

COMMUNICATION NON VERBALE

COMPRENDRE ET UTILISER LE LANGAGE CORPOREL POUR MIEUX COMMUNIQUER

OBJECTIFS

Transmettre une image positive à son entourage professionnel
 Décoder les gestes, attitudes et expressions non verbales les plus courants
 Décrypter le langage non-verbal de ses interlocuteurs pour mieux interagir

PROGRAMME

Impact du non verbal dans la communication

Composantes de la communication non verbale : voix, image, regard, posture, distance
 Congruence verbal/non verbal
 Différenciation entre les gestes conscients et inconscients
 Découverte des manifestations les plus courantes du langage non verbal : postures corporelle, gestes, respiration, expressions du visage

Exploration du langage gestuel

Gestes ouverts et fermés
 Gestes parasites
 Fonctionnement du regard
 Mimiques
 Postures à adopter et attitudes à éviter
 Micro-comportements et expressions corporelles agressives
 Vêtements comme code de communication

Utilisation de la voix

Caractéristiques de la voix : timbre, volume, débit et intonation
 Prise de conscience de l'impact de sa voix
 Découverte des différents types de respiration
 Maîtrise et gestion du souffle
 Identification des différents types de voix
 Placement et modulation de la voix
 Utilisation du silence

Compréhension des attitudes les plus courantes

Postures debout et postures assises
 Postures face à face
 Gestuelle des mains
 Attitudes agressives/ Attitudes fuyantes
 Attitudes de prise de pouvoir
 Occupation de l'espace
 Gestes et postures neutres

OUVERTURES DANS NOS CAMPUS

Contactez nos campus pour en savoir plus.

MODULE

Durée : 2 jours
 sur 2 mois
 Code WEB : MGMT02

Public

Managers de proximité, managers hiérarchiques ou fonctionnels de tous secteurs d'activité

Prérequis

- Aucun prérequis exigé

Modalités d'admission

- Admission sur dossier d'inscription. Un échange sur les objectifs individuels est prévu.
 - La décision d'admission est communiquée au candidat sous un mois par CESI.

Rythme de formation

La formation alterne des séquences en présentiel d'une journée et des séquences en classe virtuelle à distance d'une ou plusieurs heures.

Frais de scolarité

1 000 euros
 1 200,00 euros TTC
 Tarif applicable pour toute inscription réalisée en 2026.

Certification

OPEN BADGE CESI : validation numérique de compétences et de connaissances

