



La Communication Non Verbale

La communication ne repose pas uniquement sur les mots. En réalité, plus de 90% des échanges humains passent par des signaux non verbaux : expressions faciales, gestuelle, posture, regard, etc. La maîtrise de la communication non verbale est donc essentielle pour développer des interactions plus authentiques, efficaces et alignées. Cet atelier vous plonge dans l'art de décoder et d'utiliser ces signes invisibles pour améliorer votre communication, que ce soit dans la vie professionnelle ou personnelle.

Au travers de modules interactifs et d'exercices pratiques, vous découvrirez les différents aspects de la communication non verbale, incluant LA méthode qui vous aidera à adapter votre langage corporel à diverses situations pour mieux interagir avec votre entourage.

Objectifs :

- Comprendre l'importance de la communication non verbale dans les interactions humaines.
- Apprendre à observer et interpréter les signaux corporels chez soi et chez les autres.
- Développer des compétences pour ajuster son propre langage non verbal en fonction des situations.
- Utiliser la méthode pour affiner votre communication et gagner en impact et en efficacité relationnelle.

À l'issue de cet atelier, vous serez capable de :

- Décrypter les postures, expressions et gestes de ses interlocuteurs pour mieux comprendre leurs intentions et émotions.
- Ajuster son propre langage non verbal (posture, regard, gestes) pour créer des échanges harmonieux et authentiques.
- Comprendre l'importance de la cohérence entre ses mots et son langage corporel pour renforcer sa crédibilité.
- Maîtriser la méthode pour adapter sa communication selon son interlocuteur.
- D'avoir une meilleure conscience de l'impact de son non verbal dans les négociations, les échanges professionnels, et les relations interpersonnelles.

Après cette journée de formation, vous ne serez plus comme avant 😊