



Synergologie Analyse du langage corporel : quand les non dits s'expriment par la gestuelle

Programme de Formation

Le langage corporel constitue un mode de communication non verbal essentiel, souvent inconscient, qui complète, nuance ou contredit le discours verbal. Alors que les mots expriment nos pensées conscientes, nos gestes, postures, expressions faciales ou mouvements révèlent des émotions plus profondes et spontanées, souvent difficiles à dissimuler. Observer ces signes permet de décrypter ce que l'on nomme « les non-dits », c'est-à-dire les intentions, doutes ou tensions que la parole ne parvient pas toujours à révéler.

La communication humaine repose en grande partie sur ces éléments non verbaux : certaines études estiment que jusqu'à **65 à 93 % de la communication est de la communication non verbale.**

Loin d'être une science exacte, cette analyse repose cependant sur un décodage subtil et nuancé. Chaque geste ou expression doit être interprété en tenant compte du contexte, de la personnalité de l'individu, et des signaux combinés.

Votre formatrice, Cynthia HOUDART spécialiste du secrétariat et secrétariat médical, de l'hypnose, de la pédagogie et formation d'adultes,

Dirigeante fondatrice de DACTYLO'CYN - AKÉA FORMATION et HYPN'OSMOSE vous guidera afin de vous préparer au mieux aux nombreux aspects du métier.

Cynthia HOUDART est diplômée Niveau 3 maître praticien en hypnose et est spécialisée dans la lecture du non verbal depuis 2022. Autodidacte par ses lectures, elle met régulièrement à jour ses connaissances par le biais de formations complémentaires en synergologie ou développement personnel.

DACTYLO'CYN - AKÉA FORMATION formation, vous fait bénéficier de la mise à disposition de son réseau professionnel pour l'accompagnement pendant et après la formation.

Objectifs de la formation

Ce programme vise à développer des compétences d'observation et d'interprétation du langage corporel afin de mieux comprendre les émotions et les intentions d'autrui, au-delà des mots. Il propose une approche théorique et pratique permettant aux participants d'affiner leur communication et d'acquérir des outils utiles dans divers contextes (professionnels, sociaux ou personnels).

- Comprendre les principes fondamentaux de la synergologie



L'école à la hauteur de
vos ambitions

	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre à décrypter le langage corporel dans un cadre professionnel. • Développer des compétences pour améliorer la communication et prévenir les malentendus. • Mettre en pratique des techniques d'observation et d'analyse comportementale. • Décrypter le non verbal pour mieux vendre en entretien commercial
Public visé	Dirigeants, Managers, DRH, RH - Responsables commerciaux, Juristes, Avocats, hommes politiques, ainsi que toute personne désirant améliorer sa communication et lire le langage corporel.
Prérequis	Maîtriser la langue française à l'oral
Modalité pédagogique	Formation en présentielle
Période de formation	INTRA : dates sur demande INTER : voir calendrier pédagogique
Durée de la formation	2 jours 9h00 - 12h30, 14h00 - 16h30
Lieu de la formation	INTRA : votre structure INTER : 13 rue des marronniers 62160 AIX NOULETTE

Tarif	<p>INTRA : sur devis INTER : 800€ / personne</p> <p>6 stagiaires minimum - 12 maximum</p> <p><i>« Exonérée de TVA en vertu de l'article 261-4-4°-a du Code Général des Impôts ».</i></p>
Titre, certification ou diplôme préparé	NC
Code spécialité	310 : Spécialités plurivalentes des échanges et de la gestion
Nature des travaux demandés au stagiaire et Temps estimé pour la réalisation de chacun d'entre eux	<p>En présentiel : Alternance entre Jeux de rôle basés sur des situations vécues et théorie. Analyse de nombreuses vidéos.</p> <p>Théorie : présentation des concepts essentiels</p> <p>Pratique : exercices d'induction et de visualisation en binôme.</p> <p>Mise en situation : jeux de rôle pour expérimenter en contexte.</p>



L'école à la hauteur de
vos ambitions

	<p>Supervision : feedback et retour personnalisé pour favoriser la progression des participants.</p>
<p>Compétences et qualifications du formateur</p>	<p>Cynthia HOUDART, spécialiste du secrétariat, secrétariat médical et de l'hypnose. Fondatrice de Dactylo'Cyn et Hypn'Osmose.</p> <p>CV joint</p>
<p>Moyens techniques et pédagogiques</p>	<p>Equipement du centre de formation pour le présentiel :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1 tableau ● Petites fournitures : cahier et crayons <p>La formation est construite autour de plusieurs axes :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alternance de théorie et de pratique ainsi que retour d'expérience personnelle ● Supports de formation ● Mise en situation, avec des exercices adaptés à la progression
<p>Périodes et les lieux mis à disposition pour s'entretenir avec les personnes chargées d'assister le participant</p>	<p>Un encadrement à distance est à la disposition du participant tant sur le plan technique que pédagogique.</p> <p>Coordonnées de contact : Courriel : contact@akeaformation.com Téléphone : 03 74 83 02 06</p> <p><u>Jours et plages horaires durant lesquels le formateur/tuteur peut être contacté à tout moment :</u> Du lundi au vendredi de 9h à 17h (fermé le mercredi)</p> <p>Contact avec le formateur après la période de formation. Le stagiaire peut également demander un entretien téléphonique après la formation. Il doit en faire la demande par mail ou par téléphone.</p>
<p>Délais dans lesquels les personnes en charge de son suivi sont tenues de l'assister en vue du bon déroulement de l'action</p>	<p>Notre équipe se tient à disposition pour toute demande administrative ou question en amont et en aval de la formation</p>



Suivi de l'exécution & évaluation des résultats du programme

- Remise d'un certificat de participation.
- Evaluation de la satisfaction (à chaud puis à froid)

Jour 1 : Initiation à la Synergologie

Matinée (9h00 - 12h30)

Introduction à la synergologie

- Définition et utilité dans le monde professionnel.
- Origines et concepts clés.

Les bases du langage corporel

- Différence entre communication verbale et non verbale.
- Les six grandes zones du corps à observer.

Lecture des micro-expressions

- Reconnaissance des émotions de base.
- Cas pratiques : analyse de vidéos.

Après-midi (14h00 - 16h30)

Les gestes universels et culturels

- Gestes réflexes vs gestes conscients.
- Influence des contextes culturels.

Mise en pratique : Étude de cas

- Exercices en binôme.
- Retour collectif sur les observations.

Jour 2 : Approfondissement et Applications

Matinée (suite, 9h00 - 12h30)

Analyse contextuelle des comportements



- Étude des interactions en groupe (hiérarchies implicites, alliances, tensions).
- Reconnaître les signaux contradictoires entre le verbal et le non verbal

Les biais et limites de l'interprétation

- Précautions dans l'analyse du langage corporel.
- Éviter les jugements hâtifs ou biaisés.

Après-midi (14h00 - 16h30)

- Travail sur des vidéos
- Décryptage détaillé

Simulation et mise en situation

- Jeux de rôle : analyser et répondre aux signaux non verbaux en temps réel.
- Débriefing collectif avec retours personnalisés du formateur.



Programme

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1

Objectifs : Ce programme vise à développer des compétences d'observation et d'interprétation du langage corporel afin de mieux comprendre les émotions et les intentions d'autrui, au-delà des mots. Il propose une approche théorique et pratique permettant aux participants d'affiner leur communication et d'acquérir des outils utiles dans divers contextes (professionnels, sociaux ou personnels).

1ère partie :

Durée moyenne estimée : 3h (9h-12h)

- Tour de table

Introduction à la communication non verbale

- Définition Types de communication non verbale(
- Lien entre émotions et expressions
- Différences culturelles
- Psychologie du non-verbal

Analyse des expressions faciales

- Les micro-expressions:
- Le rôle des yeux : Contact visuel, dilatation des pupilles, clignements fréquents.
- Expressions de désintérêt ou de malaise:

Analyse des gestes et des postures

- Signification des gestes des mains:
- Postures ouvertes vs postures fermées : Confiance ou défensivité.
- Le rôle des bras et des jambes : Croisements, mouvements répétitifs.
- Espace personnel et gestion de la distance : Zones d'intimité, confort ou menace.

Détection des contradictions entre verbales et non verbales

- Comment identifier un désalignement entre les mots et les gestes.
- Signes de dissimulation ou de mensonge (gestes d'auto-rassurance, micro-hésitations).
- Études de cas : Exemples tirés de la politique ou du monde des affaires .



2ème partie :

Durée moyenne estimé : 3h (13h30-16h30)

- L'impact du contexte sur l'interprétation des signaux
- Importance du contexte et des environnements sociaux.
- Facteurs influençant le comportement non verbal (stress, fatigue, situation sociale).
- Différences culturelles et biais personnels dans l'interprétation.
- Applications pratiques de l'analyse du langage corporel
- Négociations et entretiens : Décrypter les signes de réticence ou d'ouverture.
- Identification des signes d'anxiété ou de stress chez soi et chez les autres.
- Développer une présence confiante grâce à son propre langage corporel.
- Exercices et mises en situation
- Ateliers d'observation : Jeux de rôles
- Feedback et auto-évaluation

Les plus de votre accompagnement

Dactylo'Cyn - Akéa formation s'engage à vous répondre dans les 48 heures à toute sollicitation mail ou téléphonique en vue du bon déroulement de l'action de formation lorsque cette aide n'est pas apportée de manière immédiate.

Une question ou un besoin d'informations ?

Notre équipe vous répond du **lundi au vendredi, de 9h à 16h** (fermé le mercredi) au 03 74 83 02 06 ou par mail à contact@akeaformation.com