

# Les Non-dits Dénoncés



## Objectifs :

- Mettre en scène l'expression non-verbale dans la communication et expérimenter son impact.
- Désinhiber les participants d'un groupe de travail/formation

## Exercice rapide pour un groupe jusqu'à 30 participants :

## Consignes :

L'exercice consiste à dire « bonjour » à une autre personne en exprimant par le non-verbal l'une des 30 situations proposées que les autres participants doivent deviner. La séquence est brève (moins de 5 secondes) Dans un premier temps, chaque participant peut choisir la situation qu'il va jouer, puis dans un deuxième temps chacun tire au sort une situation juste avant de la jouer.

1. Quelqu'un me surveille
2. Je suis en retard
3. J'ai mal dormi
4. La décoration de cette salle est lamentable
5. Vous n'avez pas l'air en bonne santé
6. Ne vous inquiétez pas, je ne trahirai pas notre secret
7. Qu'est-ce que je m'ennuie !
8. Je suis heureux de vous rencontrer
9. Il est où, le buffet avec les petits fours ?
10. Vous êtes mal coiffé
11. Il fait froid ici
12. J'ai un besoin urgent d'aller aux toilettes
13. Vous m'impressionnez vraiment
14. Je suis en convalescence
15. J'ai trop mangé
16. J'en ai une bien bonne à vous raconter
17. Je suis pressé
18. Si j'avais su, j'aurais mis une cravate
19. Vous n'allez pas être content, je n'ai pas rempli mes objectifs
20. C'est bruyant ici
21. Je ne me souviens vraiment pas de vous... On se connaît ?
22. J'ai un grand service à vous demander
23. La personne derrière vous est vraiment canon !
24. Je vous croyais plus grand
25. Vous ne m'inspirez vraiment pas confiance
26. Je vous méprise
27. Ce n'est pas vous qui m'intéressez mais cette personne à coté.
28. J'ai une bonne surprise pour vous
29. Il y a comme une odeur dans cette salle
30. La personne derrière vous a vraiment l'air bête...



1. Quelqu'un me surveille
2. Je suis en retard
3. J'ai mal dormi
4. La décoration de cette salle est lamentable
5. Vous n'avez pas l'air en bonne santé...
6. Ne vous inquiétez pas, je ne trahirai pas notre secret
7. Qu'est-ce que je m'ennuie !
8. Je suis heureux de vous rencontrer
9. Il est où, le buffet avec les petits fours ?
10. Vous êtes mal coiffé
11. Il fait froid ici
12. J'ai un besoin urgent d'aller aux toilettes
13. Vous m'impressionnez vraiment
14. Je suis en convalescence
15. J'ai trop mangé
16. J'en ai une bien bonne à vous raconter
17. Je suis pressé
18. Si j'avais su, j'aurais mis une cravate
19. Vous n'allez pas être content, je n'ai pas rempli mes objectifs
20. C'est bruyant ici
21. Je ne me souviens vraiment pas de vous... On se connaît ?
22. J'ai un grand service à vous demander
23. La personne derrière vous est vraiment canon !
24. Je vous croyais plus grand
25. Vous ne m'inspirez vraiment pas confiance
26. Je vous méprise
27. Ce n'est pas vous qui m'intéressez mais cette personne à coté.
28. J'ai une bonne surprise pour vous
29. Il y a comme une odeur dans cette salle
30. La personne derrière vous a vraiment l'air bête...

