Автор: admin
11.02.2011 21:39 - Обновлено 30.10.2014 06:12

Каких жестов нам следует избегать и почему?

Каждому из нас приходилось заниматься изучением языков.

Наше сознательное общение с окружающим миром начинается с того, что мы изучаем родной язык, осваивая его лингвистические конструкции и правила орфографии.

Затем человек сталкивается с иностранным языком, некоторые (в более старшем возрасте) изучают языки программирования, некоторые - международный язык эсперанто.

Но существует ещё один – международный, общедоступный и понятный – о котором до недавнего времени люди мало, что знали – это язык жестов, мимики и телодвижений человека.

Но так ли о нем мало знали, как кажется? Ещё в древние времена, когда люди научились читать информацию по звездам, они стремились изучить строение и возможности человеческого тела, справедливо считая, что оно очень символично и даже может дать ответ на вопрос: «Что ждет нас в будущем?».

Люди, особенно торговцы, изучали выражение лица, глаз, а также значение жестов человека, чтобы не попасться в какую-либо коварную ловушку. При дворах отдельных правителей, например, существовал свой язык жестов. Жесты имели особые значения и в тайных обществах, в частности, у масонов. Система жестов в масонстве разработана до мелочей, и кажется, можно в них запутаться. Но для посвященного человека все просто и не представляет собой особых трудностей.

В XX веке возросло значение информации, поэтому современный человек особенно ценит всё то, что несет эту информацию. Сейчас целенаправленно обращают внимание на цвет лица, волос, глаз, а тем более мимику и жесты, которые выдают скрытые мысли человека.

Американцы ещё в середине XX века обратили внимание на эту особенность человеческого тела. Сейчас, с развитием коммуникативных профессий, наука о жестах (невербалика) стала играть особую роль и в России. Хотя некоторые наши ученые толкуют её несколько иначе, пытаясь найти ответ в теориях Чарзла Дарвина и сопоставляя манеру общения человека и животных. Жесты – это сигналы, которые могут рассказать о том, что думает человек в данный момент. Только толковать их надо правильно. От этого часто зависит итог разговора.

Язык тела уникален и неповторим в каждой ситуации. Психологи считают, что нужные жесты можно выработать. Однако на это требуется гораздо больше времени, чем хотелось бы.

Отличной практикой для изучения жестов является телевидение. Наблюдая за актерами или участниками ток-шоу, нетрудно заметить, что часто они применяют определенные позы или выражение лица для усиления эффекта своей речи. Можно выключить звук, а потом пытаться угадать, о чем говорят персонажи той или иной киноленты.

Существует целая система человеческих жестов, вредных для общения, или, наоборот, полезных. Например, деловые жесты, жесты ухаживания и т. д.

Очень часто вредят человеку «барьеры» – жесты закрытости, которые настораживают собеседника и могут навредить в важных, ответственных ситуациях, в частности, при собеседовании.

При собеседовании стоит избегать «скрещенных рук» и «скрещенных ног». Такие жесты свидетельствуют о закрытости человека, о его нежелании сотрудничать. Когда человек хочет отгородиться от ненужного ему потока информации, чувствует, что ему пытаются что-то навязать или же не доверяет словам собеседника – он скрещивает руки на груди. Так что такой жест – это типичный барьер, который не стоит демонстрировать собеседнику, если Вы в нем в принципе заинтересованы.

Простой, но эффективный способ заставить человека (или себя) разомкнуть руки – это

дать ему книгу, бумагу, любой предмет. Чтобы его взять, он протягивает руки вперед.

Нервозность человека выдают скрещенные руки, кисти которых лежат на плечевой части. Человек как бы обнимает себя, при этом его взгляд тяжел или рассеян. Он явно нервничает, и его тело говорит это вместо слов. Новые члены компании, встретившись с боссом, примут именно такую позицию, поскольку перед ними – высокопоставленный человек. Но когда в позе «скрещенных рук» пальцы поднимаются вертикально, то этот жест демонстрирует чувство превосходства.

Часто в книгах мы встречаем описание приема «замаскированной нервозности» - человек теребит в руках салфетку, прикасается к сумочке, часам, браслету, запонкам. Женщинами в качестве барьера часто используется дамская сумочка или букет цветов.

Примером самого губительного барьера для женщины является перекрещивание рук и ног в сидячей позе. При этом часто у дамы наблюдается прямо-таки суровый взгляд, который показывает её недовольство. Перекрещенные ноги в положении стоя могут тоже выражать закрытость, что не всегда благополучно сказывается на исходе важного разговора.

Жизнь – это бесконечная книга, которую каждому из нас приходится изучать. Каждый человек – это тоже книга, написанная особым языком. Изучайте себя и других, и пусть вам улыбнется удача!

Использованы материалы:
1) Бурлуцкая Л., Тайные общества, или кто правит миром;
2) Ниренберг Дж., Калеро Г., Как читать человека, словно книгу;
3) Пиз А., Язык телодвижений. Как читать мысли других по их жестам.

Автор - **Ольга Сысуева**

Источник