



ORGANISME DE FORMATION AUX TECHNOLOGIES ET METIERS DE L'INFORMATIQUE

Formation Décoder les comportements pour mieux communiquer

N° ACTIVITÉ : 11 92 18558 92

TÉLÉPHONE : 01 85 77 07 07

E-MAIL : inscription@hubformation.com

L'objectif de cette formation est d'apprendre à décoder les attitudes et expressions chez un interlocuteur, afin d'aller vers une communication plus authentique. A l'issue de ce cours, vous saurez adapter votre posture et votre discours en fonction de votre interlocuteur pour être en mesure de mieux communiquer.

Objectifs

- | Distinguer les caractéristiques des différents types de comportement
- | Appréhender les notions de perception d'image dans les échanges
- | Décoder les indicateurs de communication verbale et non-verbale
- | Adapter sa posture dans le cadre de ses interactions

Public

| Toute personne souhaitant mieux communiquer avec les autres et comprendre ce qui se cache derrière un comportement.

Prérequis

| Aucun

Programme de la formation

Les comportements

- | L'origine et la construction des comportements.
- | Les différents types de comportements et leurs caractéristiques.
- | Ce qui se cache derrière un comportement.
- | Les différences entre personnalité et comportement.
- | L'interaction entre la personnalité et les comportements.
- | Mise en situation : Etude de cas pour appréhender les caractéristiques des différents types de comportements.

La perception

- | Les biais de la perception.
- | Comment affiner sa perception ?
- | L'influence des mots, des chiffres, des images : comment déjouer les tentatives de manipulation ?
- | Analyse de la construction d'un discours.
- | Les préjugés et croyances.
- | Déceler le mode de fonctionnement logique de son interlocuteur.
- | Mise en situation : Affiner sa perception et déjouer les tentatives de manipulation.
- Entraînement en binômes pour déceler le mode de fonctionnement de son interlocuteur.

L'image

- | L'image que chaque individu donne à voir.
- | L'image qui est perçue par les autres.
- | La part du visuel et des autres sens.
- | Solliciter l'entourage pour avoir des retours. Améliorer son image
- | Modifier la perception que les autres ont de soi.
- | L'importance de la voix.
- | Mise en situation : Prendre conscience de l'image de chacun. Entraînement en

Référence	DOM
Durée	2 jours (14h)
Tarif	1 570 €HT
Repas	repas inclus

SESSIONS PROGRAMMÉES

A DISTANCE (FRA)

- du 19 au 20 juin 2025
- du 25 au 26 septembre 2025
- du 18 au 19 décembre 2025

PARIS

- du 12 au 13 juin 2025
- du 18 au 19 septembre 2025
- du 18 au 19 décembre 2025

[VOIR TOUTES LES DATES](#)

binômes pour solliciter et recevoir du feedback.

Les indices corporels des comportements

- | Les positions du corps : les bras, les mains, les jambes, les pieds. Les changements de position.
- | Détecter des zones d'inconfort, de tension chez un interlocuteur.
- | Déceler des signes chez son interlocuteur et se positionner de manière adéquate avec son discours.
- | Analyse de l'expression faciale.
- | Travaux pratiques : Explorer les positions du corps et détecter des zones d'inconfort chez son interlocuteur. Restitution en groupe.

La communication non verbale

- | Les règles de base de la communication : fonctionnement et interférences.
- | La communication non verbale versus la communication verbale.
- | Le langage des émotions.
- | La respiration comme indice de perception.
- | La calibration et la synchronisation avec son interlocuteur.
- | Mise en situation : Pratiquer la calibration et la synchronisation avec son interlocuteur.

Méthode pédagogique

Chaque participant travaille sur un poste informatique qui lui est dédié. Un support de cours lui est remis soit en début soit en fin de cours. La théorie est complétée par des cas pratiques ou exercices corrigés et discutés avec le formateur. Le formateur projette une présentation pour animer la formation et reste disponible pour répondre à toutes les questions.

Méthode d'évaluation

Tout au long de la formation, les exercices et mises en situation permettent de valider et contrôler les acquis du stagiaire. En fin de formation, le stagiaire complète un QCM d'auto-évaluation.

Suivre cette formation à distance

Voici les prérequis techniques pour pouvoir suivre le cours à distance :

- | Un ordinateur avec webcam, micro, haut-parleur et un navigateur (de préférence Chrome ou Firefox). Un casque n'est pas nécessaire suivant l'environnement.
- | Une connexion Internet de type ADSL ou supérieure. Attention, une connexion Internet ne permettant pas, par exemple, de recevoir la télévision par Internet, ne sera pas suffisante, cela engendrera des déconnexions intempestives du stagiaire et dérangera toute la classe.
- | Privilégier une connexion filaire plutôt que le Wifi.
- | Avoir accès au poste depuis lequel vous suivrez le cours à distance au moins 2 jours avant la formation pour effectuer les tests de connexion préalables.
- | Votre numéro de téléphone portable (pour l'envoi du mot de passe d'accès aux supports de cours et pour une messagerie instantanée autre que celle intégrée à la classe virtuelle).
- | Selon la formation, une configuration spécifique de votre machine peut être attendue, merci de nous contacter.
- | Pour les formations incluant le passage d'une certification la dernière journée, un voucher vous est fourni pour passer l'examen en ligne.
- | Pour les formations logiciel (Adobe, Microsoft Office...), il est nécessaire d'avoir le logiciel installé sur votre machine, nous ne fournissons pas de licence ou de version test.
- | Horaires identiques au présentiel.

Accessibilité



Les sessions de formation se déroulent sur des sites différents selon les villes ou les dates, merci de nous contacter pour vérifier l'accessibilité aux personnes à mobilité réduite.

Pour tout besoin spécifique (vue, audition...), veuillez nous contacter au 01 85 77 07 07.