

Невербальное общение

Невербальное общение – это общение при помощи мимики, жестов и пантомимики, через прямые, сенсорные или телесные контакты

При его помощи мы:

- подтверждаем, поясняем или опровергаем передаваемую словесным путем информацию;
- передаем информацию сознательно или бессознательно;
- выражаем свои эмоции и чувства;
- регулируем ход разговора;
- контролируем и воздействуем на других лиц;
- восполняем недостаток слов.



*Разработано: ПДО,
руководителем творческого объединения «100
Затей»
Игнатъевой И.Н.*

Невербальные способы общения- это общение без слов

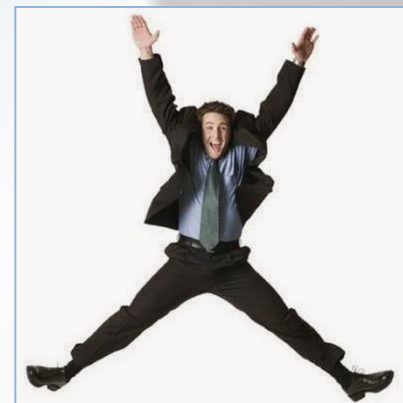
К наиболее распространенным невербальным
средствам общения относятся:

жесты

пантомимика



мимика



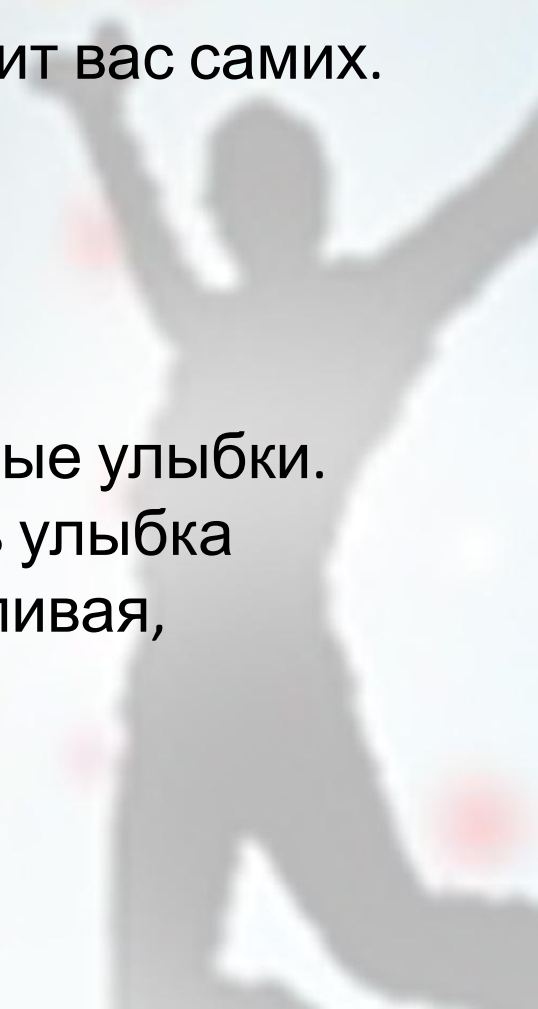
Упражнения для совершенствования невербальных способов общения

«Веселая гримаса»

Состройте гримасу, которая рассмешит вас самих.

«Улыбки»

«Примерьте» перед зеркалом самые разные улыбки. Изобразите мимически, какой может быть улыбка (застенчивая, холодная, добрая, насмешливая, вымученная и другие).



«Рисунок взглядом»

«Нарисуйте» взглядом разные фигуры (на стене, на небосводе).

- Не поворачивая головы, проведите взглядом по периметру своего зрения: сверху вниз, вправо, снизу вверх, влево и т.д.
- Быстро концентрируйте взгляд на любой точке предмета перед собой.
- Удержите взгляд на отдаленном предмете в течение нескольких минут.



«ЭМОЦИИ»

Изобразите перед зеркалом разные эмоциональные состояния: радость, гнев, страх, нежность, удовольствие, изумление, интерес, отчаяние, возбуждение, стыд. Меняйте позы и маски.



«Игра с облаком»

Представьте, что вам на ладони вытянутых рук село пушистое облако, подбросьте его и поймайте, перебросьте из одной руки в другую, осторожно отпустите вверх, попрощайтесь.



