

Mieux au travail, mieux dans sa vie.

Source : Étude The Myers-Briggs Company « Type and Self-Awareness »

Pourquoi la connaissance de soi est-elle importante ?

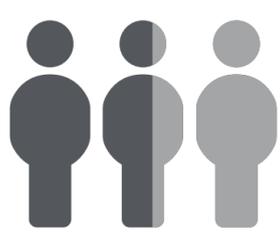
La réussite : voilà pourquoi cette connaissance est importante. Les recherches menées par nos équipes font ressortir que le développement de la connaissance de soi permet d'améliorer la :

Confiance en soi PRISE DE DÉCISION

Gestion du personnel

Gestion du stress

Dans quels domaines la connaissance de soi est-elle la plus utile ?



58%

Travailler avec les autres au sein d'une équipe



54%

Gérer le stress



45%
Gérer et diriger les autres



50%
Faire face au changement



53%
Agir en tant que coach



33%
Gérer la clientèle



28%
Etre coaché ou recevoir un feedback

Développement de la connaissance de soi et de ses collaborateurs : bénéfices pour l'entreprise

Le MBTI® est un outil qui développe la connaissance de soi.

Dans notre étude, nous avons demandé aux participants en quoi la connaissance de leur Type MBTI leur a été utile. Voici les principaux résultats obtenus :

88%

des répondants ont dit **capitaliser sur leurs points forts**

65%

ont dit **prendre de meilleures décisions**

74%

ont dit **gagner en assurance en tant que leader**

72%

ont dit **mieux comprendre leur contribution au travail**

Comment développer la connaissance de soi ?

Il y a plusieurs façons d'améliorer la connaissance de soi, mais un mix de plusieurs méthodes donnera probablement de meilleurs résultats.

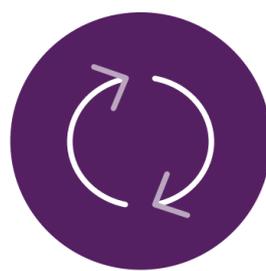
Voici une liste des méthodes les plus utilisées sur la base des réponses obtenues dans notre étude *Type and Self-Awareness*.



Feedback des collègues



Questionnaires de personnalité



Feedback de la famille



Contactez The Myers-Briggs Company au sujet de la connaissance de soi www.themyersbriggs.com

© Copyright 2019 The Myers-Briggs Company et The Myers-Briggs Company Limited. MBTI et le logo de The Myers-Briggs Company sont des marques ou marques déposées de The Myers & Briggs Foundation aux États-Unis et dans d'autres pays.

Type and Self-Awareness survey, The Myers-Briggs Company Ltd., 2017. Les recherches ont été menées entre avril et juin 2017. Parmi les 937 participants, nous avons 71 % de femmes, 27 % d'hommes et 2 % de transgenres / ont préféré ne pas répondre. La tranche d'âge des participants était comprise entre 14 et 90 ans, et l'âge moyen était de 45 ans. Les participants connaissaient leur Type MBTI® validé.