

LE LANGAGE DU CORPS DANS VOTRE COMMUNICATION

Objectif: A l'issue de la formation, les participants auront acquis une meilleure compréhension d'eux-mêmes, en identifiant leurs émotions, sentiments et pulsions via leurs gestes, attitudes et comportements.

Cette prise de conscience leur aura appris à mieux se regarder, à mieux regarder autrui et ainsi à développer une communication efficace.

Programme :

1. Qu'est-ce que la communication ?

- La communication verbale et non-verbale.
- Mises en situation filmées.
- Les différents obstacles qui entravent la communication.
- Evaluation de son style de communication.

2. Le corps dans l'espace interpersonnel:

- Les zones de proxémie, les codes vestimentaux et comportements attendus.
- Les zones de proxémie et le type de relation associé.

3. Sensibilisation au langage du corps:

- Définition et objectifs.
- Savoir observer le corps.
- Identifier les gestes.

4. Les micro-démangeaisons et leurs significations:

- Au niveau du visage.
- Au niveau du corps.

5. Visualisation des mises en situations précédentes.

Méthode: Méthodologie participative des stagiaires avec alternance de théorie, d'échanges, de réflexions et d'exercices d'application.

Public concerné: Toute personne.

Durée : 2 jours/ 14 hrs.

Participants: 5 à 10 personnes.

Pré-requis : Aucun.

Lieu: France entière Intra/Inter.

Montant: Nous consulter.