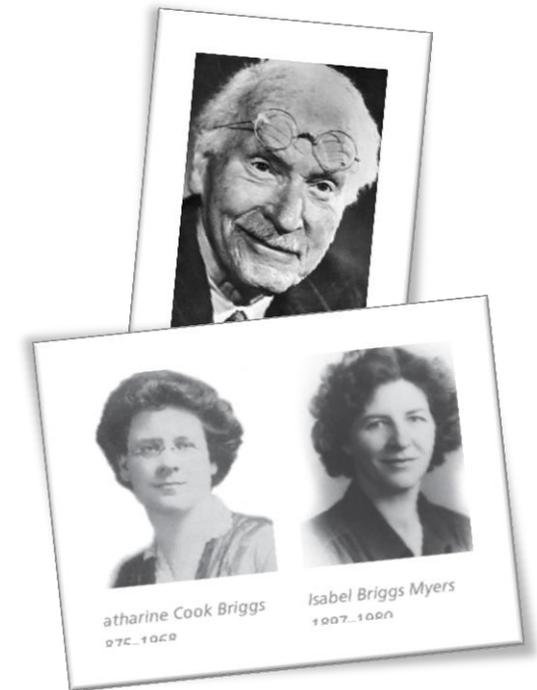
Le MBTI, c'est quoi ?

MBTI = 'Myers Briggs Type Indicator'

(indicateur typologique de Myers Briggs)

C'est un **outil de connaissance de soi et des autres**, basé sur :

- la théorie de la personnalité du psychiatre suisse **Carl G. Jung** ;
- le modèle mis au point par **Katherine Briggs** et **Isabel Briggs Myers**, qui ont voulu rendre les idées de Jung accessibles au plus grand nombre.



Quelles sont ses spécificités ?

- C'est un des rares modèles de personnalité qui **décrit les différences de manière positive**.
- **Aucun type n'est meilleur que l'autre** : chacun a ses forces et ses points de développement potentiel.
- **Il ne mesure pas** la personnalité, mais aide à décider quelle catégorie ou type psychologique correspond le plus à sa personnalité.
- **Il aide à connaître** la manière de fonctionner qui correspond le plus à sa personnalité parmi **4 dimensions essentielles de la personnalité** :
 - d'où est-ce que je tire mon énergie et où je porte mon attention ?
 - comment je préfère recueillir l'information ?
 - comment je prends mes décisions ?
 - quel est mon mode d'organisation et mon rythme de vie idéal ?

Qu'apporte-t-il ?

- **Mieux se connaître** et se situer dans un cadre qui décrit les **différences de personnalité** d'une manière positive et constructive.
- **Identifier ses spécificités**, notamment :
 - **ses points forts**, et comment s'appuyer dessus ;
 - **ses besoins**, et comment les nourrir ;
 - **ses points de développement potentiel**, et comment les travailler.
- **Appréhender les différences qui peuvent exister entre les personnes** et comprendre comment les différents types peuvent être complémentaires.

Comment ça se passe ?

- **1 questionnaire** individuel (en ligne ou sur papier, 88 questions) ;
- **1 entretien de découverte du type**, au cours duquel vous découvrirez vos préférences et déterminez votre type (individuel ou en groupe) ;
- **avec 1 praticien certifié** par *The Myers Briggs Company*, dans le respect de la **déontologie** du MBTI et de la **confidentialité** ;
- **1 rapport** sur votre type MBTI ;
- **Durée :**
 - Réponse au questionnaire : 20 à 30 mn environ ;
 - Entretien individuel : 1h30 minimum ;
 - Entretien en équipe : une demi-journée minimum.

Le MBTI... et après ?

INDIVIDUS :

Mieux vous connaître

Développement personnel
Coaching de vie

Développement et orientation
de carrière

Bilan vocationnel
Coaching de carrière

... en
cohérence
avec VOTRE
personnalité

EQUIPES :

Mieux interagir et
appréhender les
différences de
manière positive

Mieux vivre avec les autres
au travail comme à la maison

Travailler en équipe
... avec sa personnalité
Développer les talents

Mieux communiquer
et gérer les conflits

... dans le
respect des
différences
et la
reconnaissance
des talents de
chacun

Quelques démarches possibles avec le MBTI :

- Je réfléchis à **l'orientation de ma carrière**, celle-ci doit tenir compte de ma personnalité
- Je développe un *leadership* adapté à ma personnalité, qui prenne aussi en compte la diversité des talents de mon équipe
- Je fais des **choix de vie en cohérence avec ma personnalité** et celle de mes proches
- Mon **équipe** apprend à mieux comprendre les différences de fonctionnement et les talents spécifiques de chacun, pour **mieux coopérer, communiquer et gérer les conflits**
- Je travaille la **confiance en soi**, l'acceptation de soi, la reconnaissance de mes talents propres et leur mise en œuvre
- J'identifie les **spécificités de mon stress**, et le gère en fonction de mes limites et mes besoins propres

Personnalisez votre démarche

... pour vous, pour votre organisation



Coaching & Formations

Delphine Bresson

*Coach certifiée RNCP 1
Praticienne MBTI et TKI
Professeure agrégée*



del.bresson@yahoo.fr

06 29 18 74 55

www.bresson-coaching.fr