



### **Самонадеянность**

Руки в карманах, голова и подбородок приподняты, кончик носа — выше линии глаз, губы сжаты в сдержанной ухмылке. Мужчина, принимающий такую позу при знакомстве, четко знает, чего от тебя



### **Дослушаю до конца**

На долю секунды он прикусил нижнюю губу. При этом голова может быть наклонена вперед (более агрессивная поза) или запрокинута назад (поза терпения). Это предельная степень терпения и контроля над



### **Не хочу ничего говорить**

Человек может стоять на двух ногах или выглядеть уверенно, но его губы сильно сжаты. Это движение губ чаще всего мимолетно, длится чуть более секунды и зависит от того, как разворачивается ваше



### **Не хочу тебя слушать**

Подергивание мочки уха или касание самого — человеку не особо приятно тебя слушать. Совершенно неважно, есть ли у него более важные дела или ему безразлична тема. Слушать он больше не



### **Решение принято, но его можно изменить**

Руки соединены в шпиль, но больше соприкасаются друг с другом. Взгляд доброжелательный – ему интересна твоя позиция. Человек принял решение, в нем уверен, но не исключает



### **Несбывшиеся ожидания**

Несмотря на то что корпус подан вперед и показывает, что ты была ему интересна, руки сплетены в горький клубок разочарования. Обидела или просто не оправдала ожиданий? О том, что ты его



### **Жду зеленый**

Корпус наклонен вбок, ноги расставлены довольно широко, одна рука держит локоть второй, которая подпирает голову. Эта башня вежливости, которую построил ваш собеседник. Он ждет,



### **Предвкушаю выгоду**

Уверенная стойка ног, одна нога чуть впереди, он потирает ладони. Улыбка или даже ухмылка на лице, приподнятое настроение. Человек предвкушает радости от результата или от



## **Человек ОК**

Мужчина жестикулирует и улыбается. Поза широкая, руки спокойны. Человек просто привык, что у него все хорошо. У него все ОК, даже тогда, когда случаются неприятности. С ним происходит много



## **Оптимизм**

Постоянно приподнятое настроение, беспричинное веселье, эмоциональный тонус. Человек часто улыбается, активно жестикулирует. Характерная черта – это повышенная активность.



## **Лидерство**

Жест говорит о явном желании руководить. Это проявляется во всем, такой человек может давать тебе маленькие указания, например «садись тут», уточнять детали при заказе еды и другие мелочи. Если эти



## **Владею территорией**

Первое, что приходит на ум при взгляде на позу, – «всеобъемлющая». Люди в таком состоянии могут «захватить» весь диван, развалившись на нем не столько удобно, сколько широко. Либо обхватить стол, держать



## **Застенчивость**

Поза несвободная. Мужчина стремится убрать ноги под стул. Попробуй проделать тест: коснись его носка обуви своим и посмотри, уберет ли он ногу. В руках он может что-то теревить или



## **Инициативность**

Поза, как правило, куда-то устремлена, будто мужчина готов к какому-то действию. Наклон в твою сторону означает желание слушать и действовать в общих интересах. Инициатива и желание взяться за дело



## **Агрессия**

Подбородок, нос, линия глаз – все опущено ниже средней линии. Взгляд исподлобья. Руки могут быть опущены, могут быть сжаты в кулаки, сплетены, могут подпирать подбородок. В целом поза излучает



## **Упрямство**

Голова опущена вниз, взгляд исподлобья, челюсть слегка выдвинута вперед. Верхняя половина туловища напряжена. Брови могут быть нахмурены. Мужчина не агрессивен и, скорее



## Надо принять решение через силу

Внутренний конфликт, попытка найти компромисс с самим собой ярко отражаются на лице и поведении. Лицо его напряжено, кровь приливает к голове, руки все время прикасаются ко лбу и



## Доволен

Чувственное удовлетворение, прилив бодрости и активности. Нога на ногу, довольная ухмылка, руки за голову. Он доволен, что принял верное решение. И неважно – сделал ли он месячный проект, или же



## Призыв к компромиссу

Корпус наклонен к тебе, руки могут касаться тебя или указывать в твою сторону, лицо доброжелательное. Человек знает, что в такой позе он весьма убедителен. Перед тобой опытный переговорщик и



## Показываю лучшее в себе

Он лезет из кожи вон, чтобы показать себя в максимально выгодном свете. Главное, чтобы желание приукрасить реальность не перевешивало доводы разума. А то возможны серьезные



## **Сексуальное влечение**

Ноги широко расставлены, руки на уровне бедра, могут поддерживать ремень или цепляться за карманы или петли для ремня. Верхняя часть корпуса немного отклонена назад. Ого!



## **Готов действовать на свое усмотрение**

Уверен, спокоен и заинтересован тобой. Положение рук говорит о готовности к действиям и к сексуальным ухаживаниям. Расстегнутый пиджак, расставленные ноги носками врозь и



## **Доминирование**

Взгляд серьезный, внимающий. Лицо спокойное, ладони в подмышках, большие пальцы могут указывать вверх. Он чувствует свое превосходство, что нормально для отношений между



## **Открытость намерений**

Руки ладонями вверх широко разведены, лежат на столе или же открыты собеседнику. Его намерения – открыты. Так же, как и его внимание к тебе. Он готов слушать и делиться. Он тебя не



## Не имею права

Постоянное движение рук, заламывание пальцев, беспокойство, которое он выражает через свои ладони. Мельтешение сопровождается неуверенным взглядом, переносом веса на одну



## Важно

Открытая поза, улыбка, руки показывают что-то выше уровня головы. Он затронул в общении тему, наиболее важную для себя, в некотором роде священную. Таким жестом пользовались проповедники, ораторы,



## Восхищение

Открытая поза, широко расставленные ноги, широкая улыбка, руки восторженно разведены на уровне туловища. Человек восхищен тобой, ситуацией, разговором, твоими способностями. Он соскучился по тебе.



## Абсолютное несогласие

Двойная закрытая поза с отстранением от собеседника. Руки закрывают тело, ноги — в замке, голова поднята выше уровня носа оппонента. Он абсолютно не согласен с тобой и испытывает



### **Закрит для тактильных контактов**

Корпус отдален и как бы устало откинут на спинку стула, ноги закрывают от собеседника, руки в полузакрытом развороте. Человек не желает близости. От усталости или просто неприятно — не так важно. У него



### **Прошу!**

Жест из детства: ладони вместе, как при мольбе. Улыбка и соответствующий жесту взгляд. Он может использовать этот жест в шутку. Но если ты первый раз видишь этот жест, это означает



### **Навязываю свою точку зрения**

Руки сведены вместе в большой «кулак», немного напряжены, лицо серьезное. Человек не просто принял решение или имеет мнение, он считает должным навязать свою точку зрения. Ему не



### **Максимальный интерес**

Ты его интересуешь. Люди, как и животные, склоняют голову, проявляя интерес. Он чуть через себя не перегнулся — так сильно он увлечен тобой. Может даже создаться впечатление, что он





## **Скрываю раздражение**

Одна рука плотно обхватывает другую за спиной – она не разрешает ей действовать. Ему не нравится то, что происходит. Быть может, причина тому ты. Скорее всего, с этим можно что-



## **Сдерживаю негатив**

Похоже, с минуты на минуту разразится настоящая буря. Не завидуем тому, кто через пару мгновений окажется у него под рукой. В этих кулаках нет справедливой кары – лишь жажда вылить во



## **Неуверенность**

Сильная неуверенность выражена в том, что портфель выставлен как барьер для дальнейшего общения. Руки под портфелем сомкнуты – он обороняется. Портфель в данном случае не предложение к



## **Защита**

Предлагает обсудить что-то за чашкой кофе? Кружка в его руках служит для создания частичного барьера. Он привык к спорам. Лицо немного опущено, легкий взгляд исподлобья – все свидетельствует о



### **Закрыт для тактильных контактов**

Корпус отдален и как бы устало откинут на спинку стула, ноги закрывают от собеседника, руки в полузакрытом развороте. Человек не желает близости. От усталости или просто неприятно — не так важно. У него



### **Прошу!**

Жест из детства: ладони вместе, как при мольбе. Улыбка и соответствующий жесту взгляд. Он может использовать этот жест в шутку. Но если ты первый раз видишь этот жест, это означает



### **Навязываю свою точку зрения**

Руки сведены вместе в большой «кулак», немного напряжены, лицо серьезное. Человек не просто принял решение или имеет мнение, он считает должным навязать свою точку зрения. Ему не



### **Максимальный интерес**

Ты его интересуешь. Люди, как и животные, склоняют голову, проявляя интерес. Он чуть через себя не перегнулся — так сильно он увлечен тобой. Может даже создаться впечатление, что он



### **Скрытое желание руководить**

Губы сведены, взгляд сверху вниз, линия головы выше линии горизонта. Руки складываются в указательный жест, замаскированный телефоном. Человек желает руководить, но



### **Выполняю правила приличия**

Это полузакрытая поза. Он защищается одной рукой, но, скорее всего, не решил, каким образом действовать дальше. Одна рука может охватывать локоть другой, взгляд вопросительный, и чаще



### **Стресс, усталость**

Поправляет воротник, как будто тот жмет. На самом деле все в порядке, но физические ощущения от стресса именно такие. Человек может быть либо на пике неспецифической активности, готовый



### **Обдумывание ситуации**

Рука гладит или подпирает подбородок, касается губ. Глаза сосредоточены в одной точке, или взгляд блуждает. Он может на время отвернуться от тебя. Идет активный мозговой процесс.



### **Хвастовство**

Высокомерный взгляд сверху вниз – в этих отношениях ты будешь ведомой. Что, впрочем, довольно естественно для отношений между полами. Он смотрит в будущее, в котором ты точно есть. Он



### **Внимание**

Он внимателен к тебе и заинтересован твоими словами. Спокойно опущенные руки и открытая поза с упором на обе ноги – ясный знак открытости, а также уверенности в собственных силах. Он



### **Скука с проблесками интереса**

Если до этого твой собеседник скучал, и вдруг ты заметила это... Бинго! Ты его заинтересовала, и теперь уже дело техники заставить его широко улыбаться. Парень явно теряет интерес к



### **Скука**

Блуждающий взгляд или взгляд в одну точку – верный признак того, что человек думает о чем-то другом и слушает тебя вполуха. Он либо пойдет дальше своей дорогой, либо уснет крепким здоровым сном. Чем ты

## Прошу соглашаться

Шпиль руками вниз (или по направлению к тебе) – человеку необходима поддержка, подтверждение верности его решения. Но его лицо как бы компенсирует легкую неуверенность излишней

## Дружелюбие

Поза расслабленная, корпус повернут к тебе, ноги могут быть широко расставлены, руки спокойно лежат. Он улыбается. Он открыт для общения и демонстрирует направленность к тебе

## Скрытое подавление

Широко расставленные ноги, улыбка, руки спокойно лежат на коленях – человек пытается подавить тебя. Зачем? Во время переговоров или спора такая позиция естественна. Но за что и

## Конфронтация

Он полностью закрыт для тебя. Или он закрывается от ситуации, а может быть, и мира в целом. Ноги, сложенные «четверкой», – барьер, рука усиливает защиту. Быть может, ты для него слишком



### **Нерешительность**

Потерянный взгляд, руки спрятаны под стол, могут быть зажаты между колен, сутулость, мимика не активна. Люди нерешительные зачастую ищут решение вовне: пользуются ритуалами, услугами



### **Уже давно все решил, но послушаю**

Его руки соединены в острый шпиль, лицо серьезное, ожидающее завершения диалога и последующих действий. Если он стоит, его руки спокойно лежат в карманах, взгляд спокоен, улыбка



### **Не посягай на личное**

Руки на столе соединены в «дамбу», корпус наклонен вперед, нотки возмущения во взгляде помножены на задетые чувства. Он не обладатель, но защитник своих интересов. Помни об этом, когда слишком



### **Пойман на лжи**

Теребит глаза, нос, уши, губы, щеки или другую область на лице — это один из признаков того, что человек, возможно, соврал. Если он действительно лжет и ты это раскусила, рекомендуем тебе



### **Скрытое желание руководить**

Губы сведены, взгляд сверху вниз, линия головы выше линии горизонта. Руки складываются в указательный жест, замаскированный телефоном. Человек желает руководить, но



### **Выполняю правила приличия**

Это полузакрытая поза. Он защищается одной рукой, но, скорее всего, не решил, каким образом действовать дальше. Одна рука может охватывать локоть другой, взгляд вопросительный, и чаще



### **Стресс, усталость**

Поправляет воротник, как будто тот жмет. На самом деле все в порядке, но физические ощущения от стресса именно такие. Человек может быть либо на пике неспецифической активности, готовый



### **Обдумывание ситуации**

Рука гладит или подпирает подбородок, касается губ. Глаза сосредоточены в одной точке, или взгляд блуждает. Он может на время отвернуться от тебя. Идет активный мозговой процесс.



### **Желание закончить**

Не все так внимательны, чтобы увидеть это. Но часто бывает, что во время диалога человек, открывая рот, может закрывать глаза. Таким образом он как бы пытается сказать: «Все это старо как мир!»



### **Заинтересованность**

Поздравляем! Он тобой явно заинтересован! Смотрит на тебя и искренне улыбается. Обрати внимание – лицевая асимметрия тоже в твою пользу. Улыбка легко скользит по левой стороне лица, что



### **Отрицание**

Он возмущен и удивлен ситуацией, отрицая происходящее. Быть может, его просто представили тебе неподобающим образом или посадили не за лучший столик? Заломы в уголках рта и



### **Обескураженность**

Лоб сморщен, брови сведены – он не понимает тебя, твою мысль или что-то внешнее. Более общий вариант – озадаченное, растерянное лицо, он может сутулиться. Поза может говорить о





### **Готов ко всему**

Руки, голова, туловище — все в напряжении. Ладони могут быть в кулаках. Кроме той ситуации, когда человек в аффекте, этот сиюминутный жест может означать полную решимость на все ради



### **Критическая оценка**

Он отстранился и скептически относится к тебе, твоим словам или ситуации в целом. Но это не значит, что тебя ждет фиаско. Он просто критически оценивает ситуацию. Жесткий логик с аналитическим



### **Активное неприятие**

Он против и тебя, и твоего мнения. Ему все это не нравится, и он зарылся в оборонительный редут по локти. Будь осторожна, он в любую секунду готов перейти от обороны к атаке. И у



### **Пассивное неприятие**

Руки сведены за спину. У него нет желания с тобой разговаривать. Он ждет, когда можно будет заняться своими делами. Самоконтроль на уровне, и не жди скандала с последующим катарсисом — он просто



### **Ложь**

Детская и неприкрытая ложь. Конечно, это может быть и искренний шок удивления. Смотри по ситуации. В остальных случаях это ложь человека, который абсолютно не умеет врать. А если он



### **Продолжай меня развлекать**

Поза, повернутая на 90 градусов по отношению к собеседнику, всегда демонстрирует, что он меньше тебя заинтересован в общении. Он просто готов продолжать смотреть и ждать, чего



### **Мне приятно с тобой**

С тобой он чувствует себя спокойно и уверенно. Ему приятно твое общество. Ему не приходится лезть из кожи вон, чего-то добиваясь. Он просто наслаждается общением, потягиваясь перед тобой, как кот. Он



### **Подстроюсь под тебя**

Вся жизнь – экзамен, и этот человек привык проходить экзамены, он готов подстроиться. Его корпус наклонен в твою сторону, но не потому, что ему интересно, а потому, что он следит за тобой. Его взгляд