

OBJECTIFS DE CETTE FORMATION : Comprendre l'impact du non verbal dans la communication, en décoder les signaux et l'intégrer dans sa communication interpersonnelle.

PARTICIPANT : Toute personne souhaitant améliorer sa communication

PRE-REQUIS : Aucun.

MODALITES ET PEDAGOGIE :

- Autodiagnostic
- Apports formateur et exposés
- Méthode interactive
- Ateliers et mise en situation autour de cas pratiques.
- Jeux de simulation et jeux de rôles filmés
- Débriefing et commentaires points forts/pistes d'amélioration
- Conseils personnalisés
- Pédagogie abordée avec techniques adaptées
- Questionnaire d'évaluation en fin de formation
- 2 à 6 participants maximum

PROGRAMME

QU'EST CE QUE LA COMMUNICATION NON VERBALE

Les enjeux de la communication
La communication verbale et non verbale
L'inconscient et la communication verbale

LE CANAL KINESIQUE

L'approche kinésique
Les expressions faciales et les émotions universelles
Les micro-expressions du visage
Les attitudes et postures fondamentales
Les micromouvements inconscients
Interprétation, exercices d'application et mise en situation

LES CANAUX PROXIMIQUES ET HAPTQUES

Perception et usage de l'espace par l'homme
L'interprétation du comportement spatial
Etablir un rapport spatial adapté
Interaction et la communication haptique
Exercices synergologies et mise en situation

LA VOIX, CANAL PARALINGUISTIQUE

La voix, son timbre, son volume et ses intonations
Exercices synergologies et mise en situation

LE SILENCE, MODE DE COMMUNICATION

Le silence, opposition à la parole
Les différentes interprétations du silence
Exercices synergologies et mise en situation

LE LANGAGE D'OBJET

Les objets, la communication et le langage
L'apparence et les objets (vêtements, coiffure, bijoux)

ADOPTER UNE GESTUELLE GAGNANTE

Travail sur son langage corporel

