

Les 3 niveaux d'attention (mental, émotionnel et des besoins) révélé par le non verbal

L'attention mise par une personne au niveau mental, au niveau de ses émotions ou au niveau de ses besoins se révèle à travers son expression non verbale. L'analyse des variations du ton, de la gestuelle et des expressions corporelles permet d'isoler des constantes.

Quand l'attention se fixe au niveau mental

Ton

- Le débit de la parole est rapide, avec des phases d'accélération.
- Beaucoup de mots sont exprimés.
- Le rythme a tendance à être saccadé.
- La voix monte vers les aigus.
- Le timbre est plus sec et l'intonation peu variée.
- Souvent, le son traîne à la fin des phrases et peut devenir par moments nasillard.

Expression corporelle

- La respiration est courte et haute.
- Tensions musculaires du visage, par moments le front se plisse.
- Les yeux partent vers le ciel.
- Mouvements vifs des membres, avec des gestes parfois saccadés.
- Le corps a tendance à se pencher vers l'avant.

Quand l'attention se porte au niveau des sentiments

Ton

- Le débit de la parole devient plus fluide, avec des périodes de ralentissement et d'accélération marquées.
- Le timbre est mélodieux et plein, l'intonation est plus variée.
- Des temps de silence apparaissent.

Expression corporelle

- Les yeux deviennent plus humides, avec parfois la venue de larmes.
- Le visage vit des moments de détente.
- Mouvements plus harmonieux des membres.
- Des sensations de froid ou de chaleur peuvent apparaître.

Quand l'attention se porte au niveau des besoins

Ton

- Ralentissement du débit de la parole.
- Peu de mots sont exprimés.
- Longues phases de silence avant la connexion avec des besoins profonds, où l'énergie se concentre.
- Longues phases de silence après la connexion avec des besoins profonds, où l'énergie se déploie.
- La voix descend dans les graves.
- Timbre plus posé et plus calme.

Expression corporelle

- Position corporelle plus stable, plus posé, une verticalité du corps se dessine.
- Relâchement corporel, apparition de soupirs et de phases de détente.
- Ralentissement des mouvements avec une tendance vers l'immobilité.
- La respiration devient de plus en plus ample, avec des mouvements du ventre.
- Le regard se tourne vers l'intérieur et a tendance à descendre.