

Calibration Visuelle

A chaque état interne de quelqu'un correspond un ensemble de signes physiologiques observables visuellement. Chaque fois qu'une personne recontacte la même sensation (accord, désaccord, confiance, méfiance, compréhension, etc.), elle manifeste le même "pattern" physiologique.

Entraînez-vous à photographier mentalement les indices que vous donne une personne.

CORPS

Posture générale :

- Poids du corps droite/gauche
- penché en avant/en arrière
- position de la tête, du tronc, des jambes etc...

Mouvements :

- Croisement/décroisement des jambes, des bras
- mouvements des pieds, des mains, de la tête,
- gestes particuliers

Respiration :

- faible/forte amplitude
- lent/rapide
- rythme régulier/irrégulier
- haut de la poitrine/thoracique/abdominale

Couleur de la peau

VISAGE

Position générale :

- Répartition des masses musculaires
- Rides , sillons, tensions,
- Inclinaison droite/gauche , avant/arrière
- Bouche ouverte/fermée
- lèvres épaisses/minces

Mouvements :

front, yeux, nez, commissures des lèvres

Couleur :

particulièrement les variations et différences de la couleur des parties du visage.

Calibrer consiste à repérer des liens entre ces indices physiologiques et une émotion , un processus ou un contenu particulier (par ex. un critère important) de telle manière à ce que la prochaine fois que vous repérerez les mêmes indices, vous saurez ce qui se passe pour la personne.

Calibrez en particulier les signaux qui vous manifestent le degré de rapport que vous avez avec la personne.