



FORMATION

EXPLOITEZ LES ATTITUDES NON VERBALES POUR RENFORCER VOTRE RELATIONNEL

DUREE

1 jour

• OBJECTIFS •

Décoder les attitudes et expressions non verbales les plus courantes •
Évaluer la congruence d'une gestuelle pour valider l'authenticité d'un discours • Améliorer sa propre gestuelle pour s'adapter à son interlocuteur

• PUBLIC •

Toute personne souhaitant améliorer son relationnel et sa communication interpersonnelle

• PREREQUIS •

Aucun

• PROGRAMME •

Les attitudes non verbales – Leur origine

- Émotions et attitudes non verbales
- Comment s'expriment-elles

Savoir décoder les attitudes et expressions non verbales

- Les principales expressions du visage
- Le langage du corps
- La proxémie
- Apprendre à observer l'autre
- Le détecteur de mensonge : Savoir évaluer la congruence du langage non verbal (adéquation verbal / non verbal)

Contrôler son langage verbal

- Prendre conscience de ses attitudes et gestes parasites
- Les attitudes à éviter
- Améliorer sa posture et l'adapter aux situations de communication

Mettre à l'aise son interlocuteur

- Observez, analysez, synchronisez

• OUTILS PEDAGOGIQUES •

- Exposé
- Mise en situation
- Définition d'un plan d'action individuel

Exploitez les attitudes non verbales
pour renforcer votre relationnel
Développement personnel – Communication orale