

Язык телодвижений

Конспект книг Алана Писа

Автор конспекта ETZELL

1. Врожденные, Генетические, Приобретенные и Культурно Обусловленные Сигналы

Несмотря на то, что проделано много исследований, ведутся горячие дискуссии по поводу того, являются ли невербальные сигналы врожденными или приобретенными, передаются ли они генетически или приобретаются каким-то другим путем. Доказательства были получены через наблюдения за слепыми, глухими, и глухонемыми людьми, которые не могли бы обучиться невербалике благодаря слуховым или зрительным рецепторам. Проводились также наблюдения за жестиккулярным поведением различных наций и изучалось поведение наших ближайших антропологических родственников - обезьян и макак. Выводы этих исследований указывают, что жесты поддаются классификации. Например, большинство детенышей приматов рождены со способностью к сосанию, говорящей о том, что эта способность или врожденная или генетическая. Когда вы скрещиваете руки на своей груди, скрещиваете ли вы правую руку над левой или левую над правой? Большинство людей не могут достоверно ответить на этот вопрос до тех пор, пока они это не проделают. В одном случае они будут чувствовать себя удобно, в другом случае нет. Отсюда можно заключить, что это, возможно, генетический жест, который не может быть изменен. Существуют также разногласия по поводу того, являются ли некоторые жесты приобретенными и культурно обусловленными или генетическими. Например, большинство мужчин надевают свое пальто, начиная с правого рукава, большинство же женщин начинают надевать пальто с левого рукава. Когда мужчина пропускает женщину на многолюдной улице, он, проходя, обычно разворачивает тело к женщине; женщина же обычно проходит, отвернувшись от него. Делает ли она это инстинктивно, защищая грудь? Является ли это врожденным жестом женщины, или она научилась этому неосознанно, наблюдая за другими женщинами?

Большинство жестов невербального поведения являются приобретенными, и значение многих движений и жестов культурно обусловлено. Во всем мире основные коммуникационные жесты не отличаются друг от друга. Когда люди счастливы, они улыбаются, когда они печальны - они хмурятся, когда сердятся - у них сердитый взгляд. Кивание

головой почти во всем мире обозначает, "да" или утверждение. Похоже, что это врожденный жест, так как он также используется глухими и слепыми людьми. Покачивание головой для обозначения отрицания или несогласия является также универсальным, и может быть одним из жестов, изобретенных в детстве. Когда ребенок насосался молока, он, отказываясь от материнской груди, делает движение головой из стороны в сторону. Когда маленький ребенок наелся, он крутит головой из стороны в сторону, чтобы увильнуть от ложки, которой родители кормят его. Тем самым очень быстро он приучается использовать покачивание головой для выражения своего несогласия и отрицательного отношения. Проследить происхождение некоторых жестов можно на примере нашего первобытнообщинного прошлого. К примеру, оскаливание зубов сохранилось от акта нападения на противника и до сих пор используется современным человеком, когда он злобно усмехается или проявляет свою враждебность каким-то другим способом. Улыбка первоначально была символом угрозы, но сегодня, в совокупности с дружелюбными жестами, она обозначает удовольствие или доброжелательность.

2. Основные правила в толковании

А. Совокупность Жестов.

Одной из наиболее серьезных ошибок, которую могут допустить новички в деле изучения языка тела, является стремление выделить один жест и рассматривать его изолированно от других жестов и обстоятельств. Например, почесывание затылка может означать тысячу вещей - перхоть, блохи, выделение пота, неуверенность, забывчивость или произнесение неправды - в зависимости от того, какие другие жесты сопровождают это почесывание, поэтому для правильной интерпретации мы должны учитывать весь комплекс сопровождающих жестов. Как любой язык, язык тела состоит из слов, предложений и знаков пунктуации. Каждый жест подобен одному слову, а слово может иметь несколько различных значений. Полностью понять значение этого слова вы можете только тогда, когда вставите это слово в предложение наряду с другими словами. Жесты поступают в форме "предложений" и точно говорят о действительном состоянии, настроении и отношении человека.

В. Значение Контекста для Толкования Жестов

Кроме учета совокупности жестов и соответствия между словами и телодвижениями, для правильной интерпретации жестов необходимо

учитывать контекст, в котором живут эти жесты. Если вы, например, в холодный зимний день увидите на автобусной остановке человека, сидящего со скрещенными ногами, крепко скрещенными на груди руками и опущенной вниз головой, то это скорее всего будет означать, что он замерз, а вовсе не его критическое отношение к чему-либо. Однако, если человек в точно таком же положении будет сидеть напротив вас за столом переговоров о заключении сделки, то его жесты совершенно определенно следует трактовать как имеющие негативное или оборонительное отношение в сложившейся ситуации.

Г. Другие Факторы, Оказывающие Влияние на Интерпретацию Жестов.

Если у человека слабое рукопожатие, то можно сделать вывод о слабости его характера, и в главе об особенностях рукопожатия мы исследуем причины, объясняющие это утверждение. Но если у человека артрит суставов руки, то он будет использовать слабое рукопожатие, чтобы предохранить руку от боли. Поэтому художники, музыканты, хирурги и люди других деликатных профессий, где требуются чуткие пальцы, обычно предпочитают не обмениваться рукопожатиями, но если они вынуждены это делать, то пользуются щадящим рукопожатием. Иногда люди, носящие плохо сидящую или тесную одежду, скованы в своих движениях, и это оказывает влияние на выразительность их языка тела. Это достаточно редкие случаи, но их важно иметь в виду, чтобы понять, какое психологическое влияние имеют такие вещи на боди лэнгвидж.

Д. Положение в Обществе и Богатство Жестикуляции.

Научные исследования в области лингвистики показали, что существует прямая зависимость между социальным статусом, властью и престижем человека и его словарным запасом. Другими словами, чем выше социальное или профессиональное положение человека, тем лучше его способность общаться на уровне слов и фраз. Исследования в области невербалики выявили зависимость между красноречивостью человека и степенью жестикуляции, используемой человеком для передачи смысла своих сообщений. Это означает, что существует прямая зависимость между социальным положением человека, его престижем и количеством жестов и телодвижений, которыми он пользуется. Человек, находящийся на вершине социальной лестницы или профессиональной карьеры, может пользоваться богатством своего словарного запаса в процессе коммуникации, в то время как менее образованный или менее профессиональный человек будет чаще

полагаться на жесты, а не на слова в процессе общения.

3. Личная территория

Физическое тело большинства животных окружено определенной пространственной зоной, которую они считают своей собственной личной территорией. Подобно другим животным, человек обладает своей собственной воздушной оболочкой, окружающей его тело, ее размеры зависят от плотности населения людей в месте его проживания. Следовательно, размеры личной пространственной зоны социально и национально обусловлены. Если представители одной нации, например, японцы, привычны к перенаселенности, другие предпочитают широкие открытые пространства и любят сохранять дистанцию. Однако, мы будем вести речь в основном о территориальном поведении народов западных стран. Социальное положение человека может тоже быть значимым при описании расстояния, на котором человек держится по отношению к другим людям.

Зональные Пространства.

Размеры личной пространственной территории человека средне обеспеченного социального уровня в принципе одинаковы независимо от того, проживает ли он в Северной Америке, Англии или Австралии. Ее можно разделить на 4 четкие пространственные зоны.

1. Интимная зона (от 15 до 46 см). Из всех зон эта самая главная, поскольку именно эту зону человек охраняет так, как будто бы это его собственность. Разрешается проникнуть в эту зону только тем лицам, кто находится в тесном эмоциональном контакте с ним. Это дети, родители, супруги, любовники, близкие друзья и родственники. В этой зоне имеется еще подзона радиусом в 15 см, в которую можно проникнуть только посредством физического контакта. Это сверх интимная зона.

2. Личная зона (от 46 см до 1,2 метра). Это расстояние, которое обычно разделяет нас, когда мы находимся на коктейль - вечеринках, официальных приемах, официальных вечерах и дружеских вечеринках.

3. Социальная зона (от 1,2 до 3,6 метров). На таком расстоянии мы держимся от посторонних людей, например, водопроводчика или плотника, пришедшего заняться ремонтом в нашем доме, почтальона, нового служащего на работе и от людей, которых не очень хорошо знаем.

4. *Общественная зона (более 3,6 метра)*. Когда мы адресуемся к большой группе людей, то удобнее всего стоять именно на этом расстоянии от аудитории.

Обычно наша интимная зона нарушается тем или иным человеком по двум причинам. Первая, когда "нарушитель" является нашим близким родственником или другом, или же человеком, имеющим сексуальные намерения. Вторая, когда "нарушитель" проявляет враждебные тенденции и склонен атаковать нас. Если мы можем терпеть вторжение посторонних людей в наши личные и социальные зоны, то вторжение постороннего человека в интимную зону вызывает внутри нашего организма различные физиологические реакции и изменения. Сердце начинает биться быстрее, происходит выброс адреналина в кровь, и она приливает к мозгу и мышцам как сигнал физической готовности нашего организма к бою, т.е. состояние боевой готовности. Дистанция между двумя целующимися может много рассказать вам о характере взаимоотношений между этими людьми. Любовники крепко прижимаются телами друг к другу и находятся внутри интимной зоны друг друга. Совершенно другое будет расстояние, если вы получаете поцелуй от постороннего человека, поздравляющего вас с Новым годом, или от мужа лучшей подруги, поскольку оба будут отставлять нижнюю часть тела по крайней мере на расстояние 15 см от вашей.

Скученность людей на концертах, в кинозалах, на эскалаторах, в транспорте, лифте приводит к неизбежному вторжению людей в интимные зоны друг друга и интересно наблюдать реакцию людей на эти вторжения. Существует ряд неписанных правил поведения западного человека в условиях скученности людей, например, в автобусе или лифте. Это такие правила:

1. Ни с кем не разрешается разговаривать, даже со знакомыми.
2. Не рекомендуется смотреть в упор на других.
3. Лицо должно быть совершенно беспристрастным - никакого проявления эмоций не разрешается.
4. Если у вас в руках книга или газеты, вы должны быть полностью погружены в чтение.
5. Чем теснее в транспорте, тем сдержаннее должны быть ваши движения,
6. В лифте следует смотреть только на указатель этажей над головой.

Часто можно услышать, как людей, едущих в общественном транспорте на работу в часы пик, называют жалкими, несчастными, подавленными. Эти эпитеты обычно употребляются из-за того, что у этих людей невыразительные лица, но сторонние наблюдатели ошибаются в своих оценках. Они просто видят, как люди добросовестно выполняют правила поведения в условиях неизбежного вторжения посторонних в их интимную зону.

Каждый раз, когда мы едем в переполненном лифте, сидим в переполненном кинозале или едем в битком набитом автобусе, окружающие перестают для нас существовать, и до тех пор, пока нас непосредственно не заденут, мы не реагируем на них. Создается такое впечатление, будто своим, неосознанным посягательством на нашу интимную территорию люди ставят нас в оборонительную позицию. Разъяренная толпа или агрессивная группа людей, объединенных единой целью, реагирует на нарушения их территории совершенно другим образом, чем отдельные личности. В действительности происходят следующие вещи: по мере того, как увеличивается толпа и ее плотность, личное пространство каждого отдельного человека становится все меньше, и он принимает враждебную стойку, поэтому с ростом толпы усиливается ее враждебность и агрессивность, и в любой момент может начаться рукоприкладство. Это очень хорошо известно полиции, и она всегда стремится разогнать толпу, чтобы каждый человек вновь обрел свое зональное пространство и успокоился.

Следователи полиции используют специальные методы, построенные на нарушении территории личности, для того, чтобы сломить сопротивление допрашиваемых преступников. Для этого они усаживают преступника на стул без подлокотников, ставят стул в центре комнаты и постоянно во время допроса проникают в его интимную и особо интимную зону, оставаясь в ней до тех пор, пока тот не даст ответ. С помощью таких методов сопротивление преступника очень быстро подавляется.

Нужно отметить, что размеры зональных пространств отличаются у разных народов. Незнание культурно обусловленных различий в интимных зонах различных людей может легко привести к недопониманию и неверным суждениям о поведении и культуре других. Учитывая, что плотность населения также влияет на зональное пространство, можно сделать вывод, что зоны у сельского человека намного шире, чем у городского.

4. Признаки Лжи



Рис. 5. Ребенок обманывает



Рис. 6. Подросток обманывает



Рис. 7. Взрослый обманывает

Быстрота некоторых жестов и их очевидность для глаза зависит от возраста человека. Например, если 5-летний ребенок скажет неправду своим родителям, то сразу же после этого он прикроет одной или обеими руками рот. Этот жест "прикрывание рта рукой" подскажет родителям о том, что ребенок солгал, но на протяжении всей своей жизни человек использует этот жест, когда он лжет, обычно меняется только скорость совершения этого жеста. Когда подросток говорит неправду, рука прикрывает рот почти так же, как и у пятилетнего ребенка, но только пальцы слегка обводят линию губ. Это жест прикрывания рукой рта становится более утонченным во взрослом возрасте. Когда взрослый человек лжет, его мозг посылает ему импульс прикрыть рот, в попытке задержать слова обмана, как это делается пятилетним ребенком или подростком, но в последний момент рука уклоняется ото рта и рождается другой жест-прикосновение к носу. Такой жест есть ни что иное, как усовершенствованный взрослый вариант того же жеста прикрывания рта рукой, который присутствовал в детстве. Это пример того, что с возрастом жесты людей становятся менее броскими и более завуалированными, поэтому всегда труднее считать информацию 50-летнего человека, чем молодого. *Человек просто прикасается к носу.*



Рис.52. Прикосновение к носу.

Потираание Века.



Рис. 53. Потирание века пальцем.

Этот жест вызван тем, что в мозгу появляется желание скрыться от обмана, подозрения или лжи, с которыми он сталкивается, или желание избежать взгляда в глаза человеку, которому он говорит неправду. Мужчины обычно потирают веко очень энергичным образом, а если ложь очень серьезная, то отворачивают взгляд в сторону, обычно в пол.

Почесывание и Потирание Уха.



Рис. 54. Потирание уха.

Фактически этот жест вызван желанием слушающего отгородиться от слов, положив руку около или сверху уха. Этот жест является взрослой усовершенствованной модификацией жеста маленького ребенка, когда он затыкает уши, чтобы не выслушивать упреков родителей. Другими вариантами прикосновения к уху является потирание ушной раковины, сверление в ухе (кончиком пальца), потягивание мочки уха или сгибание уха в попытке прикрыть им слуховое отверстие. Этот последний жест говорит о том, что человек наслушался вдоволь и хочет, возможно, высказаться.

Почесывание Шеи

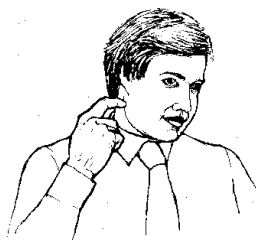


Рис. 55. Почесывание шеи.

Этот жест говорит о сомнении и неуверенности человека, который говорит: «Я не уверен, что я с вами согласен». Он особенно бросается в глаза в том случае, если он противоречит вербальному языку, например, если человек говорит нечто подобное: «Я отлично понимаю, что вы испытываете».

5. Откровение



Рис. 15. "Покажите мне пальцы с ладонями полностью открытыми".

Когда человек начинает с вами откровенничать, он обычно раскрывает перед собеседником ладони полностью или частично. Как и другие жесты языка телодвижений, это полностью бессознательный жест, он подсказывает вам, что собеседник говорит в данный момент правду. Когда ребенок обманывает или что-то скрывает, он прячет ладони за спиной. Аналогично, если жена хочет скрыть от мужа то, что всю ночь прогуляла с подругами, она во время объяснений будет прятать руки в карманы или держать их скрещенными. Таким образом, спрятанные ладони могут подсказать мужу о том, что она скрывает правду

5. Критический настрой



Рис. 4. Типичная поза критической оценки

Главным здесь является жест "подпирание щеки указательным пальцем", в то время как другой палец прикрывает рот, а большой палец лежит под подбородком. Следующим подтверждением того, что слушающий относится к вам критически, является то, что ноги его крепко скрещены, а вторая рука лежит поперек тела, как бы защищая его, а голова и подбородок наклонены (враждебно). Это невербальное предложение говорит вам приблизительно следующее: "Мне не нравится, что вы говорите, и я с вами не согласен".

Сцепленные Пальцы Рук.



Рис.37. Сцепленные пальцы рук в поднятом положении.



Рис.38. Среднее положение сцепленных рук

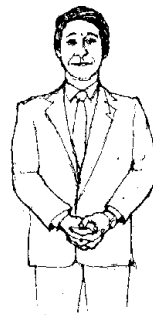


Рис. 39. Нижнее положение сцепленных рук.

Этот жест обозначает разочарование и желание человека скрыть свое отрицательное отношение. Этот жест имеет три варианта: скрещенные пальцы рук подняты на уровне лица, руки лежат на столе, на коленях при сидячем положении или внизу перед собой в стоячем положении.

6. Скука и интерес



Рис. 58. Скука

Когда слушатель начинает подставлять руку для того, чтобы опереть на нее голову, это верный признак того, что ему стало скучно, и он подпирает голову рукой для того, чтобы не заснуть. Главное, что голова опирается на основание ладони.



Рис. 59. Позиция заинтересованного и оценивающего человека.

Противоположный жест – это оценочный, интерес. Но в этом случае, подпирает щеку сжатыми в кулак пальцами, а указательный палец упирается в висок. Если человек теряет интерес, но из вежливости хочет выглядеть заинтересованным, его поза слегка изменится так, что голова будет опираться на основание ладони.

7. Несогласие



Рис. 89. Собиратель порций с обиды.

Когда человек не согласен с мнением или отношением других людей, но не решается высказать свою точку зрения, он проделывает жесты, которые называются жестами вытеснения, т.е. они проявляются вследствие сдерживания своего мнения. Собираение, общипывание несуществующих ворсинок с одежды является одним из таких жестов. Человек, ощипывающий ворсинки, обычно сидит, отвернувшись от других, и смотрит в пол, а в это время занимается своим маленьким несущественным делом; Это наиболее популярный жест неодобрения, и когда слушатель постоянно обирает ворсинки с одежды, это является верным признаком того, что ему не нравится все, что здесь говорится, даже если на словах он практически со всем согласен.

8. Доминирование. Уверенность в себе

Жест №1.



Рис.40. Руки "шпилом вверх".



Рис.41. Руки "шпилом вниз".

Этим жестом часто пользуются уверенные в себе люди, лица, занимающие руководящие должности, или люди с ограниченной жестикულიцией. Используя этот жест, они передают информацию своей самоуверенностью. Этот жест имеет два варианта: руки шпилем вверх и руки шпилем вниз.

Первое положение обычно принимается тогда, когда говорящий выражает свое мнение или излагает свои идеи. Второе положение используется тогда, когда человек не говорит, а слушает.

Жест №2



В обыденной жизни этот жест используется полицейским на дежурстве, директором местной школы, проходящим через школьный двор, старшими военными чинами и людьми на ответственных должностях. Поэтому это считается жестом уверенного в себе человека с чувством превосходства над другими. Он позволяет человеку с бессознательным бесстрашием открывать свои ранимые области тела, такие как желудок, сердце, горло.

9. Властность

Жест №1.



Рис.45. Жест с выставлением больших пальцев рук.



Рис. 46. "По моему скромному мнению".

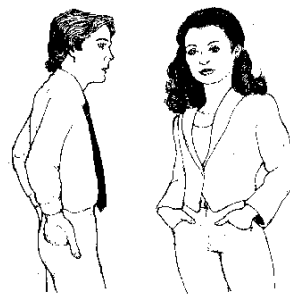


Рис.47. Большие пальцы рук выглядывают из задних карманов брюк.

Рис. 48. Доминантная поза женщины.

Выставление больших пальцев рук говорит о властности, превосходстве и даже агрессивности человека. Однако этот жест нужно рассматривать в совокупности с другими жестами. Открытые большие пальцы являются положительным сигналом. Часто жест присутствует в позе сурового начальника в обществе со своими подчиненными. Большие пальцы рук очень часто выглядывают из карманов человека, иногда даже из задних карманов брюк, чтобы скрыть доминантность человека в данной ситуации. Женщины также прибегают к этому жесту. Кроме того, любители этого жеста часто встают на цыпочки, чтобы стать повыше ростом.

Жест №2.



Рис. 49. *Скрещенные руки с вертикальными поставленными большими пальцами.*

Этот жест передает двойной сигнал - первый о негативном или оборонном отношении (скрещенные руки) плюс чувство превосходства (выраженное большими пальцами рук). Человек, прибегающий к этому жесту, обычно поигрывает одним или обоими пальцами, а для стоячего положения характерно покачивание на каблуках.

Жест №3.

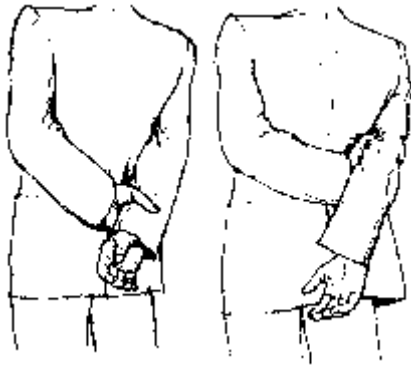


Рис. 93. *"Может быть когда-нибудь вы станете таким же преуспевающим, как я".*

Этот жест характерен для людей таких специальностей как бухгалтеры, юристы, управляющие по вопросам торговли, управляющие банками или для уверенных в себе людей с чувством превосходства над другими: Если бы вы могли читать его мысли, вы бы прочитали: "Я все знаю" или "Может быть когда-нибудь вы будете таким же преуспевающим, как я" или даже "Я контролирую ситуацию". Этот жест характерен также для "всезнаек", и многие люди раздражаются, когда кто-нибудь демонстрирует этот жест перед ними.

10. Сложный контроль над собой

Сложный контроль надо собой, в силу отрицательных эмоций.



В этом случае одна рука захватывает запястье так крепко, как будто она пытается удержать ее от нанесения удара. Интересно, что чем более сердит человек, тем выше передвигается его рука по спине. Человек на рис. например, проявляет большее усилие для самоконтроля, чем человек на рис., потому что рука на рис. захватывает уже предплечье, а не просто кисть руки.

11. Угнетение. Неуверенность



Рис. 57. Здесь требуется поддержка.

Человек кладет пальцы в рот в состоянии сильного угнетения. Это бессознательная попытка человека вернуться к тому безопасному, безоблачному времени в грудном возрасте, когда ребенок сосал грудь своей матери. Маленький ребенок сосет палец, а что касается взрослого, то кроме пальца он засовывает себе в рот такие предметы, как сигареты, трубки, ручки и подобное. Если жесты, связанные с прикрытием рта рукой, обозначают обман, пальцы во рту говорят о внутренней потребности в одобрении и поддержке. Поэтому, когда появляется этот жест, необходимо поддержать человека или заверить его гарантиями.

12.Принятия решения



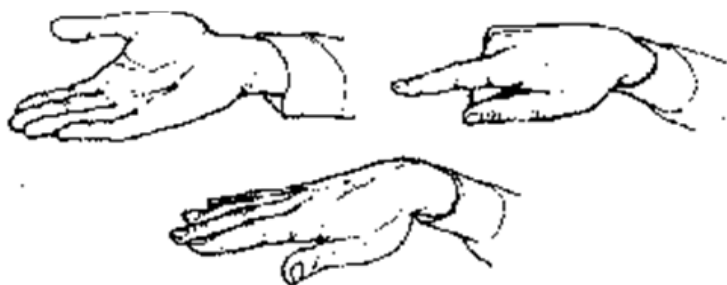
Рис. 61. Женский вариант поглаживания подбородка.

Рис.62. Во время принятия решения.

Этот жест "поглаживания подбородка" означает, что человек пытается принять решение. Если человек носит очки, то вслед за оценочными жестами для принятия решения он проделает следующее: он снимет очки и заложит одну дужку очков в рот, вместо поглаживания подбородка. Курильщик поместит трубку в рот. Если человек после того, как его попросили сообщить о своем решении, берет в рот ручку или палец; это признак того, что он не уверен в себе, и ему необходима поддержка, потому что предмет во рту позволяет ему не произносить решение, дольше подумать. Поскольку считается плохими манерами говорить с набитым ртом, предмет во рту считается оправданием для человека, не решающегося на скоропалительное решение.

13. Сила Ладони

А. Три положения ладони.



Существует три основных командных жеста ладони: положение ладони вверх, положение ладони вниз и положение указывающего перста. Различие между этими тремя положениями видно из следующего примера: допустим, вам нужно попросить кого-либо поднять коробку и переставить ее на другое место в комнате. Допустим также, что использовать при этом мы будем одни и те же слова, говорить их одним тоном голоса и с одним выражением лица. Меняться будет только положение ладони.

Положение открытой ладони вверх есть доверительный, неугрожающий жест, напоминающий просящий жест нищего на улице. Человек, которого мы попросили передвинуть коробку, не почувствует никакого давления, и в условиях субординации он воспримет это как просьбу с вашей стороны.

Когда ладонь повернута вниз, в вашем жесте немедленно появится оттенок начальственности. У человека, которому вы адресовали свою просьбу, появится ощущение, что он получил приказ передвинуть коробку, и может даже возникнуть чувство враждебности к вам, в зависимости от ваших с ним взаимоотношений. Например, если это ваш коллега одинакового с вами

положения, то он может не выполнить вашу просьбу, но если бы вы его попросили с другим жестом, когда ладонь смотрит вверх, то он бы это сделал. Если человек, которому вы адресуете свою просьбу, ваш подчиненный, то он выполнит ее без возражений, потому что в таком случае вы имеете право использовать этот жест. На рис. изображен перстоуказующий жест. Пальцы руки сжаты в кулак, и вместе с выставленным указательным пальцем вся конфигурация становится похожей на своеобразную дубинку, с помощью которой человека принуждают к подчинению. Жест "указующего перста" является одним из наиболее раздражающих, используемых человеком в процессе речи, особенно если он совпадает по смыслу со сказанными словами.

Б. Рукопожатия.



Хозяин положения.

Уступил инициативу.

Равенство.

С помощью различного разворота ладони можно придать жесту господствующее. Через рукопожатие передается один из трех типов возможных взаимоотношений. Первое - превосходство: "Этот человек пытается оказывать на меня давление. Лучше быть с ним осторожнее". Второе - покорность, уступчивость: "Я могу оказывать давление на этого человека. Он будет делать так, как пожелаю". Третье - равенство: "Мне нравится этот человек. Мы с ним будем хорошо ладить". Эта информация передается неосознанно, но при определенной тренировке и целенаправленном применении того или иного рукопожатия можно оказать непосредственное влияние на исход вашей встречи с другими людьми.

14. Защитные жесты

Много веков назад мужчины пользовались щитами, чтобы защититься от копий и дубинок врагов, а сегодня цивилизованный мужчина использует все, что попадется под руку для такого символического щита, которым он защищается от физического или словесного нападения. Это может быть укрытие за забором, дверью, столом, открытой дверцей машины или спинкой

стула во время сидения на нем верхом. Спинка стула служит защитным средством и может превратить его в агрессивного, атакующего воина.

А. Барьер с помощью рук.

Жест №1.



Рис. 67. Стандартный жест - скрещенные руки на груди.



Рис.68. Кулаки говорят о враждебности.

Руки в замок на груди выражают попытку спрятаться от неблагоприятной ситуации. Положение рук при этом жесте может быть самым разнообразным. Типичное, стандартное скрещивание рук является универсальным жестом, почти повсюду обозначающим оборонное или негативное состояние человека, прodelывающего этот жест. Его всегда можно увидеть, наблюдая за человеком в толпе незнакомых людей на общественных собраниях, в очереди, в кафетериях, в лифтах и в других местах, где люди чувствуют себя неуверенно и небезопасно. Когда при беседе с глазу на глаз вы видите, что ваш собеседник скрещивает руки на груди, следует сделать вывод, что вы сказали что-то, с чем ваш собеседник не согласен. Несмотря на то, что на словах он будет выражать согласие с вами. Дело в том, что невербальные средства общения не могут лгать, в то время как вербальные могут.

Жест №2.

Если кроме скрещивания рук на груди, человек еще сжимает пальцы в кулак – это говорит о его враждебной и наступательной позиции. Часто это сопровождается стиснутыми зубами и покрасневшим лицом, и в таком случае может последовать словесное или физическое нападение.

Жест №3.



Рис. 72. Частичный барьер, образуемый руками.



Рис. 71. За руки с самим собой.

Если использовать полный жест скрещивания рук, то окружающим становится очевидно, что вы испытываете чувство страха. Иногда мы заменяем его частичным, неполным скрещиванием, при котором одна рука помещается поперек тела, закрепившись за другую руку. Так получается барьер. Другим распространенным вариантом неполного барьера является жест, в котором человек держит самого себя за руки. Этот жест обычно используется людьми, стоящими перед большой аудиторией при получении награды или при произнесении речи. Этот жест позволяет человеку восстанавливать чувство эмоциональной безопасности, которое он испытывал в детстве, когда родители держали его за руку при внушающих опасностях обстоятельствах.

Жест №4.



Рис. 73. Замаскированная сосредоточенность.



Рис. 74. В качестве барьера используется дамская сумочка.

Замаскированные жесты, связанные со скрещиванием рук являются очень утонченными, усовершенствованными жестами, к которым прибегают люди, постоянно находящиеся в центре внимания. К этой категории людей относятся политические деятели, коммивояжеры, телевизионные комментаторы и другие, кто не хочет, чтобы их зрители заметили их неуверенность или нервозность. Для проделывания этого жеста рука движется поперек тела по направлению к другой руке, но вместо того, чтобы схватиться за эту руку, она прикасается к сумочке, браслету, часам, запонкам или какому-нибудь другому предмету, находящемуся на противоположной руке или рядом с ней. И снова образуется барьер и утверждается состояние безопасности. Когда были модными запонки, то часто можно было увидеть, как мужчины поправляли их в тот момент, как им приходилось на виду у

всех проходить через комнату или танцевальный зал. Сейчас запонки вышли из моды и мужчины поправляют ремешок часов, проверяют содержимое своего портмоне, потирают руки, играют пуговицей на манжете или используют любой другой предлог, позволяющий им держать руки поперек тела.

Б. Барьер с помощью ног.

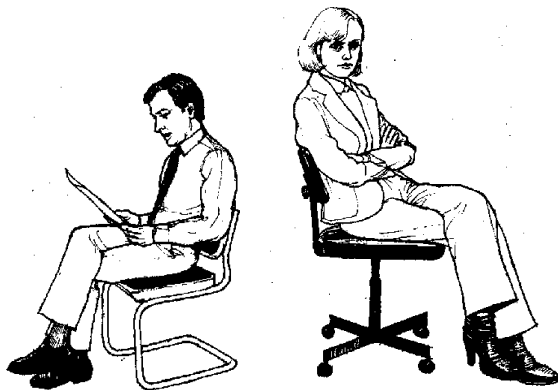


Рис. 76. Стандартный способ закрывания ног на ногу.

Рис. 77. Женщина выражает свое недовольство.

Подобно защитным барьерам, сформированным с помощью рук, перекрещивание ног является признаком негативного или оборонного отношения человека. Скрещивание рук на груди первоначально было связано с функцией защиты области сердца и грудной клетки, а скрещивание ног является попыткой защитить область гениталий. Кроме того, скрещивание рук свидетельствует о более негативном настрое человека, чем скрещивание ног, и скрещенные руки более явно бросаются в глаза. С осторожностью нужно подходить к интерпретации этого жеста у женщин, поскольку в детстве их учили так сидеть потому, что "так сидят леди". К сожалению, эта манера может быть истолкована, как попытка обороны.

Позы.

Существует две основные позы со скрещенными ногами в сидячем положении - (классическое) стандартное заложение ноги на ногу и поза, когда закинута нога напоминает цифру "4". Люди часто сидят, закинув ногу на ногу во время лекций или во время долгого сидения на неудобных стульях. Часто люди используют этот жест в холодную погоду. Когда закинута нога на ногу сопровождается еще и скрещиванием рук на груди, это означает, что человек "отключился" от разговора. Коммивояжеру глупо было бы даже пытаться спрашивать покупателя, принявшего такую позу, о его решении, и следует задать несколько уточняющих вопросов, чтобы выяснить его возражения. Эта поза очень популярна у женщин во всем мире, особенно если они хотят выразить свое недовольство мужем или другом.

Жест №1.



Рис. 78. Американская поза.

Этот способ закидывания ноги на ногу свидетельствует о том, что здесь присутствует дух соперничества и противоречия.

Жест №2.



Рис. 79. Защитная поза на ногу с обхватыванием ножек руками.

Человек с быстрой реакцией, которого очень трудно переубедить в споре, часто сидит, закинув ногу на ногу и обхватив ногу руками. Это признак твердого, упрямого человека, к которому нужен специальный подход для достижения общего языка.

Жест №3.



Рис. 80. Защитная поза в положении стоя.

Перекрещенные Ноги в Положении стоя. Именно так стоят люди в том случае, если среди них находится незнакомец.

В. Прижатые к друг другу лодыжки.

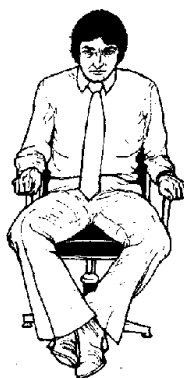


Рис. 84. Мужской вариант прижатия лодыжек.



Рис. 85. Женский вариант прижатия лодыжек.

Скрещенные или сложенные на груди руки, закинутая нога на ногу предполагают, что человек находится в оборонном или негативном состоянии, но то же самое может быть выражено с помощью сведенных вместе лодыжек. У мужчин прижатые лодыжки обычно сочетаются с крепко стиснутыми кулаками, лежащими на коленях, или руки могут впиваться в подлокотники стула. Женский вариант слегка отличается: колени сведены вместе, ноги могут быть наклонно отведены в одну сторону, руки лежат или параллельно друг другу на коленях, или одна рука поверх другой.

Г. Фиксирование Ступни Одной Ноги на Голени Другой.



Рис. 86. Фиксирование ступни одной ноги на голени другой в положении сидя.



Рис. 87. Фиксирование ступни одной ноги на голени другой в положении сидя.

Этот жест используется почти исключительно только женщинами. Ступня одной ноги обвивается вокруг другой ноги, чтобы усилить оборонную позицию. И когда появится этот жест, вы можете быть уверены, что женщина внутренне сжалась и ушла в себя, как черепаха под панцирь.

15. Жесты головой

Самый простой способ узнавания скрываемого возражения заключается в том, чтобы проследить, не использует ли человек отрицательное покачивание головой в момент устного высказывания своего согласия с вами.



Рис. 90. Нейтральное положение головы.

Рис. 91. Заинтересованное положение головы.

Существуют три основных положения головы. Первое - прямая голова. Это положение головы характерно для человека, нейтрально относящегося к тому, что он слышит. Голова обычно неподвижна, и время от времени делаются маленькие кивочки головой. При этом положении головы часто используются "рука-к-лицу" оценочные жесты.

Когда голова наклоняется в сторону, это говорит о том, что у человека пробудился интерес. Чарльз Дарвин одним из первых заметил, что люди, как и животные, наклоняют голову в бок, когда они становятся в чем-то заинтересованными. Если вы делаете презентацию товара или произносите речь, следите за тем, появился ли этот жест у вашей аудитории. Когда вы увидите, что они наклонили голову набок, а тело вперед, и опираются подбородком на руку, значит вы добились своего. Женщины используют это положение головы для того, чтобы показать свой интерес к привлекательному мужчине. Когда обращаются к вам, все, что нужно вам сделать, это наклонить голову набок и время от времени кивать головой. Тем самым вы добьетесь расположения к вам со стороны говорящего.



Рис. 92. Неодобрительное положение головы.

Если голова наклонена вниз, это говорит о том, что отношение человека отрицательное, и даже осуждающее. Низкий наклон головы обычно сопровождается рядом жестов критической оценки до тех пор, пока вы не заставите человека поднять голову или наклонить ее набок, у вас будут проблемы общения с этим человеком.

16. Агрессивность

Жест №1.



Рис. 95. К действиям готов.

В каждом случае человек стоит в позе "руки на пояс", поскольку это один из наиболее характерных жестов, используемых человеком для передачи агрессивного отношения. Некоторые исследователи обозначают этот жест как "готовность", что в некотором отношении правильно, но основное значение этого жеста - агрессивность. Эта поза также называется стойкой "пробивалы", имея в виду целенаправленного человека, принимающего такую позу в случае, когда он готов добиваться своей цели. Эти наблюдения верны, потому что в обоих случаях человек готов действовать, но эта готовность все же является агрессивной, наступательной. Мужчины часто используют этот жест в присутствии женщин, чтобы продемонстрировать свое сексуально-вызывающее намерение.

Жест №2.

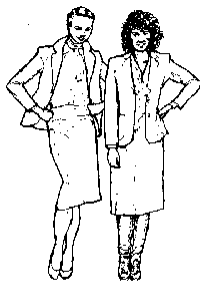


Рис. 96. Руки на бедрах используются для того, чтобы сделать одежду более привлекательной.

Жесты агрессивной готовности используются профессиональными манекенщицами, чтобы передать, что их одежда предназначена для современной, агрессивной, предприимчивой женщины. Иногда этот жест проделывают только одной рукой на бедре, другая рука принимает иное положение. При этом жесте часто наблюдаются жесты критической оценки.

Жест №3.

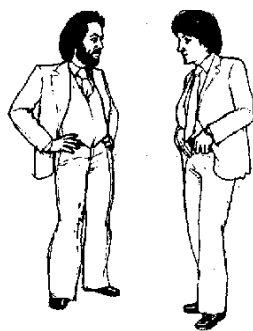


Рис. 102. Оценивание друг друга.

На рисунке показаны двое оценивающих друг друга мужчин, использующих характерные жесты - руки на бедрах и пальцы за пояс. Учитывая, что они оба несколько отвернулись друг от друга, и нижние половины их тел не напряжены, можно предположить, что мужчины подсознательно оценивают друг друга, и что нападение маловероятно. Их беседа может быть нейтральной или дружественной, но полностью доверительной она не станет до тех пор, пока не исчезнут жесты "руки на бедрах", и не появятся жесты открытых ладоней.

Жест №4.

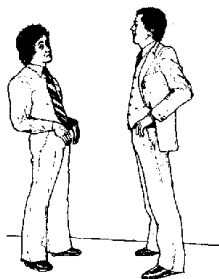


Рис. 103. Напряжение конфликта.

Если бы эти мужчины стояли прямо друг против друга, а ногами они плотно упирались бы в землю, драка была бы более вероятна.

Сексуальная агрессивная поза.



Рис. 100. Поза злобы.



Рис. 101. Сексуально-агрессивная поза женщины.

Этот жест в сочетании с расширенными зрачками и, если при этом, носок одной ноги направлен в сторону женщины, хорошо понятен многим женщинам. Именно благодаря этому жесту все намерения мужчины

становятся явными, т.к. они таким невербальным способом недвусмысленно сообщают женщине о том, что у них на уме. Эти жесты всегда считались чисто мужскими, но когда женщины стали носить джинсы и брюки, они тоже стали пользоваться этим жестом, хотя они это делают только тогда, когда одеты в брюки или джинсы. Когда на женщине платье или что другое, сексуально настроенная женщина закладывает большой палец руки за ремешок или за прорезь кармана. *Сексуальная агрессивная поза выражается следующим жестом - большие пальцы рук затыкаются за пояс или за прорези карманов.*

17.Готовность

Жест №1. Готовность к чему-то.



Рис. 97. Готов к действиям.

Один из наиболее ценных жестов, который можно научиться распознавать - это выражение готовности у стоящего человека. Набор предшествующих жестов позволит вам правильно оценить намерения человека.

Жест №2. Готовность закончить разговор.

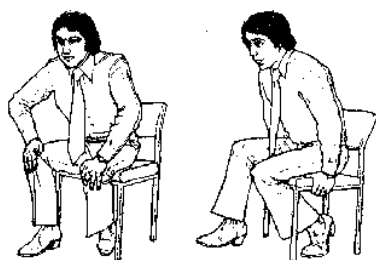


Рис. 98. Готовность закончить встречу или разговор: руки на коленях.

Рис. 99. Цель позы: готов действовать: наклон вперед, руки держатся за стул.

Жесты готовности, сигнализирующие о желании закончить разговор или встречу, выражаются подачей корпуса вперед, при этом обе руки лежат на коленях, или обе руки держатся за боковые края стула

18.Глаза



Рис. 104. Глаза "бусинки"

Рис. 105. Глаза "ожерты"

При дневном свете зрачки могут расширяться и сужаться в зависимости от того, как меняется отношение и настроение человека от положительного к отрицательному, и наоборот. Когда человек возбужден, его зрачки расширяются в четыре раза против нормального состояния. Наоборот, сердитое, мрачное настроение заставляет зрачки сокращаться, при этом получаются так называемые "глаза-бусинки" или "змеиные" глаза. Глаза играют большую роль при ухаживании, женщины подводят глаза для их выразительности. Если женщина любит мужчину, то при его виде ее зрачки расширяются, и он правильно расшифрует этот знак, не зная, как он это делает. Поэтому романтические свидания часто устраиваются в затемненных, плохо освещенных местах, что позволяет зрачкам расширяться.

Если человек нечестен или скрывает что-то, его глаза встречаются с вашими менее, чем $1/3$ часть всего времени общения. Если взгляд человека встречается с вашими глазами более $2/3$ времени, это может означать одно из двух: первое, он или она считают вас очень интересным или привлекательным, в этом случае зрачки глаз будут расширены; во-вторых, он или она настроены враждебно по отношению к вам и невербально посылают вызов; в этом случае зрачки будут сужены.

Как различается язык телодвижений у разных народов, так и долгота взгляда человека зависит от того, к какой нации он принадлежит. Жители южной Европы имеют высокую частоту взгляда, что может показаться оскорбительным для других, а японцы при беседе смотрят скорее в шею, чем на лицо. Всегда прежде чем делать какие-либо выводы, сделайте скидку на национальную принадлежность.

А. Треугольники.

Деловое общение.



Рис. 106. Деловой взгляд.

Ведя деловые переговоры, представьте, что на лбу вашего собеседника находится треугольник. Направив свой взгляд на этот треугольник, вы создаете серьезную атмосферу, и другой человек чувствует, что вы настроены по-деловому. При условии, что ваш взгляд не опускается ниже глаз другого человека, вы сможете контролировать ход переговоров при помощи взгляда.

Социальное общение.



Если ваш взгляд опускается ниже уровня глаз другого человека, создается атмосфера социального общения. Эксперименты по исследованию особенностей взгляда показали, что во время социального общения глаза тоже смотрят на символический треугольник на лице человека, в данном случае расположенный на линии глаз и области рта.

Интимное общение.



Этот взгляд проходит через линию глаз и спускается ниже подбородка на другие части тела собеседника. При тесном общении этот треугольник опускается от глаз до груди, а при отдаленном - от глаз до

промежности. Мужчины и женщины при помощи этого взгляда показывают свою заинтересованность к человеку, а если он тоже заинтересован, то он ответит тем же взглядом.

Взгляд искоса.

Взгляд искоса используется для передачи интереса или враждебности. Если он сопровождается слегка поднятыми бровями или улыбкой, он означает заинтересованность и часто используется для завлечения. Если он сопровождается опущенными вниз бровями, нахмуренным лбом или опущенными уголками рта, он означает подозрительное, враждебное или критическое отношение.

Опускание век.



Рис. 109. Способ самоизоляции.

Больше всего нас раздражают люди, которые во время разговора опускают веки. Этот жест подсознательный и является попыткой человека убрать вас из поля своего зрения, потому что вы ему надоели или стали неинтересным, или он чувствует свое превосходство над вами. При нормальной частоте моргания 6-8 раз в минуту, веки этого человека закрываются на секунду или больше, как будто человек моментально стирает вас из своей памяти.

19. Процесс ухаживания

Успех человека в сексуальных отношениях с особями противоположного пола зависит от его способности посылать сигналы ухаживания и узнавать те, что были посланы ему. Женщины чувствительны к этим жестам, как они чувствительны почти ко всем жестам языка телодвижений. Мужчины же менее восприимчивы, они иногда остаются полностью "слепыми", ничего не замечая. Когда человек входит в компанию людей противоположного пола, в нем происходят определенные психологические изменения. Он заметил, что мышечный тонус этого человека повышается: он как бы готовится к возможному сексуальному контакту; мешки под глазами и на лице исчезают, человек выпрямляется, грудь прогибается вперед, живот автоматически вытягивается, все тело вытягивается, и он кажется моложе.

Жесты мужчин.

Мужчина начинает прихорашиваться при виде женщины, которая ему нравится, аналогичным образом с тем, как это происходит у животных. В дополнение к тем автоматическим психологическим реакциям, о которых мы уже говорили, появятся новые жесты - руки его потянутся к шее, чтобы направить галстук. Если он не носит галстук, он может поправить воротничок или смахнуть несуществующую пыль с плеча, поправить запонки, рубашку, пиджак или другой предмет туалета. Он может также приглаживать волосы, чтобы выглядеть привлекательнее.

Самым агрессивным сексуальным проявлением мужчины по отношению к женщине будет вызывающий жест - закладывания больших пальцев рук за ремень, чтобы акцентировать область гениталий. Он может также развернуть к ней свое тело и поставить ногу носком в ее сторону. Он смотрит интимным взглядом и задерживает свой взгляд на долю секунды дольше положенного. Если он по-настоящему заинтересован, зрачки его глаз будут расширяться. Часто он стоит держа руки на бедрах, чтобы подчеркнуть свою физическую силу и показать готовность к взаимодействию с этой женщиной. Если он сидит или опирается о стену, он может вытянуть ноги, чтобы выделялась область гениталий.

Жесты женщин.

Женщины используют те же самые жесты прихорашивания, что и мужчины, включая прикосновения к волосам, поправление одежды, одна или обе руки на бедрах, ноги и тело повернуты в сторону мужчины, продленный интимный взгляд и учащенный контакт глаз. Они могут также применять жест с закладыванием больших пальцев за пояс, который является чисто мужским, но женщины используют его более утонченно; только один большой палец закладывается за пояс, в сумочку или в прорезь кармана. Возбуждение также вызывает расширение зрачков и румянец на щеках.

А. Встряхивание волос.

Делается резкое движение головой, чтобы отбросить волосы с лица или с плеч на спину. Даже женщины с короткой стрижкой могут использовать этот жест.

Б. Демонстрация Запястья.



Рис. 116. Реклама сигарет, использующая серию завлекающих женских жестов.

Женщина, заинтересованная в потенциальном сексуальном партнере, будет периодически показывать ему гладкую нежную кожу своих запястий. Область запястья всегда считалась одной из наиболее эрогенных зон. Когда женщина говорит с мужчиной, она старается держать ладони в его поле зрения. Курящим женщинам не представляет никакого труда демонстрировать мужчине этот дразнящий жест во время курения. Демонстрация запястья и встряхивание волосами часто копируются гомосексуалистами, которые играют роль женщины.

В. Расставленные Ноги.

Ноги расставлены несколько шире, чем обычно, когда нет мужчины в поле зрения. Это не зависит от того, сидит или стоит женщина.

Г. Покачивание Бедрами.

Бедра раскачиваются сильнее обычного, чтобы подчеркнуть прелести таза.

Д. Взгляд Искося Украдкой.

Слегка опустив веки, женщина смотрит на мужчину до тех пор, пока он не заметит ее взгляда, а потом быстро отводит глаза в сторону. Это дает завораживающее ощущение подглядывания и дразнящий намек на то, что за тобой украдкой подглядывают. Это ощущение может "воспламенить" практически любого нормального мужчину.

Е. Слегка Приоткрытый Рот, Влажные Губы.

Губы увлажняются слюной или с помощью косметики. И то и другое делает женщину сексуально заманчивой и привлекательной.

Ж. Губная Помада.

Когда женщина сексуально возбуждена, ее губы, груди и половые органы становятся по размерам больше и краснее, т.к. они наполняются кровью.

Использование губной помады является способом, тысячами используемым для имитации покрасневших половых губ сексуально возбужденной женщины.

З. Поглаживание Предмета Цилиндрической Формы.

Такое поглаживание сигареты, ножки бокала для вина, пальца или любого длинного предмета цилиндрической формы является неосознанным намеком на то, что может быть на уме.

И. Взгляд Искося из-за Приподнятого Плеча.

Округленное приподнятое плечо является имитацией своей собственной груди.

К. Женская Манера Скрещивания Ног.

Мужчины часто сидят с широко расставленными ногами, вызываясь демонстрируя область гениталий, в то время как женщины скрещивают ноги для защиты своей нежной области гениталий. Женщины пользуются тремя позами для выражения своего заигрывающего, завлекающего поведения.

Жест №1.



Рис. 118. Согнутое колено.

Первое - согнутое колено. В этом случае женщина сидит, подогнув одну ногу под другую и направив острие колена на того человека, к которому она проявляет интерес. Это очень свободная поза, исключая всякие формальности и дающая возможность кокетливо обнажить колени.

Жест №2.



Рис.119. Туфелька подает намек.

Поигрывание скинутой туфелькой также говорит о свободной позе, и фаллическое ныряние ноги в туфельку и выныривание из нее настолько сексуально, что может свести многих мужчин с ума.

Жест №3.



Рис. 120. Переплетение ног.

Большинство мужчин считают, что такое переплетение ног есть наиболее привлекательная поза сидящей женщины из тех, что можно придумать. Этим жестом женщины подсознательно пользуются для того, чтобы привлечь к себе внимание.

Женщины пользуются и другими приманками, такими как медленное закидывание ноги на ногу перед глазами мужчины и медленное возвращение их в нормальную позу; нежное поглаживание бедер рукой, говорящее об ожидании прикосновения мужских рук. Часто при этом женщина говорит тихим низким голосом.

20.Использование предметов

Почти любое вспомогательное средство, используемое человеком, может разоблачить человека и раскрыть его мысли, если учитывать те характерные жесты, которые проделываются с этим предметом.

Курение.

Процесс курения есть внешнее проявление внутреннего дисбаланса или конфликта внутри человека, и имеет слишком мало общего с привязанностью к поглощению никотина. Это один из способов, которым пользуются современные люди в условиях повышенного стресса, для ослабления напряжения своих нервов, которое накапливается в процессе социальных и деловых контактов. Например, большинство людей испытывают внутреннее напряжение, сидя в приемной у дантиста в ожидании удаления зуба. Если курильщик сгладит свое напряжение с помощью курения, то некурящий будет проделывать другие ритуальные жесты. Он будет отряхивать одежду, грызть ногти, стучать пальцами или ногами, поправлять запонки, почесывать затылок, снимать и одевать кольцо с пальца, вертеть в руках галстук и демонстрировать множество других жестов, которые говорят о том, что человек нервничает, и ему требуется поддержка.

Один конкретный признак указывает на то, как человек относится к сложившимся обстоятельствам - положительно или отрицательно. Это направление, в котором выпускается дым изо рта - вверх или вниз. Положительно настроенный, уверенный в себе и самодовольный человек будет выпускать дым вверх почти постоянно; и наоборот, негативно настроенный человек, со скрытыми или подозрительными мыслями будет почти всегда, направлять струю вниз. Выдувание струи дыма вниз из уголка рта говорит о еще более негативном и скрытом отношении. При этом мы исключаем случаи, когда курильщик выпускает струю вниз, чтобы не задымлять окружающих, в этом случае он мог бы отворачиваться в любую сторону.

О том, настроен ли человек положительно или негативно можно судить и по скорости выдыхания дыма. Чем быстрее струя выпускается вверх, тем увереннее и высокомернее чувствует себя человек, чем быстрее струя выдыхается вниз, тем отрицательнее настроен человек.

Обычные жесты, характерные для курящих.

Постоянное сбрасывание пепла с конца сигары или сигареты на пепельницу свидетельствует о тяжелом внутреннем состоянии человека и, возможно вам нужно его успокоить. Здесь тоже наблюдается интересный курительный феномен. Большинство курильщиков докуривают сигарету до определенной длины и затем гасят ее в пепельнице. Если курильщик зажигает сигарету и неожиданно гасит ее, не докурив до своей обычной длины, он проявляет желание закончить разговор. Если вы заметили такой сигнал, следует взять

ситуацию в свои руки и завершить разговор так, как будто бы это была ваша идея закончить его.

Очки.



Рис. 124. Тянет время.

Жест №1.

Один из наиболее характерных жестов - это заложение дужки оправы в рот. Человек кладет себе в рот какие-либо предметы для того, чтобы вновь испытать то чувство безопасности, которое он испытывал младенцем у материнской груди. Это значит, что сосание дужек очков является, фактически, утешительным жестом. Курильщики для этого используют сигареты, а ребенок сосет палец. Как и курение трубки, сосание дужки очков, может использоваться для обдумывания своего решения. В условиях переговоров, как было замечено, этот жест появляется обычно в конце беседы, когда человека спрашивают о решении. Люди, носящие очки, могут пользоваться еще одним способом, дающим им возможность выигрывать время - это постоянное снятие и надевание очков, протирание линз. Когда вы наблюдаете такой жест сразу же после того, как спросили человека о его решении, лучше всего будет помолчать в ожидании.

Жест №2. Взгляд поверх очков.



Рис. 125. Агрессор.

Человек использует такой взгляд, если он критично или пессимистически настроен.

21. Жесты собственности и территориальных претензий.

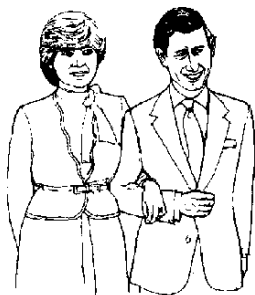


Рис. 126. Заявляя свои права.



Рис. 127. Жест, выражающий чувство гордости за свою собственность.

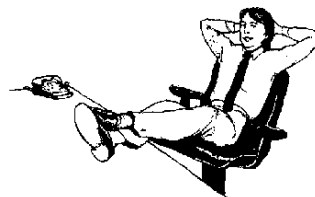


Рис. 130. Заявляя право собственности на стол.

Люди прислоняются к объектам или друг к другу для того, чтобы заявить свои территориальные претензии на этот предмет или человека. Если человек прислоняется к тому, что ему не принадлежит, то этот жест используется как вызов или стремление подчеркнуть свое превосходство. Влюбленные постоянно держатся за руки или обнимаются на людях в общественных местах, чтобы показать другим, что они имеют право друг на друга. Руководитель отдела кладет свои ноги на стол или на ящики письменного стола, а также может опереться на косяк входной двери в офисе, чтобы подчеркнуть свое право на этот офис и его мебель.

Жест.



Рис. 128. Претензии на вашу территорию.

Некоторые люди, как человек, например, имеют привычку опираться на косяк двери, где бы они ни находились, и с самого начала знакомства у них никогда не ладятся отношения с другими людьми.

22. Копирование жестов, поз.

Некоторые общающиеся между собой люди сидят или стоят в одинаковой позе и повторяют жесты друг друга. Это "отзеркаливание" является средством, с помощью которого один человек сообщает другому, что он согласен с его мнением и взглядами. С помощью этого средства один невербально говорит другому: "Как видите, я думаю так же, как вы, поэтому я копирую вашу позу и ваши жесты".

23. Противоречие в позах

Жест №1.



Рис. 133. По развороту тела понимаем, что человек хочет сделать, и куда он хочет пройти.

На рис. изображены два человека, разговаривающие на ходу, проходя в двери: человек слева пытается задержать внимание собеседника, но тот хочет продолжать свое движение в том направлении, куда указывает его тело, хотя его голова повернута и свидетельствует о его заинтересованности. Но только тогда, когда человек справа телом повернется к другому, может состояться беседа взаимозаинтересованных людей.

Жест №2. Принятия человека или отвержение человека в свой круг.

Образование треугольника приглашает третьего человека, равного в социальном отношении, присоединиться к их разговору. Если в компанию принимается четвертый человек, то образуется квадрат, а если пятый, то формируются -два треугольника или круг. Треугольная позиция как открытого, так и закрытого типа может использоваться для выражения принятия или непринятия человека в компанию.

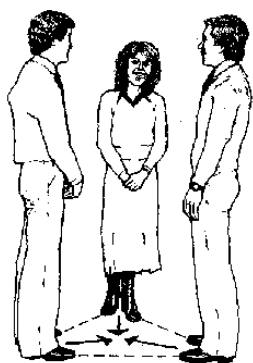


Рис.138. Открытая треугольная позиция, указывающая на ситуацию принятия в компанию третьего человека.

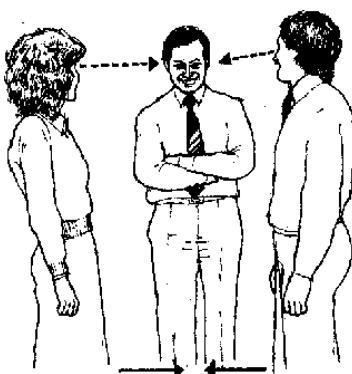


Рис. 139. Третий человек не принят двумя первыми.

Если третье лицо хочет присоединиться к двум разговаривающим людям, стоящим в закрытой позиции, то сделать это можно лишь в тот момент, когда их тела развернуты под углом друг к другу по направлению к воображаемой вершине треугольника. Если третий человек не принимается в этой компании, то двое первых сохраняют закрытую позицию и поворачивают в сторону третьего только свои головы, признавая его физическое присутствие, но положение их тел говорит о том, что они не приглашают его здесь задерживаться.

Жест №3. Ступни ног.

Ноги чаще всего указывают направление, в котором человек хотел бы идти, но они также указывают на человека привлекательного и интересного для вас.

24. Расположение столов

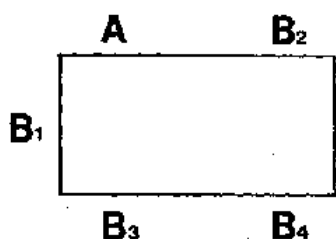


Рис. 146. Основные виды расположения людей вокруг стола.

Рассмотрим расположение участников в условиях рабочего кабинета за стандартным прямоугольным столом, не останавливаясь на других ситуациях размещения. Лицо В может занимать четыре основных положения относительно лица А.

В1: Угловое расположение.

Это расположение характерно для людей, занятых дружеской, непринужденной беседой. Эта позиция способствует постоянному контакту глаз и предоставляет простор для жестикуляции и возможность для наблюдения за жестами собеседника. Угол стола служит частичным барьером в случае опасности или угрозы со стороны собеседника: можно за него удалиться. При таком расположении отсутствует территориальное разделение стола.

В2: Позиция делового взаимодействия.

Когда два человека работают в соавторстве над какой-нибудь проблемой или проектом, они обычно занимают это положение.

В3: Конкурирующе - оборонительная позиция.

Положение за столом друг против друга может вызвать оборонительное отношение и атмосферу соперничества. Она может привести к тому, что каждая сторона будет придерживаться своей точки зрения, потому что стол становится самим барьером между ними.

В4: Независимая позиция.

Такое положение занимают люди, не желающие взаимодействовать за столом друг с другом. Обычно это происходит в библиотеке, в парке на скамейке или в ресторане за столиком. Оно свидетельствует об отсутствии заинтересованности. Это положение можно расценивать и как враждебное со стороны человека, чьи территориальные границы были нарушены. Этого

положения следует избегать в случае, когда требуется откровенная беседа между А и В.