

Vous souhaitez décoder les secrets du langage corporel de vos interlocuteurs ?

Cette formation vous donne les cartes pour décrypter les attitudes et expressions non verbales dans vos échanges. Les intentions cachées et les non-dits n'auront plus de secrets pour vous ! Parce que plus de 80 % de notre communication est non verbale, il est important d'apprivoiser ce langage pour mieux interagir.

Objectifs

- Connaitre la signification des gestes, expressions et attitudes les plus courantes
- Analyser ce que l'interlocuteur ne dit pas grâce à la PNL
- Développer son intelligence relationnelle par l'analyse des gestes et des comportements des autres

Programme

La PNL au service du décryptage

- Le système visuel, auditif, kinesthésique
- Le mimétisme et l'effet miroir dans le non verbal
- L'importance de la bonne distance : la loi de la proxémique et le territoire de l'autre
- La congruence / l'incongruence : discerner la vérité du mensonge

Décrypter le langage corporel et sa signification

- La gestuelle parasite, ouverte/fermée
- Les postures et attitudes
- Les expressions et les mimiques du visage
- Le paraverbal : intonation, ton, volume, débit, silence
- Le regard : direction et mouvements des yeux

Le jeu théâtral

- Mimer les émotions
- La scène de l'amour et du désamour
- La tirade du nez de Cyrano
- Des histoires sans parole

Pour qui ?

- Tout public

Pédagogie

- La formation est basée sur des jeux et exercices théâtraux
- Un apport méthodologique facilite la compréhension
- Compte tenu de la durée de la formation, ce stage est limité à 6 participants