

Managers, décodez le langage corporel

Le corps ne ment jamais : apprenez à le décrypter !

OBJECTIFS

- décoder les mouvements majeurs de notre corps
- développer un sens à la fois macro et micro de l'observation
- déceler les non-dits dans un échange
- mieux communiquer et interagir avec notre interlocuteur
- modifier les modalités de l'échange
- analyser la façon dont nous-même nous sommes perçus

PROGRAMME

Introduction

- Le Non-Verbal : communication et langage
- Un langage de la relation
- Le Non-Verbal au service des managers

1 - La théorie de la relation

- Les 3 dynamiques du corps
- La dynamique du corps en individuel
- La dynamique du corps en équipe

2 - Le malaise – le mal-être

Comment le repérer ?

- Les micro-démangeaisons du visage et du corps
- Les micro-réactions et micro-mouvements du visage (yeux/sourcils/bouche/langue)
- Les positions « chaise »
- Les mouvements et boucles des mains, des bras et des jambes

Quel sens leur donner ? Comment les interpréter en contexte professionnel ?

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos

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 :

- cf. devis

Contact :

Nina de PAULA
06.02.35.85.24

Nina
de Paula
Coach
& Synergologue

3 - L'indécision

Comment la repérer ?

- Les micro-démangeaisons du visage et du corps
- Les micro-réactions et micro-mouvements du visage (yeux/sourcils/bouche/langue)
- Les positions « chaise »
- Les mouvements et boucles des mains, des bras et des jambes

Quel sens leur donner ? Comment les interpréter en contexte professionnel ?

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos

4 - Le rejet

Comment le repérer ?

- Les micro-démangeaisons du visage et du corps
- Les micro-réactions et micro-mouvements du visage (yeux/sourcils/bouche/langue)
- Les axes de tête
- Les mouvements et boucles des mains, des bras et des jambes

Quel sens leur donner ? Comment les interpréter en contexte professionnel ?

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos

5 - L'agressivité

Comment la repérer ?

- Les micro-démangeaisons du visage et du corps
- Les micro-réactions et micro-mouvements du visage (yeux/sourcils/bouche/langue)
- Les positions « chaise »
- Les axes de tête
- Les mouvements et boucles des mains, des bras et des jambes

Quel sens leur donner ? Comment les interpréter en contexte professionnel ?

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos

6 - Les non-dits

Comment les repérer ?

- Les micro-démangeaisons du visage et du corps
- Les micro-réactions et micro-mouvements du visage (yeux/sourcils/bouche/langue)
- Les positions « chaise »
- Les mouvements et boucles des mains, des bras et des jambes

Quel sens leur donner ? Comment les interpréter en contexte professionnel ?

Ateliers pratiques de décodage gestuel à partir de vidéos