

## Le langage non-verbal

► Le langage non-verbal est aussi appelé langage du corps ou body language en anglais. Il désigne tout **type de communication n'ayant aucun recours aux mots**.

Il est **toujours présent**. Il est donc inutile de le dissimuler, mais on peut le maîtriser et le surveiller.



### Le plus important

Il faut étudier un ensemble de gestes et non pas seulement un seul (**règle du cluster**). Cela assurera la fiabilité de votre analyse non-verbale et vous évitera de vous tromper. Tenez aussi toujours compte du **contexte**.

### Décoder le langage non-verbal

- Les **parties du corps les plus éloignées du cerveau sont les plus fiables** (pieds>buste>tête) car on pensera moins à les dissimuler.
- **Le corps va où l'esprit veut aller**. Observez vers où est tourné l'individu pour savoir ce qui l'intéresse.
- Il existe une relation importante entre la **légèreté du corps et le bien-être**. À l'inverse, un corps lourd sera souvent synonyme d'inconfort.
- Plus **on est bien** et plus on pourra prendre de la place (**prise de territoire**). Au contraire, plus on se sent en insécurité, ou est timide, et plus on tâchera de prendre le moins de place possible.
- En cas de **stress**, nous nous soulageons au travers de **gestes tranquillisants** (ou auto-contacts). Ce seront des automassages, des frottements ou des grattements.

### À savoir

D'après Albert Mehrabian, professeur à l'UCLA, la communication est à :

- **55%** du langage corporel.
- **38%** du ton de sa voix.
- Et seulement **7%** des mots que l'on prononce.

Ne pas surinterpréter ces résultats car il les a lui-même nuancés. Ces chiffres ont été mis en évidence dans un contexte particulier et ne peuvent pas résumer complètement l'impact du non-verbal sur la communication.