

## **SENSIBILISATION A LA COMMUNICATION NON VERBALE (les gestes du dialogue)**

Si la communication est un art, elle revêt toutefois une particularité à laquelle l'on ne prête pas suffisamment attention, la gestuelle, le non verbal...

Et pourtant le non verbal en dit parfois plus long que la parole et permet souvent de gagner du temps dans la relation à l'autre (posture, langage corporel, gestes inconscients...).

**FORMAT** : 1h

**PUBLIC** : Associatif

**PRE REQUIS** : Aucun

### **PROGRAMME**

#### **1 - Comprendre l'importance du non verbal et du para verbal**

- Prendre conscience de la place du non verbal dans la communication
- Prendre conscience de la place du para verbal
- Prendre conscience de l'image que l'on véhicule

#### **2 - La tête**

- Repérer l'importance des mouvements de la tête
- Le rôle des yeux, des sourcils, des paupières
- Faire la différence entre la droite et la gauche du visage
- Les mimiques

#### **3 - L'orientation des yeux**

- Apprendre à observer le regard de son interlocuteur et décrypter les mouvements des yeux

#### **4 - La signification des croisements des bras et des jambes**

- Identifier les croisements d'ouverture et de fermeture

#### **5 - Les 9 positions sur une chaise**

- Observer les différentes postures
- Comprendre leurs significations

#### **6 - Les mains**

- Observer les mains

- Que traduisent-elles ?