

Ministère d'enseignement supérieur et de la recherche scientifique

Université Badji Mokhtar ANNABA

Département des mines

Enseignant : LAICHE Oussama

Cursus : Deuxième année

Module : Techniques d'expression et de communication

COURS N : 4

Un moment d'entrer de plain-pied dans l'analyse des principaux items permettant de décrypter le langage corporel, il convient de prendre en compte trois niveaux de lecture, trois regards différents à porter sur la personne que l'on observe : la statue, l'attitude intérieure et les micromouvements.

La statue

La statue permet la lecture du langage corporel d'une personne avant même qu'elle ne prenne la parole. Dès ce moment, son corps nous livre déjà de nombreux indices.

Le corps est-il souple et détendu ou bien est-il rigide ? On a par exemple constaté que des enfants qui avaient subi des maltraitances physiques avaient tendance à rentrer la tête dans les épaules, habitude qu'ils conservaient une fois devenus adultes.

La personne occupe-t-elle une large place au sol ou cherche-t-elle à se faire « toute petite » ? Lorsqu'une personne occupe une place importante au sol, les pieds écartés, on parle de statue appétente. C'est la marque d'une personne qui, confiante, occupe l'espace. À l'inverse, une personne qui occupe peu l'espace, pieds serrés, bras proches du corps ou cachés dans le dos, cherche à se faire discrète, espérant passer inaperçue. Dans ce cas, on évoque une statue dite aversive.

Certaines rides, imprimées au fil du temps, sont les marques d'un comportement maintes fois répété. À titre d'exemple, la ride dite de la glabelle, ride horizontale qui se trouve au-dessus du nez est une ride que l'on voit se dessiner chez certaines personnes lorsqu'elles sont en colère. Cette ride, si elle est présente dans la statue d'un individu est la signature d'une personne sujette à des accès de colère.

On remarque parfois qu'une personne présente un œil plus fermé que l'autre.

Il peut bien sûr s'agir d'un problème ophtalmique, mais, hors de ce contexte, c'est souvent l'expression d'un mal-être. Lorsque l'œil gauche est plus fermé que l'œil droit, il s'agit d'un stress émotionnel.

Lorsque quelqu'un ressent une émotion positive, les paupières inférieures remontent. À l'inverse, lorsqu'une personne ressent une émotion négative ou qu'elle ressent un mal-être, les paupières inférieures s'abaissent. On voit alors le

blanc de l'œil entre la pupille et la paupière inférieure. Ce phénomène est nommé Sanpaku, terme japonais qui signifie « trois blancs ».

Plusieurs photos de Tiger Woods célèbre golfeur américain, lors de son arrestation en mai 2017, illustrent ce principe, et l'on voit sa paupière inférieure très basse laissant largement entrevoir le blanc de l'œil sous la pupille.



L'attitude intérieure

L'attitude intérieure concerne la lecture du corps en action. Les émotions lisibles, les mouvements et les gestes effectués sont le reflet de l'état de pensée de la personne.

En voici quelques illustrations.

Les émotions sont observables par la tension ou l'absence de tension au niveau des épaules et par les mouvements du visage. Des gestes de fermeture signifient un désaccord, une désapprobation alors que des gestes d'ouverture à contrario expriment un intérêt, une approbation, une acceptation.

Des mouvements hauts sont un indice de satisfaction. Ainsi, des applaudissements les mains largement levées ou une poignée de mains haute sont la marque d'un contentement. On parle alors d'éléfaction, néologisme qui est la combinaison des mots élévation et satisfaction

Exemple

Vous apportez votre voiture à réviser et signalez à votre garagiste un problème persistant de bruit au niveau de l'embrayage. Le soir, vous venez chercher votre voiture. Votre garagiste, sourire aux lèvres, vous tend les clés, main largement

levée au-dessus du coude, et vous dit fièrement: «Ça n'a pas été facile, mais j'ai réglé le problème, votre voiture est comme neuve»



S'il avait échoué, il n'aurait pas eu le même geste et vous aurait tendu les clefs la main beaucoup plus basse, au niveau de l'articulation du coude ou même en dessous en vous disant: «Désolé, je n'ai rien pu faire, l'embrayage est mort».



Les micromouvements

Les micromouvements sont des gestes effectués sur le visage ou sur le corps de façon non consciente. On en dénombre trois types, les microcaresses, les

microfixations et les microdémangeaisons.

La microcaresse est un désir inconscient, un geste tendre. C'est comme une caresse inconsciente adressée à l'autre ou à soi-même. Cela peut vouloir signifier, « ce que tu me dis me plaît », « tu me plais » ou « ce que je suis en train de dire me plaît ».

La microcaresse peut être effectuée sur soi par un geste d'auto-contact. Elle peut également être observée sur un objet, un verre, un stylo ou un téléphone, par exemple.



La microfixation consiste à poser la main sur une partie du corps ou sur un objet. Elle est le signe d'un retour sur soi, d'une certaine retenue. Une microfixation, par un geste d'auto-contact, nous permet de nous donner une contenance, de gérer notre stress. Il est fréquent qu'une personne qui effectue régulièrement des microfixations ait une nature introspective.



La microdémangeaison est la signature d'un décalage entre ce que l'on exprime et ce que l'on pense ou ce que l'on ressent réellement.

Des observations sous IRM (Imagerie par Résonance Magnétique) ont démontré que les zones du cerveau impliquées dans les émotions cessent leur activité lorsque nous nous grattons, cela signifie que le fait de se gratter fait descendre la tension émotionnelle.

La localisation ainsi que le choix de la main qui effectue la microdémangeaison jouent un rôle dans la signification du geste (voir infra).



Photo 6 - Microdémangeaison