



Durée conseillée :

1 jour

Tarif en inter-entreprise :

650 € HT / personne

Tarif en intra-entreprise :

1475 € HT/ jour / groupe

Communication non verbale ou communication orale

Référence : **CDV.53**

<https://www.cnfce.com/formation-communication-orale-et-non-verbale>

Formation communication non verbale et orale : sensibilisation à la PNL

Comprendre votre fonctionnement est capitale pour comprendre le fonctionnement de vos interactions avec les autres. **Comment assurer une communication efficace en toute circonstance ?** Ce programme de **formation sur la communication non verbale ou orale** vous permettra de comprendre et d'intégrer les clés de la communication non verbale. Présentée sous un format de 1 jour, cette **formation courte** est animée par un maître praticien en PNL, ou **programmation neurolinguistique**.

Objectifs pédagogiques

- Appréhender l'expression orale et les principes de la communication non verbale
- Optimiser son image en comprenant le fonctionnement de la PNL
- Gérer sa communication orale et non verbale
- Développer sa présence et l'image que nous pouvons renvoyer

Programme

Retour sur l'origine de la PNL : pourquoi la programmation neurolinguistique ?

- Etudier la pyramide des besoins de communication selon **Albert Mehrabian**
- Retour sur l'histoire de la **PNL** pour comprendre son fonctionnement
- Appréhender le concept et la définition de la **PNL**

Assimiler la notion de carte personnelle en communication

- Définition de la notion de carte personnelle et de la notion de territoire
- Mesurer les différentes interprétations selon les individus

Comprendre les systèmes de représentations sensoriels en PNL

- Comprendre le système visuel
- Comprendre le système auditif : le poids des mots
- Comprendre le système kinesthésique : Les canaux sensoriels
- Intégrer l'expression verbale et non verbale

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**

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
- Soigner son apparence physique, traduire qui nous sommes
- Appréhender la gestuelle et ses significations, sa représentation à l'autre
- Identifier les expressions corporelles agressives
- Mesurer l'impact du non verbal sur la première impression

Programme daté du 30/06/2021



Public cible

Tout public

Pré-requis

Aucun prérequis pour suivre la formation communication orale et non verbale



Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et pratiques
- Réflexions de groupe guidées par l'animateur
- Analyse de séquences in vivo
- Support de cours **formation communication non verbale ou orale**

Évaluation des acquis en fin de formation



Dates et lieux

Date de début	Date de fin	Lieu de formation
10-12-2021	10-12-2021	LYON
22-12-2021	22-12-2021	PARIS
04-01-2022	04-01-2022	LYON
28-01-2022	28-01-2022	LILLE
14-02-2022	14-02-2022	PARIS
10-03-2022	10-03-2022	NANTES
22-03-2022	22-03-2022	BORDEAUX
04-04-2022	04-04-2022	LILLE
25-04-2022	25-04-2022	LYON
06-06-2022	06-06-2022	BORDEAUX
15-06-2022	15-06-2022	NANTES
27-06-2022	27-06-2022	PARIS
29-07-2022	29-07-2022	LYON
22-08-2022	22-08-2022	NANTES
05-09-2022	05-09-2022	BORDEAUX

22-09-2022	22-09-2022	LILLE
03-10-2022	03-10-2022	PARIS
21-10-2022	21-10-2022	NANTES
28-11-2022	28-11-2022	BORDEAUX
14-12-2022	14-12-2022	LILLE
29-12-2022	29-12-2022	LYON

