

LA COMMUNICATION NON VERBALE

COMPETENCE VISEE

S'approprier et décoder le langage non verbal pour mieux interagir avec ses interlocuteur

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ Décrypter les gestes, attitudes et expressions non verbales les plus courantes
- ✓ Faire évoluer sa communication non verbale
- ✓ Découvrir les intentions de ses interlocuteurs

PROGRAMME

Jour 1 (matin)

Accueil, introduction et tour de table

1. LE LANGAGE CORPOREL

- La place du non-verbal dans la communication interpersonnelle
- Différencier gestes symboliques, gestes culturels, gestes non conscients
- Les composantes du non-verbal :
 - Les gestes
 - Le regard
 - Les mimiques et expressions du visage
 - La tête
 - Les mains
- Les positions du corps
 - Les croisements de bras et de jambes.
 - Les positions d'ouverture des bras et des jambes.
 - La position assise.
 - La position debout.

Validation des acquis : QCM

2. TRAVAILLER SA COMMUNICATION NON-VERBALE

- Prendre conscience de son corps
- Maîtriser sa respiration
- Acquérir une gestuelle expressive
- Maîtriser son trac
- Poser sa voix et jouer avec les silences.
- Travailler sa posture et sa gestuelle : les attitudes à éviter
- Contrôler ses émotions
- Impliquer l'autre en utilisant son regard et le toucher
- Occuper l'espace pour accroître sa présence

Validation des acquis : exercices pratiques

Jour 1 (après-midi)

3. COMPRENDRE SON INTERLOCUTEUR

- Les attitudes qui montrent l'aptitude à négocier et convaincre
- Détecter les non-dits
- Identifier les signes d'hésitation ou les intentions de son interlocuteur
- Déceler les non-dits pour mieux s'ajuster
- Détecter dans une réunion qui sont les alliés, les zones de doute et d'appui
- Identifier les conflits latents ou potentiels pour mieux les prévenir
- Ajuster sa communication non verbale en fonction du contexte et des échanges

Validation des acquis : mise en situation



4. SYNTHÈSE DE LA SESSION

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en œuvre dans son environnement.
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant.
- Élaboration d'un plan personnel de progrès.

Évaluation et clôture

MODALITÉS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Une formation concrète très opérationnelle
- **Les exercices pratiques et simulations seront ciblés sur les secteurs d'activités et les situations vécues par les participants.**
- Alternance d'apports théoriques, méthodologiques et d'exercices pratiques
- Remise d'un document de synthèse et d'un certificat de qualification de formation professionnelle à chaque participant
- Évaluation des attentes et des acquis en amont
- Évaluation des compétences et de la formation à la fin de la session – suivi post-formation
- Remise de documents de synthèse.

DURÉE

1 JOUR (7 heures) en **présentiel**

PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire toutefois la formation s'adresse particulièrement aux personnes devant négocier ou communiquer

PUBLIC VISE

Toute personne souhaitant se former au non-verbal et décrypter le langage corporel de son interlocuteur et, plus particulièrement, les commerciaux, responsables RH, managers...

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Groupe de 2 à 6 participants

MODALITÉS ÉVALUATION

Évaluation « à chaud » à l'issue de la formation et évaluation des acquis en amont et à la fin de la session pour mesurer la progression et l'acquisition des compétences.

Évaluation « à froid » à 6 mois pour valider la mise en place des compétences sur le poste de travail le cas échéant.

TARIF INTER-ENTREPRISES (PRIX PUBLIC)

520 € HT

FINANCEMENT ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

- Entreprise (Plan de développement des Compétences) : règlement 30 jours à réception de facture
- Financement personnel : règlement en 2 fois par chèques encaissables au jour du démarrage puis le mois suivant



REFERENT

Référent pédagogique et administratif : Maei CATILLON maei.catillon@interactif.eu 01 47 23 84 20

PROFIL FORMATEUR

Formateur senior spécialisé sur les thématiques Communication, prise de parole, leadership. Coach certifié ayant plus de 10 ans d'expérience dans la formation d'adultes.

LIEU DE REALISATION

2 avenue Marceau 75008 PARIS

ACCESSIBILITE HANDICAP

Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite

Adaptation des moyens : Support projeté adapté mis à disposition sur un ordinateur portable individuel pour les personnes malvoyantes, utilisation possible de l'application AVA pour les personnes malentendantes, rythme adapté et fauteuil ergonomique limitant la fatigabilité.

Référent Handicap : Maei CATILLON maei.catillon@interactif.eu 01 47 23 84 20

DELAI D'ACCES

Possibilité de s'inscrire jusqu'à 11 jours ouvrés avant le démarrage.