

Невербальные средства для конструктивного общения



- Улыбка ничего не стоит, но много дает. Она обогащает тех, кто ее получает, не обедняя при этом тех, кто ее дарит. Она длится мгновение, а в памяти остается порой навсегда. Никто не богат настолько, чтобы обойтись без нее, и нет такого бедняка, который не стал бы от нее богаче. Она создает счастье в доме, порождает атмосферу доброжелательности и служит паролем для друзей.

Дейл Карнеги

Передача информации происходит :



Группа невербальных средств общения:

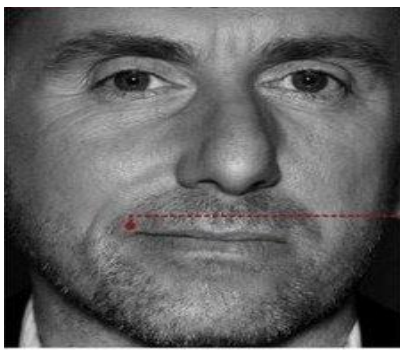
- Поза
- Жесты
- Интонация
- Мимика



- **Мимика** — это выразительные изменения лица. В ней отражаются:
- психические состояния человека
- отношение к окружающему

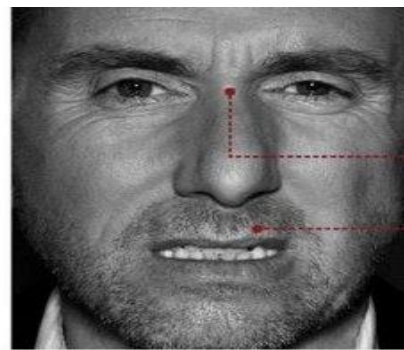


- Умение контролировать мимику, владеть ею для решения стоящих задач — важное профессиональное умение. Следует вырабатывать у себя привычку уделять внимание своей мимике: продумывать, какой она должна быть, соответствует ли она ситуации, когда ее следует изменить...



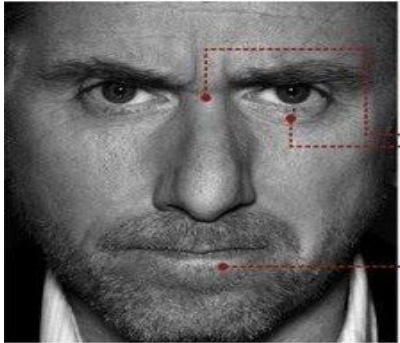
Презрение

- 1 Приподнятый уголок рта с одной стороны



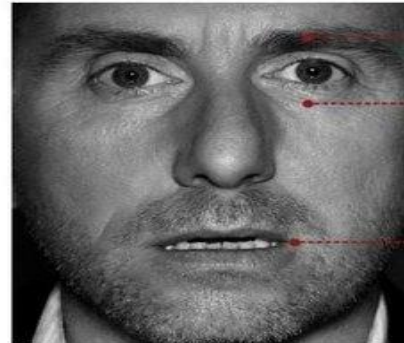
Отвращение

- 1 Сморщенное выражение лица
- 2 Верхняя губа приподнята



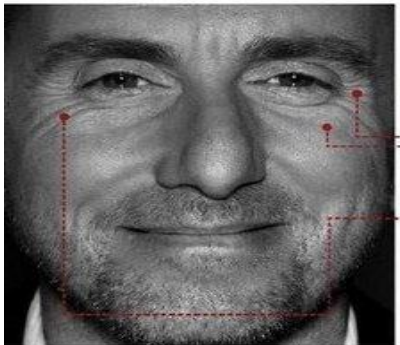
Гнев

- 1 Брови опущены и сведены вместе
- 2 Блеск в глазах
- 3 Рот закрыт, губы сужены



Удивление

- 1 Брови приподняты
- 2 Глаза широко раскрыты
- 3 Рот приоткрыт



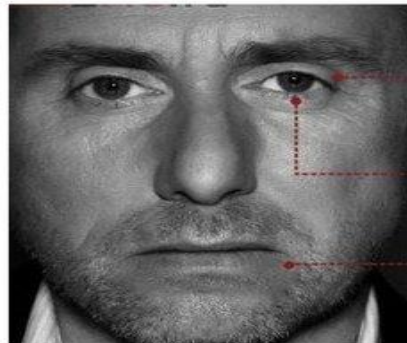
Счастье

- 1 Небольшие морщинки в уголках около глаз
- 2 Щеки приподняты
- 3 Задействованы мышцы вокруг глаз



Страх

- 1 Брови приподняты и вытянуты
- 2 Верхние веки приподняты
- 3 Нижние веки напряжены
- 4 Губы немного вытянуты



Печаль

- 1 Верхние веки слегка опущены
- 2 Рассеянный взгляд
- 3 Уголки рта слегка опущены

В профессиональной деятельности

Мимика используется для:

1. усиления речевого высказывания (*отношение говорящего к произносимым словам: их значимость для говорящего, веру в то, что он говорит, как сам понимает то, что говорит, как понимает слушающего и др.*);
 - воздействия на собеседника;
 - установления психологического контакта;
 - формирования впечатления о себе и своей позиции в разговоре (внимательность, волевою собранность, решимость, непреклонность, неуверенность в себе, растерянность, самодовольство)
 - маскировки собственного психического состояния и отношения к происходящему (радость, удовлетворение, внимательность, скуку, досаду, усталость, удивление, волнение, напряжение, гнев, растерянность и пр.);
 - улучшения самочувствия.

Особой эмоциональной выразительностью отличаются губы человека

- чрезмерная улыбчивость — потребность в одобрении;
- кривая улыбка — знак контролируемой нервозности;
- улыбка при приподнятых бровях — готовность подчиниться;
- улыбка при опущенных бровях — выказывание превосходства;
- улыбка без подъема нижних век — неискренность;
- улыбка с постоянным расширением глаз без их закрывания — угроза.



радость



счастье



удивление



недоверие



утомленность



угрюмость



страх



шок



сомнение



задумчивость



озарение



самодовольство



коварство



хитрость



решимость



смущение



обида



сосредоточенность



неуверенность




мечтательность

Причины улыбаться

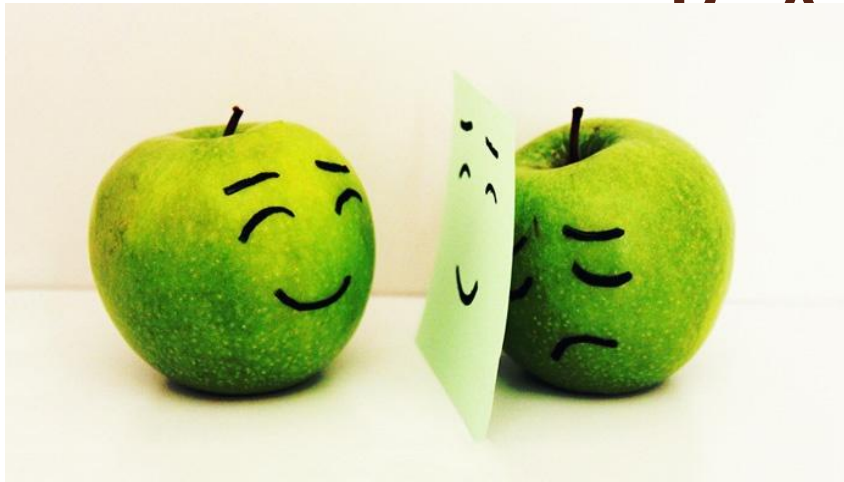
Даже от вещей, которые
заставляют плакать,
можно улыбнуться.



- 
- Улыбка делает нас счастливыми (даже при плохом настроении).
 - Улыбка делает счастливыми окружающих тебя людей.
 - Улыбка делает нас более привлекательными.
 - Улыбка помогает снять стресс.
 - Улыбка положительно влияет на здоровье.
 - Улыбка делает вас успешней.

«Не нужно ни для кого строить улыбку специально — улыбайтесь для себя: только подлинная исходящая изнутри улыбка хорошо действует на других людей».

Д. А. ЭВИ



Об искренности человеческих эмоций
обычно говорит симметрия в
отображении чувства на лице.
Чем сильнее фальшь, тем более разнятся
мимикой его правая и левая половины.



- Улыбайся — это раздражает всех.
- Улыбка — лучший ответ на хамство. Улыбаются либо очень умные, либо сумасшедшие.
- Улыбка — недорогой способ выглядеть лучше.
- Улыбайся, пока жив — ведь мёртвым это не дано.
- Многие недоразумения разрешать просто искренней улыбкой.



Улыбнись
же

мне
⇒

