

# НЕВЕРБАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ

Выполнила: студентка I курса  
группы ФО(БП)-14  
Наумова Марта

# Что такое невербальное общение?

«Что такое невербальное общение?»

порой многие слышали эту фразу, но не каждый из нас понимает, что она значит.

**Невербальное общение** – это неречевая форма общения, включающая в себя жесты, мимику, позы, визуальный контакт, тембр голоса, прикосновения и передающая образное и эмоциональное содержание.



# Функции невербального общения

- ✓ Невербальные сигналы дублируют нашу речь и подкрепляют ее доказательствами в виде эмоций.
- ✓ Мимику, жесты, позы иногда невозможно контролировать и они выдают истинное лицо человека. То есть если человек вам что-то очень красиво и внушающе рассказывает, его невербальные жесты могут показать совершенно другое.
- ✓ Невербальные сигналы иногда заменяют речь. Например, кивок головой, пожимание плечами, моргание глазами, махнуть рукой и т.д.
- ✓ Также невербальное общение может дополнять вербальное. Например, когда мы сочувствуем или жалеем человека, мы его обнимаем и гладим по спине или голове.
- ✓ Невербальные сигналы могут сделать акцент на каком-то высказывании. Например, выражая свой протест и нежелание, говоря слово «Нет!» можно стукнуть кулаком по столу.
- ✓ Владея знаниями функций невербального языка, поможет человеку контролировать свои невербальные жесты и стать приятным собеседником. Это, несомненно, важно так, как «язык тела» выражает наше подсознание, и люди доверяют больше невербальным средствам, а не речевым. Приглядываясь к невербальным знакам, мы увидим то, чего собеседник нам не выразил словами.

# Факторы, влияющие на невербальное общение

- ✓ Культурные особенности. В каждой стране своя система невербальных знаков. Перед встречей с иностранным партнером необходимо ознакомиться с особенностями этикета его страны.
- ✓ Здоровье. У человека, имеющего определенные заболевания, может меняться голос, взгляд, жесты, мимика и т.д. Не делайте поспешных выводов, приглядитесь к собеседнику внимательнее.
- ✓ Профессия. У человека могут иметься профессиональные особенности невербального выражения эмоций (часто это касается людей творческих профессий).
- ✓ Уровень культуры и воспитания.
- ✓ Статус и звание человека. Чем выше должность, тем меньше жестов.
- ✓ Возрастная группа.
- ✓ Несогласованность знаков. При неправильном сочетании невербальных знаков может сложиться впечатление неискренности речи.

# Мимика

**Мимика** - выразительные движения лицевых мышц, выражение лицом своего состояния, своих эмоций, чувств и отношений.

У детей с рождения наблюдается простейшая мимика, основное богатство мимики приобретается и нарабатывается в процессе жизни в процессе подражания и научения. Мимика женщин обычно богаче мужской.

Мимика, как часть выразительных движений, в первую очередь способ донести нашу эмоцию до окружающих. Чем более разработаны «мимические мускулы» лица (мышцы вокруг глаз, рта и т.п.) , тем более широкий эмоциональный арсенал человека и тем выше его эмоциональная выразительность.

Существуют тысячи различных выражений лица, и все они отличаются друг от друга.

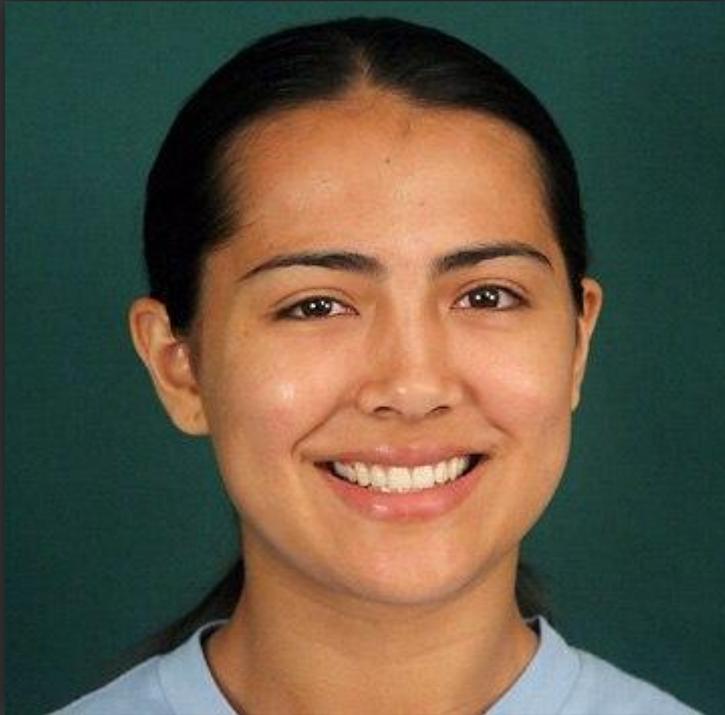
Мимика дает возможность для широкой интерпретации, сокрытия или демонстрации эмоций, помогает понять информацию, передаваемую с помощью речи, «сигналит» об отношении к кому-то или чему-то



# Мимика

## Счастье (радость)

Лоб и брови в состоянии покоя, нижние веки приподняты, но не напряжены. Уголки губ оттянуты в стороны и приподняты.



## Интерес

Веки слегка сужены, либо расширены, а брови могут быть приподняты или опущены.



# Мимика

## Удивление

Брови приподняты вверх, на лбу могут образоваться горизонтальные морщинки. Верхние веки приподняты и показывают склеру, нижние веки расслаблены. Губы расслаблены и приоткрыты.



## Раздражение

Брови напряжены, сведены вместе и опущены, рот плотно закрыт. Зачастую зубы сведены вместе, как и губы, уголки которых при гнев или сильном недовольстве смотрят вниз.



# Мимика

## Размышление

Две вертикальные складки на переносице, нависание бровей над глазами, брови из дугообразных делаютя горизонтальными.



## Враждебность

Сильный наклон головы вперед, взгляд исподлобья.



# Мимика

## Обман

Легкая улыбка на лице, бегающий взгляд, может меняться интонация, происходит ускорение или замедление, или растягивание речи.

## Недоверие

Взгляд сбоку, то отводится, то возвращается назад.



# Мимика

Несогласие

Гнев

Брови опущены и сведены вместе. Блеск в глазах. Рот закрыт, губы сужены.



# Мимика

## Страх

Брови немного подняты, но имеют прямую форму, их внутренние углы сдвинуты, и через лоб проходят горизонтальные морщины, глаза без блеска и расширены, причем нижнее веко напряжено, а верхнее слегка приподнято, рот может быть открыт, а уголки его оттянуты назад, натягивая и распрямляя губы над зубами.



## Беспокойство

Опущенный, «бегающий» взор глаза, постоянно меняющиеся выражение, движущиеся беспрестанно и быстро.



# Позы

Поза обычно указывает на те или иные межличностные отношения, на социальное положение. Она может меняться в зависимости от настроения и эмоционального состояния человека. Однако при интерпретации необходимо учитывать культурный потенциал человека и общепринятые этикетные условности, которые следует соблюдать в тех или иных конкретных ситуациях.



# Позы и жесты

## Интерес

## Защита

Перекрещенные на груди руки являются модифицированным вариантом преграды, которую человек выставляет между собой и своим собеседником. Закрытая поза воспринимается как поза недоверия, несогласия, противодействия, критики. Более того, примерно треть информации, воспринятой из такой позы, не усваивается собеседником.



# Позы

Откровенность

Нервозность

# Позы

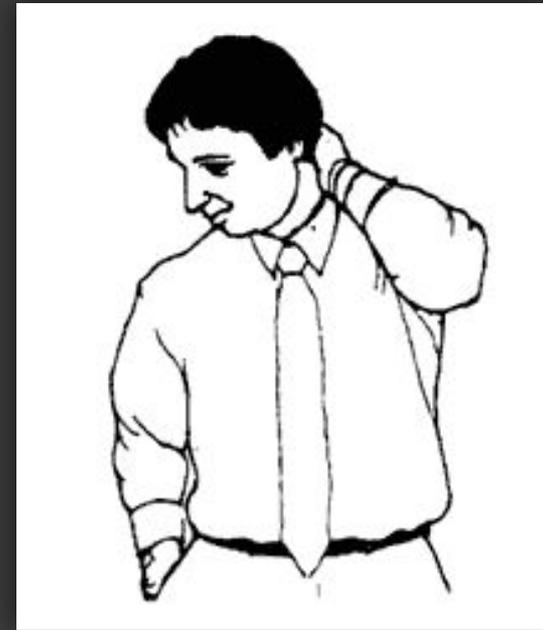
## Доверие

Руки и ноги не перекрещены – это поза доверия, согласия, доброжелательности, психологического комфорта.



## Неуверенность

Слабое напряжение мышц тела, опущенная голова, опущенный взор.



# Позы

## Агрессивность

Собеседник наклонился вперед и опирается руками на стол.



## Уверенность

Гордая, прямая поза, выбор места расположения где-нибудь на возвышении, как бы на троне или пьедестале; расположение ног на предметах или поза небрежно облокотившись на что-либо (означает: “тут моя территория, здесь я хозяин”).



# Позы

Превосходство

Скука

Если человеку скучно, неинтересно и он борется со своим желанием заснуть, то он подпирает голову или подбородок ладонью.



# Жесты

Чувства и установки людей можно определить по манере сидеть или стоять, по набору жестов и отдельным движениям. Людям легче и приятней общаться с теми, кто обладает экспрессивной моторикой, оживленным расслабленным выражением лица.

Яркие жесты отображают позитивные эмоции и располагают к искренности и доверию.

При этом чрезмерная жестикуляция, часто повторяющиеся жесты могут говорить о внутреннем напряжении и неуверенности в себе.

Жесты могут быть не очень выразительны, например, движения головы или тела, но используются параллельно с речью, чтобы что-то в ней выделить, подчеркнуть, а иногда и заменить ее.



# Жесты

## Интерес

Если голова собеседника наклонена вбок- это признак проявления интереса.



## Защита

Если собеседник при общении скрещивает руки на груди, закладывает ногу на ногу, отодвигается назад, держит перед собой в качестве дополнительной преграды между ним и вами какой-либо предмет (папку с документами, бумаги), значит, конструктивного диалога, скорее всего, не выйдет - человек чувствует себя напряженно и подсознательно настроен на защиту.



# Жесты

## Откровенность

Демонстрация открытых ладоней — показатель откровенности.



## Нервозность

Если человек постукивает пальцами по столу, ерзает на стуле, притопывает ногами или посматривает на часы, то тем самым он сигнализирует окружающим о том, что его терпение заканчивается.



# Жесты

## Доверие

Расстегнутая куртка, пиджак. Человек, доверяющий Вам, расстегнет, а то и снимет ее в вашем присутствии.



## Неуверенность

Потирание и почесывание различных фрагментов головы (лба, щек, затылка, уха) — озабоченность, смущение, неуверенность.



# Жесты

## Агрессивность

Сжатие кулаков — внутреннее возбуждение, агрессивность (чем сильнее сжимаются пальцы, тем сильнее сама эмоция).



## Уверенность

Пальцы рук соединены, иногда куполом, неторопливые движения, скупые жесты и движения головой и глазами. Это создаёт впечатление их многозначительности, а также убеждённости в своей непогрешимости.



# Жесты

## Превосходство

С помощью различного разворота ладони можно придать рукопожатию различные значения. Когда ваша рука захватывает руку другого человека так, что она оказывается повернутой вниз своей ладонью, – это властное рукопожатие.

Такое рукопожатие свидетельствует о том, что вы хотите главенствовать в процессе общения с вашим партнером. Доминирующее рукопожатие является наиболее агрессивной его формой. При доминирующем (властном) рукопожатии человек сообщает другому, что он хочет главенствовать в процессе общения.



## Скука

Об скуке свидетельствует постукивание ногой об пол, переступание с ноги на ногу, подпирающая голову ладонь, разглядывание обстановки, "пустой" взгляд, постоянные поглядывания на экран мобильного телефона, перебирание в руках посторонних предметов (щелканье авторучкой, бессмысленное перелистывание страниц блокнота, др).

