



Formation pratique de sensibilisation à la communication non verbale

En permanence, nous essayons de décrypter le monde qui nous entoure et pour cela nous cherchons les informations partout où elles se trouvent : sur les visages, les corps, dans le rythme de la parole, dans l'organisation de l'espace, le mobilier, les vêtements, les bâtiments, etc.

Tout cela nous sert de repère et influence nos comportements et nos relations bien plus que ne le font les mots.

Ce langage silencieux est d'une extrême finesse et nous le comprenons parfaitement, quel que soit notre niveau social, notre âge, notre culture ou notre état de santé.

Cette forme de communication est sans doute aussi ancienne que l'humanité, mais on a mis très longtemps avant d'accepter de l'étudier sérieusement parce qu'elle paraissait trop « animale ». On l'appelle d'ailleurs encore aujourd'hui d'un mot étrange qui dit juste ce qu'elle n'est pas : la communication « non-verbale ».

La phrase de Marshall Mac Luhan dans les années 1970, « *On ne peut pas ne pas communiquer* », s'applique aussi à ce domaine : personne ne peut maîtriser complètement les signes émanant de soi, pas plus qu'un architecte ne sait construire un bâtiment qui ne veut rien dire. On peut simplement en prendre conscience comme on a pris conscience, enfant, de la signification des mots et utiliser cette foule d'informations que nous collectons en permanence.



Objectifs de l'action

L'objectif est que chacun, individuellement, identifie la présence du non-verbal chez soi, chez les autres et dans l'environnement, pour permettre une meilleure compréhension des interactions nombreuses qui existent à ce niveau, de la charge émotionnelle qui sous-tend cette communication et aussi de la vitesse quasi-instantanée à laquelle les messages circulent.

La formation permet aussi de prendre conscience de l'influence omniprésente qu'exercent les perceptions non-verbales sur nos façons de penser, d'analyser, de sentir, d'aborder la relation à l'autre et de prendre des décisions.

A l'intérieur même d'un groupe, la formation développe une meilleure cohésion et une plus grande fluidité dans le travail collectif.

Individuellement, elle permet d'identifier et de se réappropriier les paramètres non verbaux qui peuvent poser problème dans les interactions.

Pour le professionnel, le résultat est un meilleur positionnement dans sa pratique, notamment lors des entretiens ou de la relation avec le public. Cela permet de clarifier les notions de statut, de distance, de respect, etc. , et de réduire les occasions de malentendu ou de quiproquo.

Pour ceux qui travaillent au contact de personnes en situation de précarité où la communication verbale est difficile, la formation développe les capacités naturelles à repérer les signes, même les plus ténus, émis par l'autre et à y répondre avec une grande délicatesse et une grande précision.

Pour les personnes en situation de précarité, cela permet d'acquérir les outils pour se repérer dans un entretien ou une interaction, éviter la violence et savoir consciemment se positionner dans la relation.



Publics concernés

Cette formation s'adresse particulièrement à trois types de publics :

1. Des professionnels : travailleurs sociaux, personnels hospitaliers, personnels d'accueil, agents de la force publique ou d'une manière plus générale tout professionnel conduit à travailler ou à être en contact avec des personnes en situation de précarité ou de perte de repères.
2. Des personnes en situation de précarité : chômeurs, bénéficiaire des minimum sociaux, personnes incarcérées ou en mesures judiciaires, usagers de la psychiatrie, etc.
3. Individus ou groupes qui rencontrent des difficultés relationnelles avec l'extérieur.



Mise en œuvre

Dans un premier temps, un point théorique pour situer le non-verbal dans la communication en général et en définir les spécificités. Ce point théorique permet en outre de mettre le groupe de stagiaires au même niveau de connaissance théorique

Le deuxième temps propose des jeux et des improvisations théâtrales permettant de bien identifier les paramètres du non-verbal dans le cadre professionnel.

Les exercices pratiques sont de deux types :

- a. *spécifiquement créés pour la formation* à partir des différentes expériences menées dans le domaine de la psycholinguistique et de la psychologie sociale.
Ces exercices abordent de manière concrète, dans l'espace et le ressenti, les problématiques exposées dans le point théorique.
- b. des exercices de théâtre adaptés et remaniés, permettent d'approfondir d'une manière plus quotidienne les éléments du non-verbal identifiés précédemment, à savoir: les approches, le territoire, la distance, le paralangage, les régulateurs, etc.

*Les **formateurs** sont des **comédiens** formés à l'orientation non-verbale de leurs pratiques.*



Organisation

La formation complète se déroule sur une semaine. Des formules plus courtes sont envisageable selon les besoin et les situations. Il est indispensable, dans tous les cas que les journées soient consécutives. Ce temps est nécessaire pour mettre en adéquation les perceptions et le ressenti et faire un lien concret avec les éléments théoriques.

La formation peut être complétée par une ou plusieurs sessions d'un ou deux jours réparties sur l'année. Cette formule combinée permet de travailler concrètement les problèmes liés au non-verbal rencontrés dans la pratique, d'y répondre au fur et à mesure.

Précautions

La psychologie ne sera jamais abordée pendant la formation, ni l'interprétation psychologique du non-verbal.

La formation est orientée sur le regard : ce qu'on regarde, ce qu'on voit et sur l'action : ce qu'on fait, comment on le fait.

On restera en permanence sur le point de vue qu'on ne peut que très imparfaitement interpréter le non-verbal.

Comme on aborde une zone très intime de la vie de chacun, toutes les précautions sont prises pour travailler dans le non jugement et garder le secret de ce qui se dira et se fera pendant la formation.



Historique

La formation a été créée en 2005 pour l'Institut de Développement Social de Canteleu. Elle est devenue en 2007 une matière officielle du cursus d'Assistante Sociale, non seulement à Canteleu mais aussi à l'IUT Carrières Sociales du Havre. Depuis 2015 la formation s'adresse également aux Educateurs Spécialisés 3ème année et aux Educateurs Techniques Spécialisés.

Besoin matériel

Pour que le travail se passe dans les meilleures conditions, nous avons besoin :

- ! d'une salle dont le revêtement de sol permet de s'allonger.
- ! comme beaucoup d'exercices se font à deux, il est plus confortable que le groupe soit d'un nombre pair (12 maximum).

Evaluation

Pour les sessions longues, on donne au groupe des critères permettant de s'auto-évaluer.

Pour les groupes bénéficiant de sessions régulières, l'évaluation se fait à chaque fois avec le formateur.

Pour les cas où une évaluation plus formelle est nécessaire, veuillez nous consulter.



Retours des stagiaires après la formation

Moins de préjugés les uns sur les autres
Une plus grande aisance pour prendre la parole en public,
Meilleure connaissance de soi,
Possibilité d'utiliser des outils simples pour entrer en relation,
Relativiser les jugements portés sur les autres
Réussir à mieux distinguer ce qui est du domaine personnel de ce qui tient
à la relation
Plus grande facilité au lâcher-prise en public

Contact / tarifs

Eric Banse : 06 84 85 35 71 / nonverbal@mailoo.org