

Décodez le langage corporel

Le corps ne ment jamais : apprenez à le décrypter !

Journée 1 : initiation

OBJECTIFS

- décoder les mouvements majeurs du corps, et plus particulièrement des bras, jambes et mains.
- développer un sens de l'interprétation globale de vos interlocuteurs et de vous même.

PROGRAMME

1 - Introduction

- Les 5 dimensions de la Communication Non-Verbale
- Le Non-Verbal : communication et langage
- Le langage de la relation communicationnelle

2 - Les 3 principales dynamiques corporelles

- Le vigilant
- Le conquérant
- Le « syntonique »

3 - Les mouvements et positions des mains

- Les mains en « couteau »
- Les mains en « V »
- Les mains en « configuration »
- Les mains jointes
- Les mains lavées

4 - Les croisements dits « primaires »

- La latéralité du corps
- Les croisements des bras
- Le croisement des jambes

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos et de mises en applications

INFORMATIONS PRATIQUES

Public visé :

- toute personne souhaitant développer sa capacité à décrypter le langage corporel.

Pré-requis :

- Aucun

Durée :

- 3 jours

Prix de la formation :

- sur devis

Contact :

Nina de PAULA
06.02.35.85.24

Nina de Paula
Coach
& Synergologue

Décodez le langage corporel

Le corps ne ment jamais : apprenez à le décrypter !

Journée 2 : pratique

OBJECTIFS

- décoder les mouvements majeurs du corps, et plus particulièrement du visage
- développer une interprétation plus fine et plus sélective des messages émis.

PROGRAMME

1 - Les axes de tête

- L'axe sagittal
- L'axe rotatif
- L'axe latéral

2 - Les micro réactions du visage

- Les chimères
- Les sourcils
- Les yeux
- La bouche
- Le nez

3 - Les zones du visage

- Le front
- Les yeux/sourcils
- Le nez
- Les joues
- Les paumettes
- Le menton
- Les oreilles

4 - Les microdémangeaisons du visage

- La curiosité
- L'agressivité
- La réflexion
- Le doute
- Le non-dit
- L'exagération
- L'autorité
- Le refus/l'envie d'en voir plus
- Le refus d'entendre davantage

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos et de mises en applications

INFORMATIONS PRATIQUES

Public visé :

- toute personne souhaitant développer sa capacité à décrypter le langage corporel.

Pré-requis :

- Aucun

Durée :

- 3 jours

Prix de la formation :

- sur devis

Contact :

Nina de PAULA
06.02.35.85.24

Nina de Paula
Coach
& Synergologue

Décodez le langage corporel

Le corps ne ment jamais : apprenez à le décrypter !

Journée 3 : consolidation

OBJECTIFS

- développer une interprétation et un décodage autonome et fiable
- prendre conscience de l'impact de notre gestuelle sur les autres, et avoir une maîtrise sur notre langage gestuel.

PROGRAMME

1 - La dimension 3D

- La dimension diachronique
- La dimension neurosymbolique
- La logique cérébrale
- L'égobulle et l'exobulle

2 - Les 9 positions de chaise

- attaque
- indécision
- retrait
- intérêt
- hésitation
- analyse
- stress
- fuite
- pudeur

3 - Approfondissements et consolidations des acquis.

Mises en pratique concrètes, applications, analyses de vidéos en fonction des besoins et attentes spécifiques du groupes :

- DRH et dirigeants
- Managers et cadres
- Négociateurs et commerciaux

INFORMATIONS PRATIQUES

Public visé :

- toute personne souhaitant développer sa capacité à décrypter le langage corporel.

Pré-requis :

- Aucun

Durée :

- 3 jours

Prix de la formation :

- sur devis

Contact :

Nina de PAULA
06.02.35.85.24

Nina
de Paula
Coach
& Synergologue