

# Savoir décoder et utiliser le langage du corps

## Objectifs - Conditions

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Durée</b>     | 2 jours soit 14 h   |
| <b>Public</b>    | 10 personnes  |
| <b>Objectifs</b> | Savoir analyser le décalage entre le langage verbal et le non verbal.<br>Améliorer la communication interpersonnelle et créer l'état de confiance.<br>Mieux communiquer et mieux comprendre son interlocuteur.<br>Aiguiser sa perception de l'Autre et optimiser son pouvoir de persuasion. |

### Le corps parle, mais que dit-il ?

#### Savoir enfin décrypter le langage du corps.

« **Aucun mortel ne peut garder un secret, si ses lèvres restent silencieuses, ce sont ses doigts qui parlent** »

## Programme

### ☞ **La place de la communication non verbale dans l'entreprise**

L'impact de la communication sans paroles  
Décoder les messages silencieux, comprendre et maîtriser les signaux sociaux  
Définir les différents modes d'expression

### ☞ **La Dialogue intérieur et extérieur avec son corps**

La respiration  
Les positions du corps dans l'espace  
Le positionnement face aux autres

### ☞ **Le lexique du visage**

Les expressions  
Les parties du visage  
Les micro mouvements (mimiques)

### ☞ **Le sens caché des gestes**

Ouverture, fermeture et domination  
Les clefs pour déchiffrer les gestes et attitudes

### ☞ **La synchronisation de l'intention et du langage non verbal**

Mettre en place l'état de confiance  
Savoir se positionner dans l'espace avec aisance et détermination  
Mode d'emploi des contacts

## Pédagogie

**Méthodes pédagogiques** : actives et apports théoriques  
**Outils pédagogiques** : mise en situation, étude de cas, exercices, test de personnalité, jeux de communication...