FORMASUITE

PROGRAMME DE LA FORMATION

Maîtriser la communication verbale et non-verbale

Le 31/10/2026

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- Acquérir les techniques pour observer, analyser et interpréter les signaux non-verbaux
- Comprendre les bases du langage corporel et son lien avec les émotions
- Travailler sur les composantes non-verbales comme la voix, le regard et les silences
- Développer une communication authentique et impactante
- Faire tomber les stéréotypes liés au langage du corps
- Identifier et dépasser les freins émotionnels dans l'expression orale et corporelle
- Harmoniser le verbal et le non-verbal pour une communication efficace

CONTENU

AVANT LA FORMATION

- Entretien téléphonique avec le formateur afin de personnaliser votre formation.
- Le programme de formation ci-dessous pourra donc être modifié gratuitement en fonction de vos attentes.

Jour 1

Matin : Comprendre les fondamentaux de la communication non-verbale

- Introduction à la communication non-verbale et son importance dans les interactions
- Présentation des bases du langage corporel et des signaux non-verbaux
- Identification des gestes, postures et expressions faciales significatives
- Observation et analyse des comportements non-verbaux dans différents contextes
- Découverte des techniques de profilage gestuel et d'interprétation des signaux
- Comprendre les influences culturelles sur le langage du corps
- Étude des stéréotypes et idées reçues liés aux gestes et attitudes

Après-midi : Décoder et interpréter le langage du corps

- Analyse des micro-expressions et des signaux inconscients
- Comprendre la cohérence entre le verbal et le non-verbal dans un message
- Décodage des émotions à travers les gestes et les postures
- Présentation des outils pour analyser et interpréter les signaux corporels
- Étude des interactions entre le regard, les silences et les expressions faciales
- Introduction aux erreurs fréquentes dans l'analyse des comportements non-verbaux
- Identification des freins émotionnels dans la communication

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité : 76820087382

Jour 2

Matin : Travailler les composantes non-verbales de la communication

- Analyse de l'impact de la voix dans la communication
- Présentation des techniques pour maîtriser le ton, le rythme et l'intonation
- Étude de l'importance de l'image et de la posture dans la perception d'autrui
- Comprendre le rôle des regards et des silences dans l'échange
- Exploration de la place des 5 sens dans la communication non-verbale
- Présentation des techniques pour harmoniser le verbal et le non-verbal
- Réflexion sur l'impact des émotions sur l'expression corporelle

Après-midi : Appliquer une communication efficace et authentique

- Identifier les freins émotionnels et travailler sur leur dépassement
- Présentation des techniques pour développer une communication authentique
- Comprendre les biais et stéréotypes qui influencent l'interprétation des signaux
- Travail sur l'équilibre entre assertivité, empathie et écoute active
- Maîtrise des outils pour ajuster sa communication selon le contexte et l'interlocuteur
- Présentation des clés pour améliorer sa présence et son impact relationnel

FIN DE LA FORMATION

- Débrief de la formation avec le formateur pour consolider vos connaissances.

PREREQUIS

Aucun

PUBLIC VISE

Toute personne désireuse d'améliorer sa communication interpersonnelle

- Formation individuelle ou collective (garantie à partir du premier inscrit)
- Formation assurée au sein de vos locaux ou dans une salle de formation dans la ville de votre choix
- Dates de votre choix sans surcoût
- Entretien téléphonique préalable avec notre formateur afin de personnaliser votre formation
- Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation
- Horaires : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
- Nombre de participants : de 1 à 20 participants (au delà nous consulter)
- **Formation accessible à toutes personnes porteuses de handicap. Locaux adaptés.**

DUREE

14 heures

PEDAGOGIE

Montée en compétence assurée par l'association d'un contenu théorique et pratique. Etude de cas concrets en rapport avec votre quotidien professionnel.

Suivi de l'exécution :

- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité : 76820087382

- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

Appréciation des résultats :

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

Moyens et supports pédagogiques :

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Remise d'un support pédagogique
- Echanges interactifs
- Intervention d'un formateur expert dans son domaine

Modalités d'évaluation et de suivi :

- Grille d'évaluation (test de positionnement)
- Entretien téléphonique avec le formateur avant la formation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Echange avec le formateur par visioconférence (webinar), téléphone et mail
- Exercices corrigés, études de cas réels, mise en application concrète et utile
- Évaluation pour valider vos acquis en fin de formation

Profil du formateur :

- Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation.
- Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.
- Formateur référent : M.Lacave Téléphone : 05 31 60 07 07

Une attestation de formation sera délivrée au stagiaire.