[**non verbal**](file:///Users/jean-jacquespaoli/Desktop/le%20non%20verbale.docx)

**La communication non-verbale : qu’est-ce que c’est ?**

La communication est, par définition, l’action de communiquer, d’établir une relation avec autrui. Et lorsque l’on parle de « non-verbal », il s’agit d’établir cette relation sans parole.  
Elle se construit alors de silences, de gestes, de positions, d’attitudes, passe par les expressions faciales et la tenue vestimentaire pour compléter le message auditif. Elle permet de crédibiliser le message, de lui apporter en puissance, et donc de l’influencer. Mais attention, si la communication non-verbale peut engendrer un apport de sens positif, elle peut tout aussi bien produire le contraire et ainsi décrédibiliser vos propos.  
Si vous souhaitez **en savoir plus sur la signification de ces gestes du quotidien** qui permettront de comprendre bien des choses si vous savez les interpréter, je vous invite à **poursuivre votre lecture !**

Cependant, je préfère vous prévenir : vous risquez, pendant au moins les heures qui vont suivre la lecture de cet article, d’épier les moindres gestes des personnes autour de vous et de les analyser, de savoir ce que ces personnes pensent à un moment précis, ce qu’ils sont réellement, mais aussi de contrôler les vôtres pour qu’ils ne vous trahissent pas.

**Commençons donc d’abord par les silences.**

Contrairement à ce que la plupart d’entre nous pourrait penser, les silences font partie intégrante de la communication. Ils expriment plusieurs choses, qu’il ne sera pas difficile de déceler selon la situation, et si vous êtes, ne serait-ce qu’un peu, observateur !

**Il y a donc plusieurs types de silences.**

**Celui qui exprime le respect et l’écoute** de l’autre lorsqu’il parle. L’attention qu’on lui porte est alors visible, audible dirais-je même, par ce silence.

**Il y a aussi celui d’une personne en colère**, furieuse, mais qui se force à ravaler son courroux pour ne pas empirer les choses, ne pas passer pour quelqu’un d’odieux ou ne pas exposer une situation désagréable aux yeux de personnes externes.

**Celui qui exprime très clairement l’indifférence**, ou encore le mépris d’une personne qui ne souhaite pas entrer en communication avec une autre.

**Celui qui exprime le doute**, l’incompréhension, la confusion ou le scepticisme. Dans ce cas, la personne silencieuse aura tendance à ne rien vouloir dire, n’osant pas demander une précision pourtant non négligeable à son interlocuteur, mais elle l’attendra quand même.

Enfin, il y a tout simplement **ce silence qui signifie qu’on n’a rien à dire**. Soit parce qu’on est face à un inconnu qu’on ne souhaite pas connaître. Soit parce que vous ne souhaitez pas briser le silence qui vous enveloppe par des mots gâcheraient un moment agréable entre des personnes qui se complaisent dans le calme, et que leurs regards suffisent pour communiquer. Soit parce que vous aimez observer les personnes qui vous entourent, et cela vous suffit à les connaître et à les apprécier ou non.

Chaque silence signifie donc un sentiment, une sensation particulière. Et chaque silence, selon le contexte, peut s’interpréter de manière différente. Attention toutefois à ne pas tomber dans le piège d’une mauvaise interprétation qui pourrait être préjudiciable à l’interlocuteur comme à vous.