

Body Langage Initiation

Notre formation "Body Langage Initiation" permet de se former sur le langage du corps : lire, exploiter et maîtriser le langage corporel (image, voix, regard, posture) sont de précieux atouts pour adopter une posture corporelle bienveillante ou détendue.

Durée: 7 heures (1 jour)

Profils des stagiaires

- Tout public

Prérequis

- Aucun

Objectifs pédagogiques

- Acquérir les techniques de profilage gestuelle, d'observation, décodage, analyse et interprétation des signaux non verbaux, comprendre le langage du corps
- Repérer la place des émotions et les freins qu'elle provoque dans la relation
- Travailler sur les composantes non verbales : voix, image, regards, silences, la place des 5 sens
- Faire tomber les stéréotypes et les idées reçues sur le langage du corps

Contenu de la formation

- Retour sur l'origine de la PNL : pourquoi la programmation neurolinguistique ?
 - Etudier la pyramide des besoins de communication
 - Retour sur l'histoire de la PNL pour comprendre son fonctionnement
 - Appréhender le concept et la définition de la PNL
- Savoir établir un contact positif à partir des fondements de la PNL (programmation neurolinguistique)
 - Etablir l'importance de la prise de contact : les premiers instants, l'image renvoyée, son attitude
 - Focus sur la gestion des distances ou la notion de proxémique
 - Savoir se caler sur son interlocuteur : Le mimétisme comportemental ou la notion de synchronisation
- Savoir développer le principe d'une communication efficace en adoptant quatre notions
 - La notion d'écoute active
 - L'empathie et la bienveillance
 - Les silences
 - La reformulation
- Appréhender le langage corporel ou body langage dans le cadre d'une communication non verbale efficace
 - Identifier les différentes postures du corps et ses interprétations, travailler les stéréotypes
 - Soigner son apparence physique, traduire qui nous sommes
 - Appréhender la gestuelle et ses significations, sa représentation à l'autre, les mécaniques de notre cerveau, le principe d'interprétation
 - Identifier les expressions corporelles agressives
 - Mesurer l'impact du non verbal sur la première impression

TAHITI FORMATION

PK 4, côté Montagne, Centre Sagest

98701 ARUE

Email: contact@tahiti-formation.com

Tel: +689 40 42 37 30



Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Formateur-consultant en communication

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Jeux de rôle
- Analyse de situation
- Mise en pratique

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Quizz
- Formulaire d'évaluation de la formation

Mode de validation de la formation

Délivrance d'une attestation de formation