

# Quelles formations pour décoder le langage du corps ?

Après les premières études de l'anthropologue **Charles Darwin** dans les années 1870, de nombreuses recherches scientifiques ont suivi ses découvertes et ont rendu l'**analyse de la gestuelle** et des postures non-verbales plus **accessible**.

On peut donc apprendre à décoder la gestuelle ???

Et ça marche vraiment???

Oui !!!

Mais avec qui apprendre ? Comment ? Faut-il être psychologue ou anthropologue ?

Dans cet article je vous propose de vous éclairer sur les **différentes formations** possibles, en fonction des **attentes** que vous pouvez avoir sur le **langage du corps**.

Mais aussi, comment les experts du monde entier s'accordent sur un **système** d'analyse **pragmatique** et des données scientifiques, faisant du décodage de la gestuelle un domaine de **compétence fiable**.

Pas une pseudoscience aux bases théoriques fumeuses ...



QUELLES FORMATIONS POUR DECODER LE LANGAGE DU CORPS ?

## A Formateurs, imitateurs et un brin poètes, oui «mais singer» ne rime pas avec **décodeur!**

Depuis quelques années, le **langage du corps** suscite beaucoup de **curiosité** et d'**intérêt**.

Mais quand vous cherchez à en **apprendre** le décodage non-verbal, vous pouvez rapidement être **perdu** dans les différentes formations proposées.

Des formateurs ont même élaboré suivant leurs propres règles de nouveaux modes de décodage.

Ils basent leurs théories sur de nombreuses analyses, exclusivement par vidéos pour certains, ou, pour d'autres, par l'observation seule de leur propre gestuelle.

Cependant, **la subjectivité** de ces méthodes créées par une seule personne, rend l'interprétation de certains gestes hasardeuse, voire complètement **fausse**.

Quand bien même ces passionnés fussent-ils brillants, motivés et bien intentionnés.

Vous pouvez alors être pris de doutes en vous demandant où se situe la part du réel et du scientifiquement possible mais aussi où est la limite avec le rêve voire la supercherie...

Les **chercheurs sérieux** dans le domaine du langage non-verbal ont porté à la connaissance d'autres scientifiques leurs recherches et découvertes pour qu'elles soient contrôlées, validées, élargies et améliorées.

Et cela depuis les premières découvertes de Charles Darwin à la fin du 19<sup>e</sup> siècle.

C'est dans les traces de ces **experts scientifiques**, que les décodeurs du langage non-verbal doivent se **former** s'ils veulent obtenir des **analyses justes**.

## B Des formations fiables sur les bases scientifiques du langage du corps

Charles Darwin publie en 1872 *«expression de l'émotion de l'Homme et des animaux»*.

Ce sera la base des études de scientifiques et de chercheurs du monde entier qui vont comparer, tester et élargir ces préceptes de base.

Plus de 140 ans de recherche !!!

Le **décodage** du langage du corps s'**appuie**, entre autre, sur l'**anthropologie**, la **psychologie**, l'**éthologie** et la **sociologie**.

Il est basé sur l'observation et la compréhension de **gestes**, dont certains sont **innés** et **universels**, issus de plusieurs milliers d'années d'évolution de l'espèce humaine.

Cette gestuelle qui est liée aux **émotions** et à la **protection** contre les dangers, est gérée par une partie de notre cerveau en charge des **actions de survie**.

Il existe également d'**autres types** de gestes **acquis**, au cours de certaines **actions**, **conditionnements**, **apprentissages** ou par **mimétisme**.

Mais ancestraux ou acquis, les signes corporels seront **tous décodés** suivant le **contexte**, la **culture**, l'**environnement** ou même les **habitudes** de la personne qui les produit.

Le décodeur pourra alors comprendre de manière fiable les émotions et intentions qu'il observe.

## C Se former à comprendre et agir, grâce au langage corporel

Lorsque vous entreprenez la démarche de vous former au décodage du langage du corps, les **objectifs** qui vous y conduisent peuvent être de **plusieurs natures**.

Décoder la gestuelle permet avant tout de développer votre **empathie** et votre **impact non-verbal** dans vos relations sociales.

Mais cela peut également être mis en pratique dans d'autres champs d'action :

La détection du **mensonge**, la compréhension et la reconnaissance des phases de la **séduction**, le travail en tant que **décodeur d'élite** pour des recrutements ou du **management** dans une entreprise ou tout simplement pour la découverte par curiosité de cet univers qu'est l'étude du langage du corps.

Je vais donc vous détailler les différents types de formations qui s'offrent à vous, en fonction des raisons qui vous ont poussé à découvrir, ou approfondir, le décodage du langage du corps.

Mais qu'elles soient courtes et efficaces, plus longues et approfondies, orientées vers la séduction ou sur la reconnaissance des émotions universelles, toutes les formations que vous rencontrerez convergent vers un objectif unique : **décoder** de manière **fiable** la gestuelle de vos interlocuteurs.

## D Sortir de la matrice et se former pour apprendre à s'éveiller au langage du corps

Votre but : découvrir !

Ce sont des formations vous expliquant les **bases** du langage non-verbal, tout en vous permettant de jouer **rapidement** sur le **terrain** du décodage de la gestuelle.

**Vidéos**, support de cours **papiers** et fiches **pédagogiques**, ces formations doivent vous aider à mettre le pied à l'étrier de la **pratique**, en vous poussant à aller sur le terrain pour vous **entraîner**.

Vous **devez** y **retrouver**, entre autres, les notions suivantes :

- **Règles** fondamentales
- Certains **Piliers** du non-verbal
- Des gestes de **confiance en soi**
- Des gestes de **stress**
- Certaines gestuelles utilisées lors du **mensonge**
- ...

Vous souhaitez découvrir, comprendre comment ça marche et commencer à décoder la gestuelle rapidement ?

C'est vers ce type de **formations rapides**, la plupart du temps en ligne, que vous devez vous orienter...

Elles sont la partie visible de l'iceberg non-verbal.

## E Anthropologues, sociologues et éthologues sont formateurs love-coach

**Irenäus Eibl-Eibesfeldt**, professeur de zoologie à l'université de Munich est expert dans l'étude des **comportements humains** dans leur milieu naturel.

Méthode d'analyse dont il est le fondateur et qui est appelée l'**éthologie Humaine**.

Dans ses études comportementales, il s'est notamment intéressé aux **interactions non-verbales** entre les **hommes** et les **femmes** lors de leurs phases de séductions, prémices d'une relation visant à assurer la descendance de l'espèce Humaine.

Ses recherches ont inspiré de nombreux scientifiques, dont l'Américain **David Givens**, célèbre docteur en anthropologie et directeur du **Centre d'Etudes Non-Verbale** dans l'état de Washington.

Ces chercheurs ont permis aux formateurs de **créer**, entre autres, des **formations** ayant pour objectif la compréhension du principe de **séduction** gestuelle entre les deux sexes.

Certains points essentiels y sont abordés comme :

- les **étapes** universelles de la séduction
- savoir provoquer l'**intérêt** du sexe opposé
- la **reconnaissance** des **signes** non-verbaux dans la séduction
- l'étude de la **gestuelle** en lien avec notre **instinct animal**
- ...

L'objectif de ce type de formations est de **décoder** le langage du corps dans des situations de séduction et d'**agir** plus **sereinement** pour s'engager dans une nouvelle relation.

Il est réellement surprenant de se rendre compte à quel point les hommes comme les femmes sont pollués, dans leur quête d'une nouvelle relation, par tant de fausses croyances...

Ces anthropologues sont de véritable lover !!!

## F Formations approfondies, expertise non-verbale et décodage émotionnel

### 1) Décodage en version intégrale et domaines de l'expert

C'est vraiment à partir de 1950 que les choses sérieuses ont commencé, quand des scientifiques en quête de vérité ont emboîté le pas de Darwin et élargi ses recherches autour du langage corporel.

Cependant, certains ont choisi une seule partie du vaste domaine que couvre le langage non-verbal.

Par exemple, la proxémie, qui est l'**étude des distances** entre les Hommes lors d'une interaction, a été développée par l'anthropologue Américain **Edward T. Hall**.

**Paul Ekman**, professeur de psychologie à l'université des sciences médicales en Californie, est célèbre pour ses études sur les **expressions faciales** et la découverte des **micro-expressions**.

**Desmond Morris** du département de zoologie de l'Université d'Oxford, s'est quant à lui spécialisé dans la **nature** des **gestes, innés ou acquis**.

Il faut **plusieurs années** pour lire et **intégrer** toutes les notions nécessaires à la compréhension des données de tous ces brillants scientifiques.

Ce que proposent ces types de **formations** plus complètes, en e-learning, sont la **synthèse** de dizaines d'ouvrages et des quelques **140 ans d'études** de tous ces chercheurs.

Toutes les spécificités liées au non-verbal y sont abordées :

- Les bases
- Les piliers du non-verbal
- L'ensemble de la gestuelle
- Les techniques d'observations
- Des méthodes d'apprentissages efficaces
- Les gestes liés au mensonge
- ...

Certains **séminaires** sont parfois proposés par des **experts** non-verbaux Français, Belges ou Américains. Ils y expliquent les **fondements**, principes de **bases** et techniques **gestuelles**.

Idéal pour le monde de l'**entreprise** avec ses demandes spécifiques et **ciblées**.

Mais les formations plus détaillées que celles de types « *express* » ne peuvent pas être enseignées sur quelques jours seulement.

Elles demandent **plusieurs semaines** voire plusieurs **mois**, comme pour celles qui permettent de rentrer dans le domaine de l'**expertise** non-verbale.

Un apprentissage **progressif** et un passage par la **pratique** sont indispensables à l'**assimilation** de l'ensemble des éléments qui composent le décodage complet du langage du corps.

Mais à l'issue, le décodage du langage du corps n'aura plus aucun secret pour vous !

## 2) Emotions universelles et micro-expressions

Il existe également des formations **spécifiques** sur le thème des **7 émotions universelles** et de la détection des **micro-expressions**.

Certains logiciels d'apprentissage permettent de reconnaître les 7 émotions universelles et de savoir détecter les micro-expressions. Elles durent 1/25<sup>e</sup> de seconde ...

**3 logiciels** d'apprentissages **sérieux** existent :

Celui de **Paul Ekman** et celui de **David Matsumoto** qui sont **en Anglais**.

Et en Français, celui du **Décodeur du Non-Verbal**, « [emotions.ninja](#) ».

C'est d'ailleurs pour l'instant l'unique en France.

Le thème des émotions et des micro-expressions est abordé dans toutes les formations, qu'elles soient rapides ou plus détaillées.

Mais l'**entraînement préalable** sur ces types de logiciel est **indispensable** pour les observer ensuite en **situation réelle**.

### [G En résumé, ouvrez-vous pour mieux comprendre comment décoder](#)

Personne n'est omniscient !

Et c'est aussi valable dans le cas de l'étude du décodage du langage du corps.

Il est donc important d'**élargir** ses **connaissances**, de découvrir d'**autres regards**, d'approfondir certaines notions et cela au travers de **livres écrits** par ces **scientifiques, psychologues, anthropologues** et autres **zoologistes**.

Ils ont depuis plus de cent ans travaillé sur les fondements de l'analyse de la gestuelle.

Alors, après avoir suivi la **formation** qui vous **convient**, continuez à apprendre avec eux...

**Laissez vous tenter par la pilule bleue, sortez de la matrice et ...**

**... rejoignez-nous de l'autre côté !**