

# Невербальные коммуникации

---

# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я ЗАДУМАЛСЯ»



Для человека, который задумался, отвлекся от беседы, характерны следующие жесты: руки у лба в различных позициях, человек может потирать виски, почесывать затылок.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «МНЕ ИНТЕРЕСНО»



Человек, испытывающий интерес к происходящему, всем своим существом стремится приблизиться к источнику информации. Он может забыть закрыть рот или широко раскрыть глаза – это мимические признаки, которые говорят о том, что человек удивлен, изумлен, находится в максимально заинтересованном состоянии.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я ВАС УВАЖАЮ»

Человек, относящийся к вам с уважением, подает руку первым или одновременно с вами. Он не пытается сразу же убрать руку: уважительное рукопожатие должно быть длительным. Рука должна быть вытянутой, ни в коем случае не согнутой в локте.



Жестом уважения можно считать следующий: мужчина подает женщине руку на выходе из общественного транспорта.

Наклон головы – жест уважения.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я СОМНЕВАЮСЬ»

---



Для сомневающегося человека характерны жесты перебирания, перетирания, почесывания – повторяющиеся, монотонные.

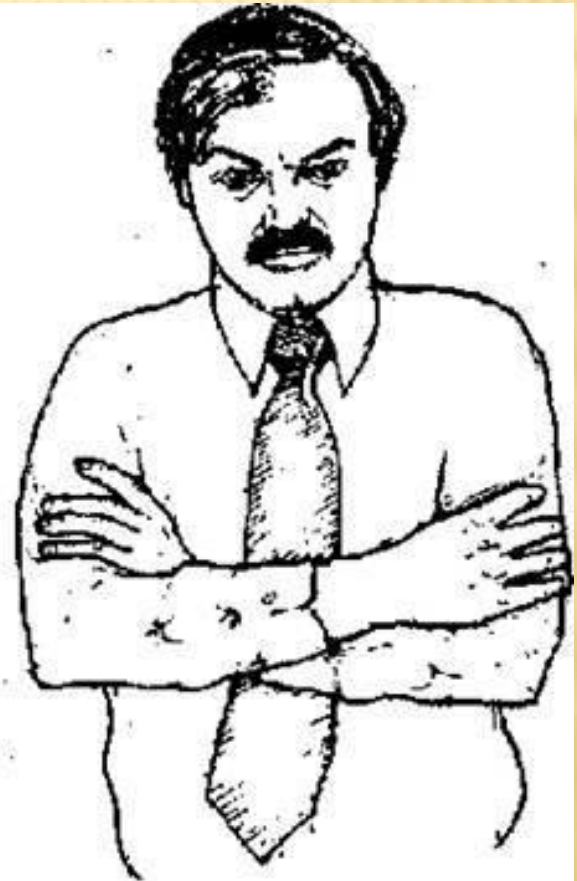
Вот несколько примеров таких жестов: потирание или почесывание глаза, уголков рта, они означают, что человек заподозрил вас во лжи, а в ваших аргументах – подвох.

# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я НАСТОРОЖЕ»



Если человек скрестил руки на груди, при этом направил кончики пальцев в разные стороны, обратил вытянутую руку и ладонь к вам, то это сигнализирует о том, что вы должны остановиться.

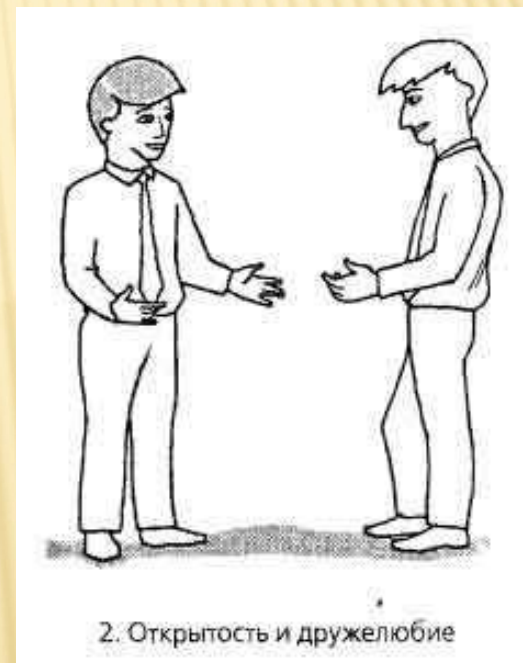
Для настороженного человека характерен особенный взгляд: он смотрит на вас в упор, следит за каждым вашим жестом, движением



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я НАСТРОЕН НА КОМПРОМИСС»



Отсутствие жестов – это тоже жест. Если мы не находим у человека каких-либо отрицательных жестов, к примеру, скрещенных рук и ног, он вполне комфортно чувствует себя, общаясь с вами на близком расстоянии, с легкостью впускает вас в свое личное пространство, это говорит о том, что человек принимает вашу точку зрения. Скорее всего вы уже сделали достаточно, чтобы склонить его на свою сторону. В ближайшее время он с вами согласится.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я СКЛОНЕН К ДОВЕРИТЕЛЬНЫМ ОТНОШЕНИЯМ»



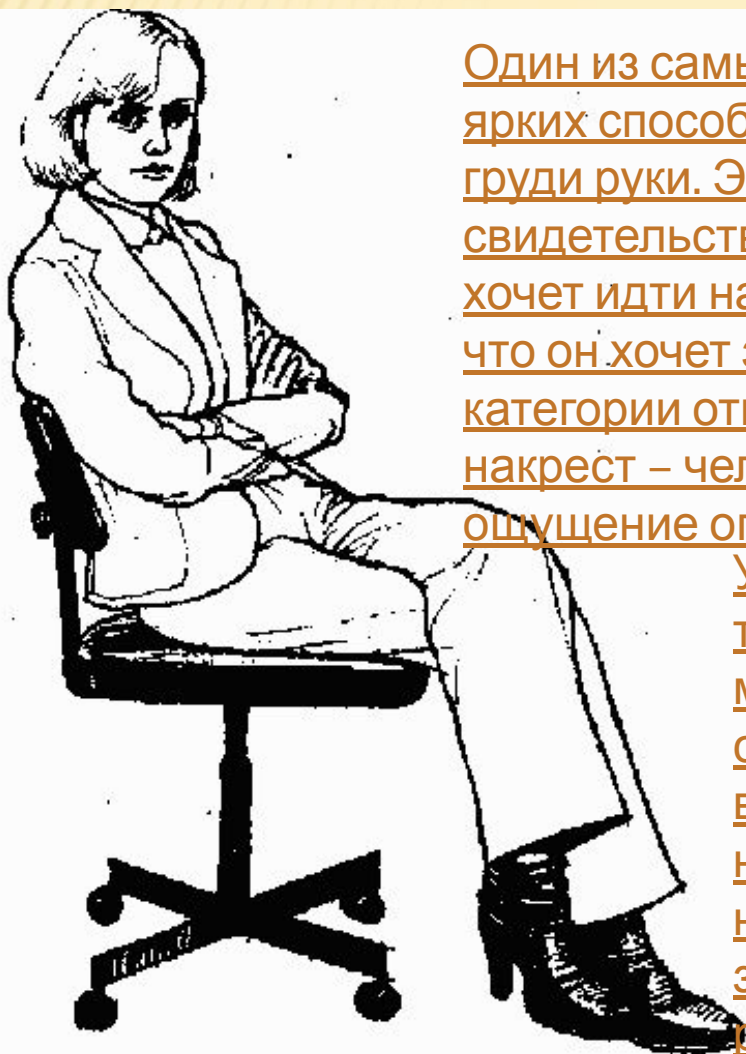
Если уже при первой встрече человек легко может до вас дотронуться, похлопать вас по плечу, поправить ваш галстук или шарф, можете смело ставить себе 5 баллов за свое обаяние и шарм.

Человек, настроенный доверительно, будет часто вам улыбаться, более того, открыто смеяться, не сдерживая свои эмоции, так как вы ему нравитесь и ему нечего смущаться в вашей компании.



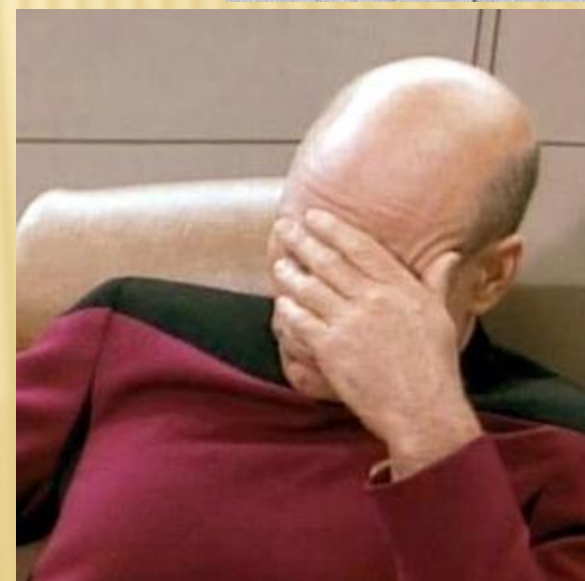


# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я ЗАЩИЩАЮСЬ»



Один из самых распространенных и ярких способов защиты – скрещенные на груди руки. Этот сигнал может свидетельствовать о том, что человек не хочет идти на контакт, что ему неловко, что он хочет защититься от вас. К этой категории относится жест ноги крест-накрест – человек как бы теряет ощущение опоры под ногами.

У людей с разным типом восприятия могут различаться способы защиты – визуалы, например, надевают очки, закрывают глаза рукой, делают вид, что солнце слепит им глаза



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «МНЕ НЕЛОВКО»

В момент ощущения стыда человек прерывает зрительный контакт, опускает вниз глаза, его взгляд застывает на каком-либо предмете. Его жесты, движения становятся суетливыми.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я ВАМ НЕ ВЕРЮ»



Самыми распространенными жестами, обозначающими недоверие, являются жесты защиты – это скрещенные руки, ноги.

Ваш собеседник может намекать вам на свою осведомленность, прикладывая руки ко рту, как бы говоря: «Держи рот на замке». Этот жест имеет разновидности: человек может почесывать губы, рот, уши.



Потирание уха



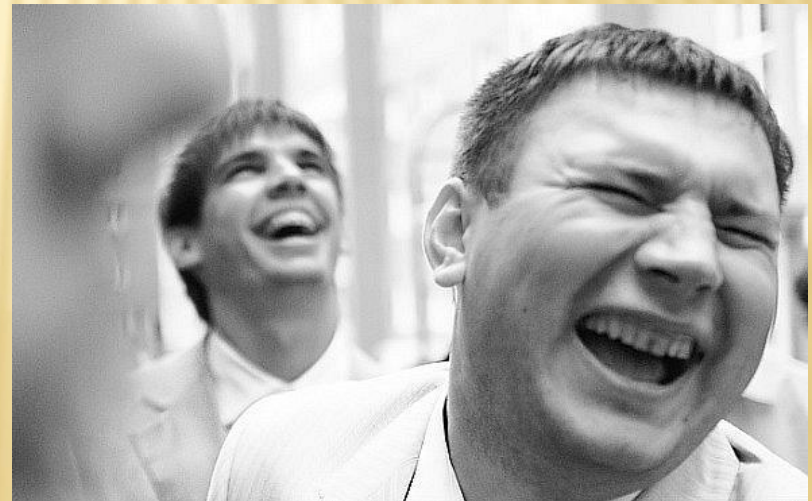
На лице написано недоверие, человек прячет глаза. Он может улыбаться скептически или попросту ухмыляться: один уголок рта поднят вверх, второй – опущен.

# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «МНЕ СТРАШНО»



Невербальные знаки страха – особая категория. Они объединяются тем, что человек в ситуации страха не способен контролировать свое тело, не властен над ним. Он может совершенно беспричинно вздрогнуть, услышав громкий голос, или подпрыгнуть, если вы тихо подойдете и одернете его сзади – это говорит о том, что человек напряжен и, возможно, чего-то боится.

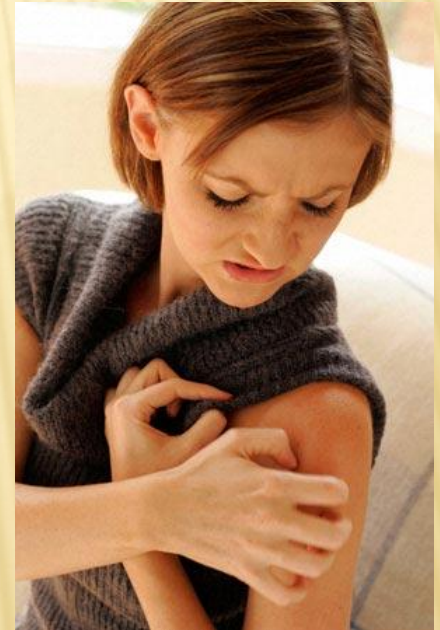
Человек в ситуации испуга может внезапно начать смеяться.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я НЕРВНИЧАЮ»

Если вы заметили, что ваш собеседник постоянно чешет руки, лицо, это может означать, что он сильно нервничает.

Если у него есть вредные привычки, то в состоянии стресса человек начинает прибегать к ним, чтобы снять стресс. К примеру, если он курит, может даже начать курить одну сигарету задругой. Он может грызть ногти или накручивать волосы на палец – делать все, чтобы успокоиться.



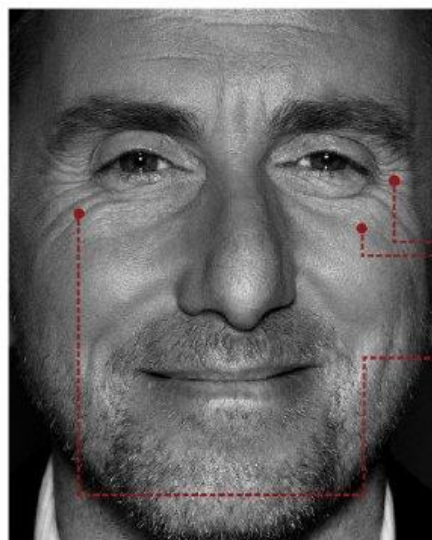
# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я СЧАСТЛИВ»



Самые распространены  
е жесты счастья –  
ладони,  
обращенные в  
сторону  
собеседника,  
демонстрация  
собственных  
запястий.



По мимике очень  
легко определить,  
что человек настроен  
положительно. В  
толпе людей такого  
человека легко  
вычислить по  
широкой улыбке «без  
причины» – он как бы  
вспоминает о чем-то



## Счастье

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

Совершенно  
точно можно  
догадаться, что  
человек  
счастлив, по  
особому,  
излучающему  
сияние, взгляду.

# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я УВЕРЕН В СВОЕЙ ПРАВОТЕ»



Для уверенного в себе человека характерны яркие, непосредственные жесты. Вы заметили, что ваш собеседник часто держит руки в области груди, но не скрещивает их – это свидетельство его уверенности, ощущения своего превосходства.

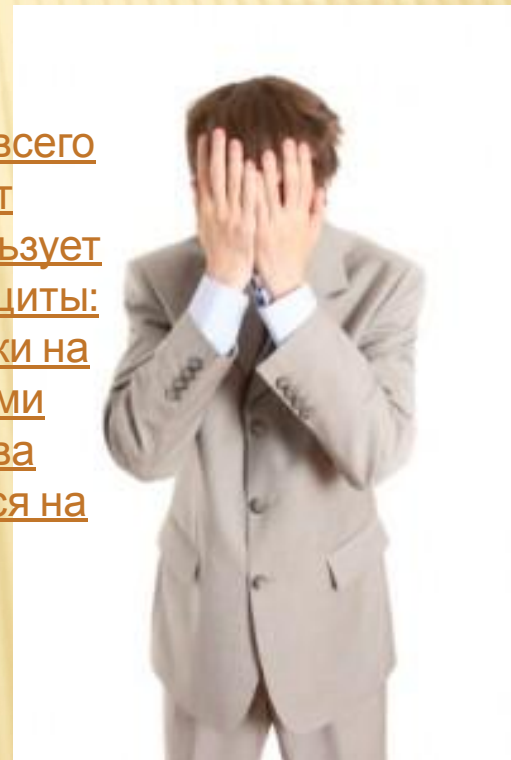
Характерный жест самоуверенности – закладывание рук за голову. Некоторые люди считают его неприличным. Он не только позволяет полностью открыть область груди за счет максимального разведения рук, но и обнажает область подмышек, которая считается достаточно интимной.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «Я УГНЕТЕН»



Человек, который угнетен, старается отгородить себя от всего мира, защититься от окружающих, использует для этого жесты защиты: может скрестить руки на груди, закрыть руками лицо, либо его голова опущена и опирается на руку.



Голова от обилия негативных эмоций становится очень тяжелой, поэтому человек стремится всячески ее поддерживать: она может покоиться на ладонях, может быть просто наклонена набок или опущена вниз.



# ЖЕСТЫ ИЗ КАТЕГОРИИ «МНЕ СКУЧНО»



Скучающий, бесстрастный взгляд, апатичная поза, вытянутое лицо, опустившаяся челюсть, чуть опущенные веки – все это признаки скуки.

Человек прикрывает рукой рот – это свидетельство того, что у него кончается терпение и слушать вас больше не в состоянии.



Человек, которому скучно, может попытаться себя развлечь, чтобы не уснуть. Допустим, хватается предметы, которые лежат рядом, но совершенно ему без надобности.



---

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**