

Язык тела и жестов.

Открытые жесты –
свидетельство
психологической открытости,
желания общения и
продуктивных контактов.
Проявляются в не скрещенных
и незамкнутых позициях рук и
ног.

Руки

- Открытые ладони – честность, откровенность.
- Ладонь, повернутая вверх, - просящий жест.
- Ладонь, повернутая вниз (смотрит в пол), - власть.

Ноги

Носок ноги – показатель заинтересованности – своим направлением указывает на того, в ком человек заинтересован или находит привлекательным.

Ноги

- Широко расставленные ноги:
- 1. Стоя: агрессия, в том числе и сексуальная. Уверенность. Готовность к действиям. Активность.
- 2. Сидя: уверенность. Внутренняя расслабленность. Демонстрация сексуальности.

Закрытые позиции

Говорят о психологической закрытости, тенденции к отгороженности от ситуации. Проявляются в виде скрещенных рук и ног.

Руки.

Перекрещенные на груди, - попытка спрятаться, отгородиться от ситуации.

Скрещенные на груди руки со сжатыми в кулаки ладонями. Враждебное отношение.

Скрещенные руки с пальцами, плотно обжимающими предплечья (обхватывание рук), - негативно-подавленное отношение к ситуации.

Скрещенные руки с позицией больших пальцев -чувство защиты, уверенность.

Одна рука перехватывает другую руку – вертикально идущую вдоль тела – в области предплечья, локтя или плеча: более легкая форма перекрещенных рук.

Руки свободно опущены, но одна как бы пожимает другую – попытка сохранить эмоциональное спокойствие.

-
- Одной рукой человек делает жест, будто поправляет пуговицу на рукаве другой руки, браслет часов, манжету – скрытая нервозность.
 - Человек двумя руками держит букет цветов, сумочку, чашку с чаем и т.п. – попытка скрыть внутреннее напряжение, нервозность.
 - Переплетенные пальцы, сцепленные руки – негативное отношение.

Пирамида – уверенность, уверенное отношение к чему-либо.

Руки за спиной:

Одна обхватывает другую в области ладони – самоуверенность, чувство превосходства.

Одна рука обхватывает запястье другой – попытка самоконтроля.

Роль большого пальца – демонстрация агрессивности, силы, напора, чувства превосходства.

Руки в карманах, большие пальцы снаружи – уверенность, самомнение, атакующий жест. У женщин – агрессия, доминирующий характер.

Ноги

Перекрещивание ног (нога за ногу) – защита, тенденция к замкнутости.

Перекрещенные ноги и руки – неодобрение, неприятие, усиленная защита.

Перекрещенные ноги и
сплетенные пальца на коленях
– самососредоточение,
замкнутость.

Перекрещенные лодыжки –
защита, напряжение,
негативное отношение,
нервозность, страх.

Динамические позиции.

Это такие позиции,
которые не
квалифицируются как
открытые или
закрытые.

Голова.

Держится прямо или чуть приподнята – нейтральная позиция.

Голова чуть приподнята, веки немного прикрыты или уголки глаз прищурены, взгляд направлен вниз – высокомерие, пренебрежение, превосходство.

Голова немного наклонена в сторону – интерес.

Голова чуть опущена, взгляд исподлобья – неодобрительное отношение к ситуации, настороженность.

Руки за голову в сочетании с позицией в виде «четверки» - самоуверенность, чувство превосходства.

Зрачки.

Расширенные – волнение, удовольствие, проявление интереса, в том числе сексуального.

Суженные – негативная реакция, неприятие.

Взгляд.

Направлен в центр лба и не опускается ниже глаз собеседника – деловой взгляд.

Распределяется между глазами и ртом – светский взгляд.

Скользит от глаз вниз по телу и обратно – интимный взгляд.

-
- Взгляд искоса:
 - в сочетании с улыбкой – заинтересованность
 - в сочетании с опущенными бровями – враждебность
 - Частое моргание – признак защиты, растерянности.

Руки и лицо.

Почесывание подбородка –
размышление и оценка.

Захватывание носа и
щепоть чуть ниже
переносицы в сочетании с
закрытыми глазами –
сосредоточение.

Руки у щеки – щека опирается на сложенные в кулак пальцы, а указательный палец выпрямлен по направлению к виску – размышление и задумчивость.

Указательный палец касается носа, остальные прикрывают рот – подозрительность, недоверие.

Касание или потирание носа –
лживость

Указательный палец касается
щеки, а остальные
располагаются под
подбородком – критическая
оценка.

Рука поглаживает шею –
недовольство, отрицание, гнев.
Защитный жест.

Потираание уха – нетерпение,
желание перебить.

Лицо чуть склонено вбок и
опирается на ладонь или кулак –
«телефонная поза» -Скука.

Тело.

Посадка на стул верхом – демонстрация превосходства или агрессии.

Руки упираются в поясницу, ноги широко расставлены – демонстрация агрессии.