



# Décrypter ses crises de vie pour progresser avec le MBTI



**DUREE :** 14h (2 jours)

**Intervenant :** Sylvie de FREMICOURT

*Coache professionnelle, thérapeute et certifiée MBTI et ITO*

## Programme :

**Constat :** Parce que la vie n'est pas un long fleuve tranquille et que l'on avance à la fois progressivement et par bascules, il est utile de comprendre ses paliers et crises de vie pour anticiper sa trajectoire, lui redonner du sens ou capitaliser sur les étapes clés.

- Les 2 journées s'adressent à des personnes qui veulent se développer et comprendre le fonctionnement de leur personnalité, sur une trajectoire de vie, interactive et en mouvement .
- Le MBTI est l'outil de développement le plus utilisé au monde.
- Deux journées de développement sont proposées à partir de votre profil, dans une compréhension globale de la dynamique des fonctions, avec l'approche Jungienne et les cycles Gestalt en éclairages de fond.
- L'alternance d'apports de concepts et les exercices concrets en groupe favorisent ainsi votre compréhension des temps forts de montée en maturité, de la double adolescence, des crises de vie et du travail de l'ombre.
- Cette formation est dédiée aux personnes qui veulent prendre du recul sur le chemin parcouru et à parcourir pour donner du sens et de la puissance aux projets qui les font grandir.

Comprendre son type de personnalité et se situer par rapport aux autres pour mieux interagir

- . Découvrir ses ressources sur les étapes de vie qui nous structurent
- . Clarifier ses potentiels et ses zones d'ombre pour avancer en congruence
- . Optimiser les binômes ou relations à plusieurs
- . Poser et reposer ce qui est pour le conjuguer avec ce qu'il advient.



Blended Learning



Présentiel



### Objectifs pédagogiques

- Comprendre son type de personnalité et se situer par rapport aux autres pour mieux interagir
- Découvrir ses ressources sur les étapes de vie qui nous structurent
- Clarifier ses potentiels et ses zones d'ombre pour avancer en congruence



### Pré-requis

- Réaliser en amont le test MBTI



### Public

- Pour toute personne en développement professionnel et personnel, ou se trouvant à un carrefour dans son évolution.



### Modalités pédagogiques

- Alternances d'apports de concepts et exercices concrets



### Modalités d'évaluations

- Test amont
- Test final
- Remise d'une attestation de compétences en fin de formation



### Tarif

- 700 €HT (hors passation test MBTI)