

Les clés de la communication non verbale

Mieux comprendre. Mieux se faire comprendre.

Votre posture, vos gestes, votre regard ou votre ton de voix envoient des signaux puissants, parfois plus forts que vos mots. Cette formation vous aide à décoder ces signaux, à maîtriser votre communication non verbale et à renforcer l'impact de vos échanges, en face à face comme à distance.



”
Des humains.
Des idées.
Des décisions.



Vous reconnaissez ces situations ?

- Vous sentez qu'un interlocuteur décroche sans savoir pourquoi.
- Votre posture ne transmet pas toujours ce que vous souhaitez dire.
- Vous interprétez parfois trop vite certains comportements.
- Des malentendus naissent alors que vos mots étaient clairs.



Ce que nous allons comprendre

- Congruence, contexte et signaux comportementaux.
- Ce que le non-verbal peut indiquer — et ce qu'il ne prouve pas.
- L'impact de notre propre posture sur l'interaction.
- Les biais d'interprétation à éviter.
- Comment adapter son langage non verbal selon les situations.



Comment nous allons travailler

- Observation structurée et communication non verbale.
- Analyse de séquences et mises en situation.
- Jeux de rôle filmés et débriefings bienveillants.
- Travail sur le regard, l'espace, le rythme et la gestuelle.
- Apports des neurosciences pour mieux comprendre l'impact du non-verbal.



Ce qui changera concrètement

- Une observation plus fine des comportements.
- Moins d'interprétations hasardeuses.
- Une communication plus cohérente et consciente.
- Plus d'impact et de crédibilité dans vos échanges.
- Des relations plus fluides, en présentiel comme à distance.



Pour qui ?

Équipes, managers, commerciaux, formateurs ou directions selon le module.



Formats

1/2 journée
1 jour
2 jours



Notre approche

Neurosciences • Méthodes concrètes
IA • Expérience terrain • Cas réels



Un regard international et multisectoriel

Des exemples et inspirations issus de différents secteurs et pays.



Recevoir le programme détaillé

Une question ? Échangeons sur vos besoins.