

Mieux se connaître pour mieux collaborer

Organisme de formation : Alexandra Bily Conseil

Formatrice : Alexandra Bily

Durée : 1 à 2 jours (format adaptable)

Lieu : Présentiel (locaux entreprise, coworking) ou distanciel (visio)

Dates : À la demande (disponible toute l'année)

Participants : entre 8 et 10 personnes maximum / session

Pré-requis : Aucun, hors validation par l'entreprise

Tarif : 1500€ HT / jour + rapport MBTI® Niveau II (facturé séparément)

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les fondements du modèle MBTI et ses origines théoriques (Carl Jung).
 - Identifier les préférences des quatre dimensions du modèle MBTI.
 - Prendre conscience de son propre type de personnalité.
 - Comprendre l'influence des types MBTI sur la communication, la collaboration et la prise de décision.
 - Adapter sa posture professionnelle pour améliorer ses relations de travail.
-

Objectifs opérationnels

Les participants seront capables de :

- **Identifier leur propre type MBTI** à l'aide du questionnaire officiel et d'un entretien de groupe.
 - **Décrypter leurs comportements et ceux de leurs collègues** à travers les types MBTI.
 - **Adapter leur style de communication** selon les préférences de leurs interlocuteurs.
 - **Appréhender les conflits et le changement** avec plus de recul.
 - **Optimiser leur participation en réunion et leur contribution au collectif.**
-

Méthodes pédagogiques

- Auto-évaluation et analyse de son profil MBTI® Niveau I.
- Apports théoriques illustrés par des cas concrets.
- Mises en situation et ateliers expérientiels (exercices sur les préférences et débriefs en groupe).
- Activités spécifiques à la communication, la prise de décision, la gestion du stress et des conflits.
- Réflexions individuelles et partages collectifs.

Alexandra Bily Conseil : 06 27 07 05 05 / alexandrabilypolet@gmail.com / www.alexandrabilypolet.com
Entreprise Individuelle

3970 Route de Ciboure, Olhette, 64122 Urrugne

NDA: 75640593764 - Code APE : 70.22Z - Siret : 92811048500010 - « exonérée de TVA — Art. 261.4.4 a du CGI ».

- Plan d'action personnalisé.
-

Moyens pédagogiques

- Questionnaire MBTI® Niveau I (outil officiel).
 - Livret individuel du profil et fiches de débrief.
 - Typies® pour visualisation des profils.
 - Support projeté / Slides – Travail en sous-groupes.
 - Accès à un Drive de formation, Digiforma et suivi post-formation.
-

Déroulé pédagogique

Format 1 jour (7h30)

Matinée : Comprendre son profil MBTI Niveau I

- Icebreaker & attentes
- Introduction MBTI I + validation du type
- Lecture et exploration du rapport individuel
- Réflexion sur les apports, zones d'alerte et leviers de coopération

Après-midi :

- Positionnement des profils de l'équipe (si inter équipe)
- Exercices sur la communication, la prise de décision, le changement et les conflits
- Lecture croisée des typologies et points de vigilance
- Définition d'un plan d'action personnel

Format 2 jours – Approfondi et interactif

Jour 1 : Approche complète du profil individuel

- Enrichissement de la connaissance de soi
- Décryptage des comportements et moteurs personnels
- Premières applications interpersonnelles (travail en binôme, groupes, mini scénarios)

Jour 2 : Dynamique d'équipe et mise en situation

- Exercices en sous-groupes sur les 4 dimensions (I/E, S/N, T/F, J/P)

Alexandra Bily Conseil : 06 27 07 05 05 / alexandrabilypolet@gmail.com / www.alexandrabilypolet.com

Entreprise Individuelle

3970 Route de Ciboure, Olhette, 64122 Urrugne

NDA: 75640593764 - Code APE : 70.22Z - Siret : 92811048500010 - « exonérée de TVA – Art. 261.4.4 a du CGI ».

- Type® + analyse collective des forces et zones de vigilance
- Ateliers ciblés : communication, décisions, conflits
- Plan d'amélioration continue : engagements et suivis

Modalités d'évaluation

- Validation des acquis par auto-positionnement et partage des retours.
- Évaluation à chaud via questionnaire de satisfaction.
- Suivi à 6 mois : entretien individuel et questionnaire à froid pour évaluer les impacts concrets.

Gestion des réclamations

Réclamation à adresser à : abily@alexandrabilconseil.com

Traitement :

- Réponse sous 7 jours ouvrés
- Traçabilité via registre numérique
- Analyse annuelle pour actions correctives

Accessibilité

Adaptation possible selon la situation de handicap. Prise de contact préalable nécessaire pour mise en œuvre d'un aménagement.

 Contact :

Alexandra Bily

 alexandrabilypolet@gmail.com |  06 27 07 05 05

 www.alexandrabilconseil.com

