

SYNCHRONISATION



● La synchronisation est la capacité à être sur le même ton de voix, de débit verbal et de mouvement corporel que son interlocuteur.

● A force de la pratiquer, cette habileté devient inconsciente et automatique.

● La synchronisation doit prendre en considération la communication verbale (Ton, débit, silence...) et la communication non verbale (tout ce qui n'est pas directement lié aux mots : gestuelle, expression faciale, posture, ...).

● La communication non verbale représente 93% de la communication interpersonnelle.

● Les mots ne représentent que 7 % du message transmis.



OUTILS DE COMMUNICATION
INTERPERSONNELLE.



Utilité, objectifs et champs d'utilisation

● La synchronisation permet de mettre l'interlocuteur à son aise et de lui apporter un sentiment de sécurité, de valorisation et de confort.

● La synchronisation comme l'écoute active contribuent à installer une relation de confiance et de sécurité avec son interlocuteur, ce qui va aider à faire tomber les barrières avec lui.

Ordre d'importance



Faible



Moyen



Elevé

Ordre de complexité



Faible



Moyen



Elevé

Notes personnelles :



- Selon que la personne soit visuelle ou kinesthésique, il est important, en relation d'accompagnement, que l'accompagnateur (facilitateur/coach) synchronise avec son interlocuteur pour pouvoir instaurer progressivement un climat de sécurité et de confiance et d'instaurer ainsi progressivement une relation de confiance mutuelle.