

# Язык жестов и ПОЗ.



- Знаете ли вы, что с помощью жестов, мимики и позы передается примерно 50% информации, в то время, как с помощью слов передается всего 10% информации, а с помощью звуковых средств (тон голоса, интонация) - 40%.



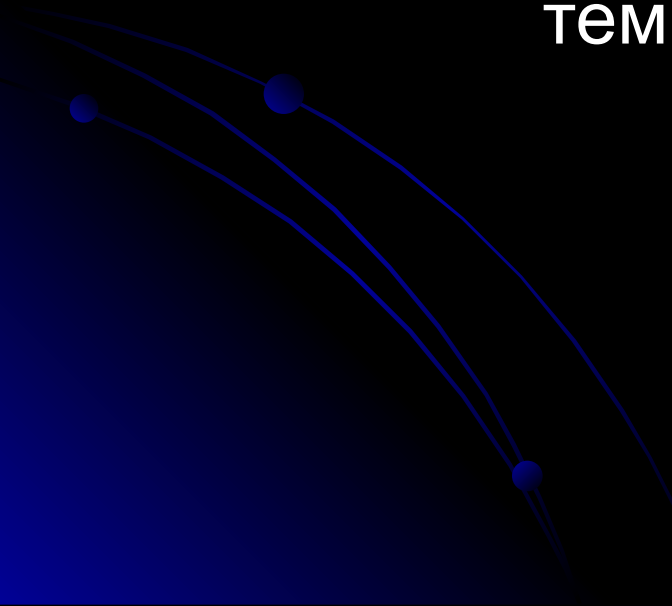
Все жесты делятся на несколько групп.



- Первая группа - это жесты-символы. Это, например, довольно распространенный во многих странах мира американский символ "О.К.". Он означает, что все в порядке и передается с помощью большого и указательного пальца, которые образуют букву "О". Но запомните, что во Франции этот жест может означать ноль, а в Японии - деньги. В Германии такой жест может быть расценен как неприличный намек.
- Постукивание пальцем по лбу во многих странах означает "ну и дурак", но в Голландии это переводится как "До чего умно!"
- Помахивание рукой при расставании - обычно пожелание счастливого пути, но в Греции это понимается, как пожелание убраться к черту. В Греции же поднятый вверх большой палец символизирует не высшую оценку, как во многих странах, а просьба "заткнуться", т.е. замолчать.
- В нашей стране не придается особого значения, какой рукой что-то делается. Но у тех, кто исповедует ислам, левая рука считается "нечистой". Поэтому, если вы протянете подарок или деньги левой рукой, вы можете оскорбить мусульманина.

## Вторая группа жестов жесты-иллюстраторы.

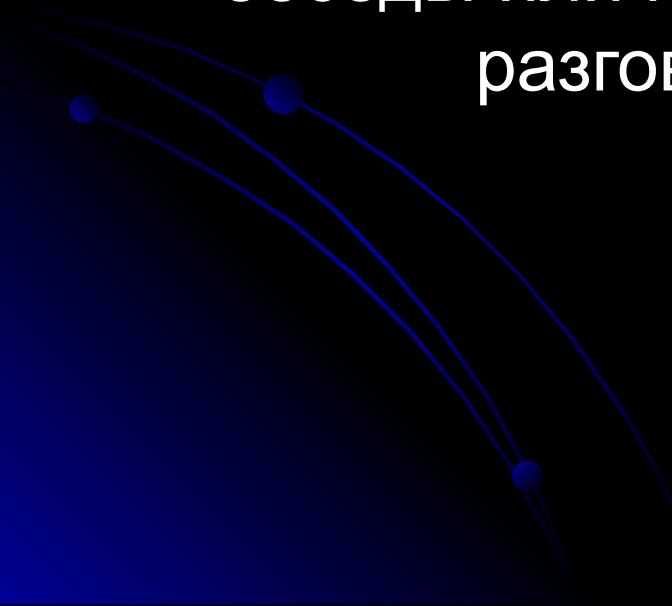
Они используются для пояснения сказанного.  
Именно с помощью этих жестов можно  
подчеркнуть главные позиции беседы,  
которые в результате лучше запомнятся.  
Интенсивность таких жестов зависит от  
темперамента говорящего.



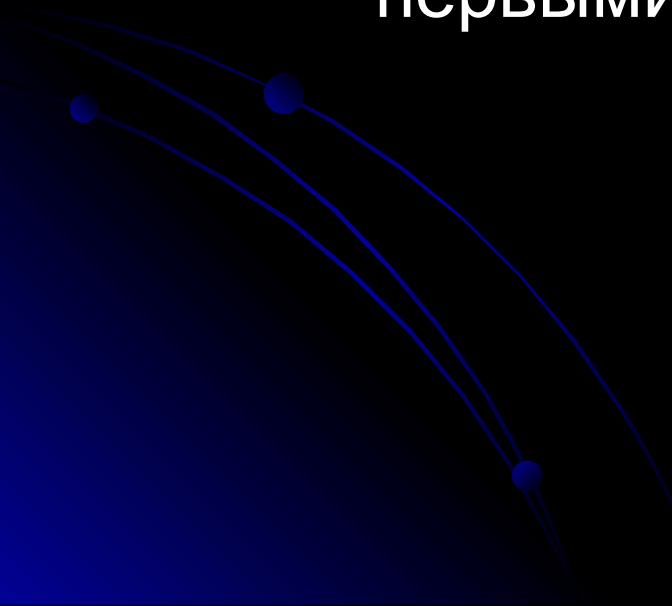
# Третья группа

- жесты-регуляторы

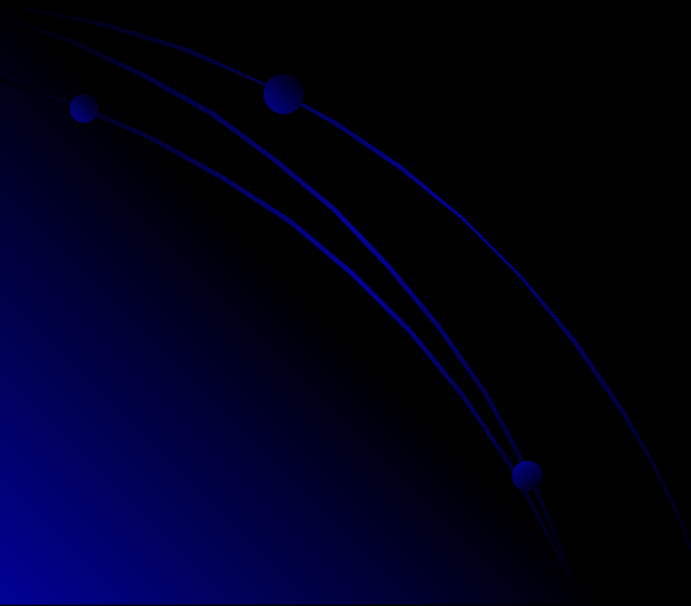
Такие жесты играют важную роль в начале и в конце беседы. Один из таких жестов - рукопожатие. Эти жесты регулируют ход беседы, они могут начать ее, ускорить ход беседы или показать заинтересованность в разговоре, закончить беседу.



Четвёртая группа  
жестов-жесты-адапторы,  
которые обычно сопровождают наши чувства и  
эмоции. Они напоминают детские  
непосредственные реакции и проявляются в  
ситуациях стресса, волнения, являются  
первыми признаками переживаний.



# Значение основных жестов и поз в поведении человека.





- 1. Раскрытые руки ладонями вверх — Искренность, открытость



- 2. Человек прикрывает рот рукой во время слушания — Сомнение, недоверие к говорящему



- 3. Кулаки сжаты (или пальцы вцепились в какой-нибудь предмет так, что побелели суставы) — Защита, оборона



Рис.68. Кулаки говорят о враждебности.

- 4. Кисти рук расслаблены — Спокойствие



- 5. Человек опирается подбородком на ладонь, указательный палец вдоль щеки, остальные пальцы ниже рта - Критическая оценка



Рис. 60. У него негативные мысли.

- 6. Почесывание подбородка (нередко сопровождается легким прищуриванием глаз) — Обдумывание решения



- 7. Ладонь захватывает подбородок — Обдумывание решения

- 8. Человек медленно снимает очки, тщательно протирает стекла — Желание выиграть время, подготовка к решительному сопротивлению

9. Человек сидит на краешке стула, склонившись вперед, голова слегка наклонена и опирается на РУКУ — Заинтересованность



Женщина протирает стёкла очков  
© Сергей Боженев / Фотобанк Лори

- 10. Человек прикрывает рот рукой во время своего высказывания — Обман



- 11. Расстегнут пиджак (или снимается) — Открытость, дружеское расположение



- 12. Человек старается на вас не смотреть — Скрытность, утаивание своей позиции
- 13. Говорящий жестикулирует сжатым кулаком — Демонстрация власти, угроза
- 14. Человек расхаживает по комнате — Обдумывание трудного решения
- 15. Пощипывание переносицы — Напряженное сопротивление

- 16. Говорящий слегка касается носа или века (обычно указательным пальцем) — Обман
- 17. Пиджак застегнут на все пуговицы — Официальность, подчеркивание дистанции
- 18. Взгляд в сторону от вас — Подозрение, сомнение
- 19. Руки спрятаны (за спину, в карманы) — Чувство собственной вины или напряженное восприятие ситуации

- 20. При рукопожатии человек держит свою руку сверху — Превосходство, уверенность



- 21. При рукопожатии человек держит свою руку снизу — Подчинение





■ 22. Хозяин кабинета начинает собирать бумаги на столе — Разговор окончен



■ 23. Руки скрещены на груди — Защита, оборона



Рис. 77. Женщина выражает свое недовольство.

- 24.Слушающие слегка касаются века, носа или уха — Недоверие к говорящему



Рис. 53. Потирание века пальцем.

- 25.Человек сидит верхом на стуле— Агрессивное состояние



- 26. Зрачки расширены —  
Заинтересованность  
или возбуждение



- 27. Зрачки сузились —  
Скрытность,  
утаивание позиции.



Позы и жесты которых нужно  
избегать!



# Позы.

- Руки на бёдрах – агрессивная поза;
- Скрещенные руки на груди – поза защиты;
- Ладони соединены ниже талии (поза футболиста) – поза защиты, слабость;
- Рука обхватывает вторую руку за спиной – страх, волнение; Руки в карманах – скрытность, нервозность;
- Откидываетесь на спинку кресла – явное несогласие с мнением собеседника.

# Жесты.

- Жесты указательным пальцем - это обвинительный жест;
- Выставленный большой палец - выражение превосходства, пренебрежительное отношение;
- Кулак – враждебный жест, агрессивное настроение;
- Касание рта или других частей лица во время разговора – выдает волнение, люди могут посчитать Вас неискренним.
- Прикосновения к уху, ко рту или к шее, когда Вы слушаете - это жесты сомнения и несогласия с собеседником.

# Спасибо за внимание

Работу выполнила  
Филимонова Кристина  
Ученица 8 «а» класса