

Comprendre les besoins émotionnels en décodant le langage non verbal

Avez-vous déjà eu envie de savoir ce que pense ou ressent votre interlocuteur, lors d'une discussion ou d'un entretien de vente, recrutement ou autres ? Et bien sachez que vous pouvez améliorer vos ressentis en analysant le non verbal et le para-verbal ! Au cours de cette formation, vous comprendrez comment et pourquoi les émotions se déclenchent. Et quels besoins se cachent derrière les émotions. Vous serez capable de déchiffrer avec une grande précision les signaux non verbaux, les micro-expressions visibles sur le visage de votre interlocuteur et en comprenant le sens de son langage non verbal. Prêt pour créer une communication empathique et bienveillante ?



Durée

2 JOURS (14 h) fractionnés en deux sessions

Visio ou présentiel



Public visé

Tous professionnels travaillant dans un métier relationnel ou face à un public



Modalités d'accès & accessibilité

Délai d'accès : inscription minimum 48 h avant la date de formation inter-entreprise

Accessibles à tous, y compris aux personnes en situation de handicap (voir page 11)



Niveau requis

Aucun



Méthode pédagogique

- Les participants travaillent sur leurs exemples professionnels
- Apport théorique, exercices guidés et ateliers permettant d'intégrer un contenu riche
- Mises en situations individuelles sur le cas réel des participant
- L'apprentissage s'effectue dans un cadre ludique (Salle en lumière du jour spacieuse dans un espace propice à des formations réussies - WiFi - Ecran HD tactile - Présentations PowerPoint)



Objectifs

- Reconnaître les émotions dans les expressions faciales, la gestuelle de son interlocuteur.
- Détecter le stress et agir correctement.
- Entraîner l'empathie.
- Maîtriser le langage non verbal pour augmenter sa force d'impact.



Programme

1er jour :

- État de la recherche d'expressions faciales.
- Ce que la mimique nous révèle et ce qu'elle ne dit pas.
- Que sont les émotions ?
- Que sont les déclencheurs universels ?
- Les traits distinctifs des sept émotions de base.
- Sous-catégories des émotions de base.
- Reconnaître les micro-expressions et les expressions subtiles.
- Entraînement du potentiel d'empathie.

2ème jour :

- Anatomie de l'expression faciale (structure des muscles faciaux)
- Les unités de mouvement les plus importantes des expressions faciales.
- Émotions dans le langage corporel et la voix
- Interaction des expressions faciales et du langage corporel.
- Utilisation orientée processus de signaux émotionnels.
- Créer un lien avec la Mimikresonanz.
- Utiliser les expressions faciales comme outil de Feedback (rétro- contrôle) pour adapter la conversation suivant les situations et de manière ciblée.

Suivi et évaluation des acquis :

- Sanction de la formation : Attestation de présence et attestation loi ALUR



les participants fournissent un investissement personnel important (participation, sortie de zone de confort) avec plaisir

- Cas pratiques et jeux de rôle reprenant des situations réelles du milieu professionnel
- Nombreux échanges avec le participant et apports du formateur

Session de 1 à 8 participants

- Les stagiaires sont évalués tout au long de la formation à travers de nombreux exercices pratiques et mises en situation attestant de l'acquisition du niveau d'autonomie du participant

