

# Жестикуляция при общении

# Определение

Жестикуляция - совокупность телодвижений (**жестов**), которыми человек сопровождает для усиления выразительности свою речь. Обычные **жесты** – движение рук и головы. **Жестом** иногда выражают мысль без слов. Для конфликтного взаимодействия характерна интенсивная жестикуляция, связанная с тем, что возрастает эмоциональность взаимодействия и уменьшается рациональная составляющая воздействия друг на друга.

По совокупности жестов, используемых собеседником, можно с легкостью определить его эмоции и даже черты характера, в том числе неуверенность, раздражительность, скуку. Ученые уверяют, что едва ли не 90% спонтанных движений во время разговора мы делаем руками.

Сопровождающие речь движения могут быть самыми разными:

- объяснительными, передающими мысль, которую человек не смог сформулировать словами;
- указательными, показывающими направление или определенную вещь, предмет;
- подчеркивающими, утверждающими определенные слова, эмоции;

После проведения ряда экспериментов ученые выяснили, что человек больше воспринимает именно визуальную информацию. Согласно научным данным, 85 % разговора воспринимается именно через визуальный нерв. Если слова отличаются от демонстрируемых движений, собеседник будет получать информацию именно от жестов.

# Как помогают жесты при общении

В момент разговора человек непроизвольно выражает свои эмоции, дополняет слова образной картинкой с помощью движений руками. В момент осознания мысли, когда слова еще не подобрались, именно жестикуляция приходит к нам на помощь.

При общении с иностранцами, мы, как правило, не зная языка, говорим громче и активно показывает образы руками, надеясь на понимание. Самое удивительное, что коммуникации удаются. Люди, говорящие на разных диалектах, понимают друг друга с помощью обыкновенных жестов.

Однако нужно быть осторожным при таком общении. В одной стране привычное движение рукой может иметь совсем иное, иногда даже оскорбительное значение. Например, в Болгарии кивок головой будет говорить об отказе, а поворот из стороны в сторону – о согласии. Движение пальцев, обозначающее у нас и в Америке знак «Ок», во Франции будет воспринято, как принижение достоинства человека, неуважение.

# РАСШИФРОВКА НЕКОТОРЫХ ЖЕСТИКУЛЯЦИЙ

В момент активной жестикуляции при разговоре, психология говорит о неспособности человека воспринимать информацию от оппонента из-за сильного возбуждения.



Сцепленные пальцы  
спереди говорят о  
разочаровании в  
человеке, желании  
отстраниться.

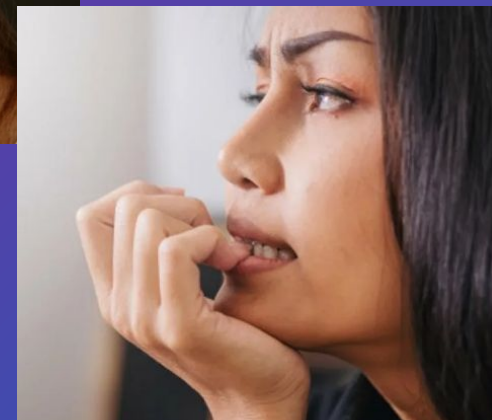


Крепко переплетенные пальцы рук за спиной говорят об уверенности в собственных силах и верно принятом решении.





## Для лжецов характерны 7 типичных жестов:



- Почесывание носа при рассказе.
- Желание ослабить воротник, как при нехватке воздуха.
- Почесывание глаза.
- Касание мочки уха.
- Беспокойные руки около рта.
- Потирание шеи.
- Прикрытие рта рукой при разговоре.

Поглаживание подбородка и потирание переносицы  
говорят о глубоком мыслительном процессе.



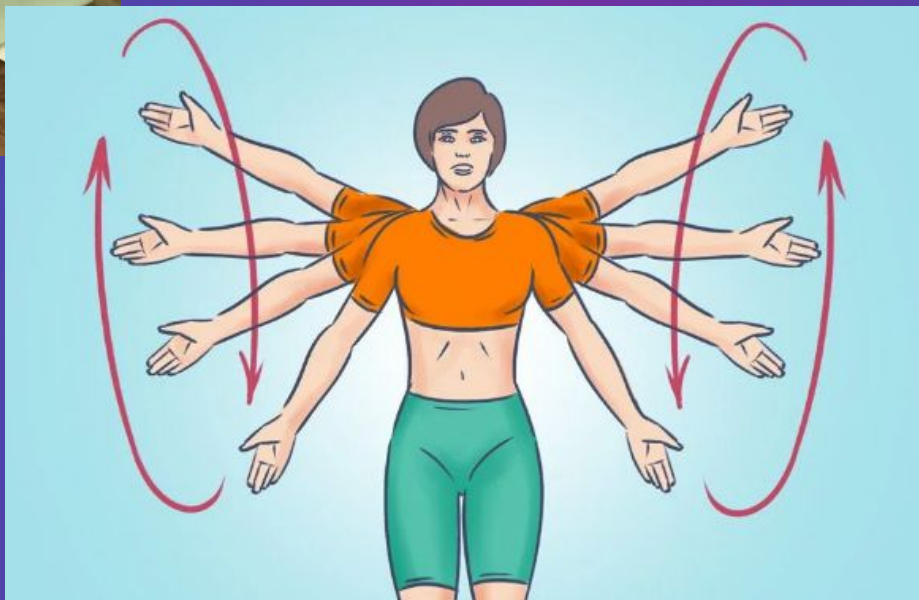
Наклоненная голова с  
небольшой вежливой  
улыбкой, периодически  
кивающая, показывает  
собеседнику о  
заинтересованности и  
желании продолжать  
разговор.



Почесывание туловища расскажет о большой  
самоуверенности.



Непрерывные навязчивые движения руками, ногами в виде подергиваний, постукиваний, показывают скуку и раздражение собеседника, желание скорее прекратить разговор.



При флирте девушки могут касаться своих волос, убирать их от лица.



Агрессия проявляется в виде сжатых в кулаки ладоней.



# В заключение

В мире известно большое количество «сигналов», оповещающих об истинных намерениях человека, его эмоциях. Если углубиться в изучение психологии, понять основные, возможные жесты и кулачки при разговоре, можно научиться владеть ситуацией.

Во всем мире менеджеры высшего звена, крупные бизнесмены обязаны знать основы языка тела, чтобы уметь вести себя на важных переговорах и принимать верные решения. Бывает, что слов недостаточно, тогда тело станет лучшим союзником для понимания сложившейся ситуации.





СПАСИБО ЗА ПРОСМОТР

