

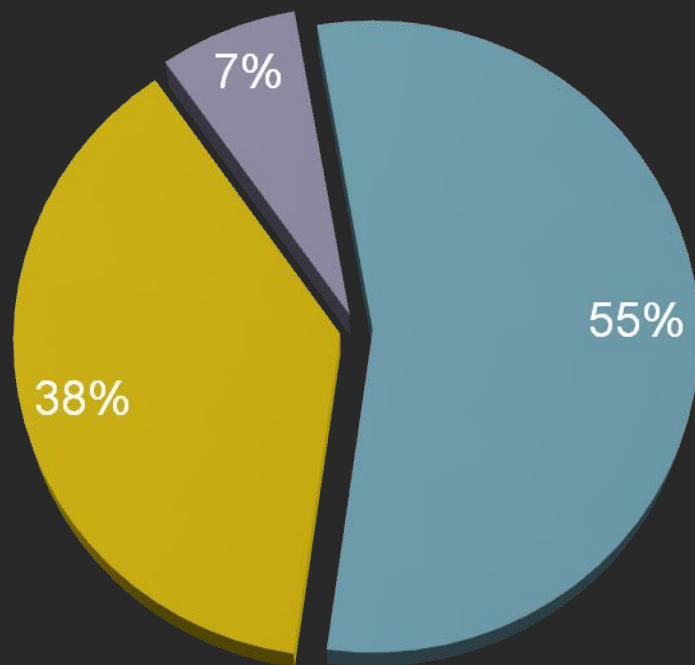
# «НЕВЕРБАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА КОММУНИКАЦИИ»



# Общая характеристика невербальных средств коммуникации:

- К средствам **невербальной коммуникации** принадлежат жесты, мимика, интонации, паузы, поза, смех, слезы и т.д., которые образуют знаковую систему, дополняющую и усиливающую, а иногда и заменяющую средства вербальной коммуникации – слова.

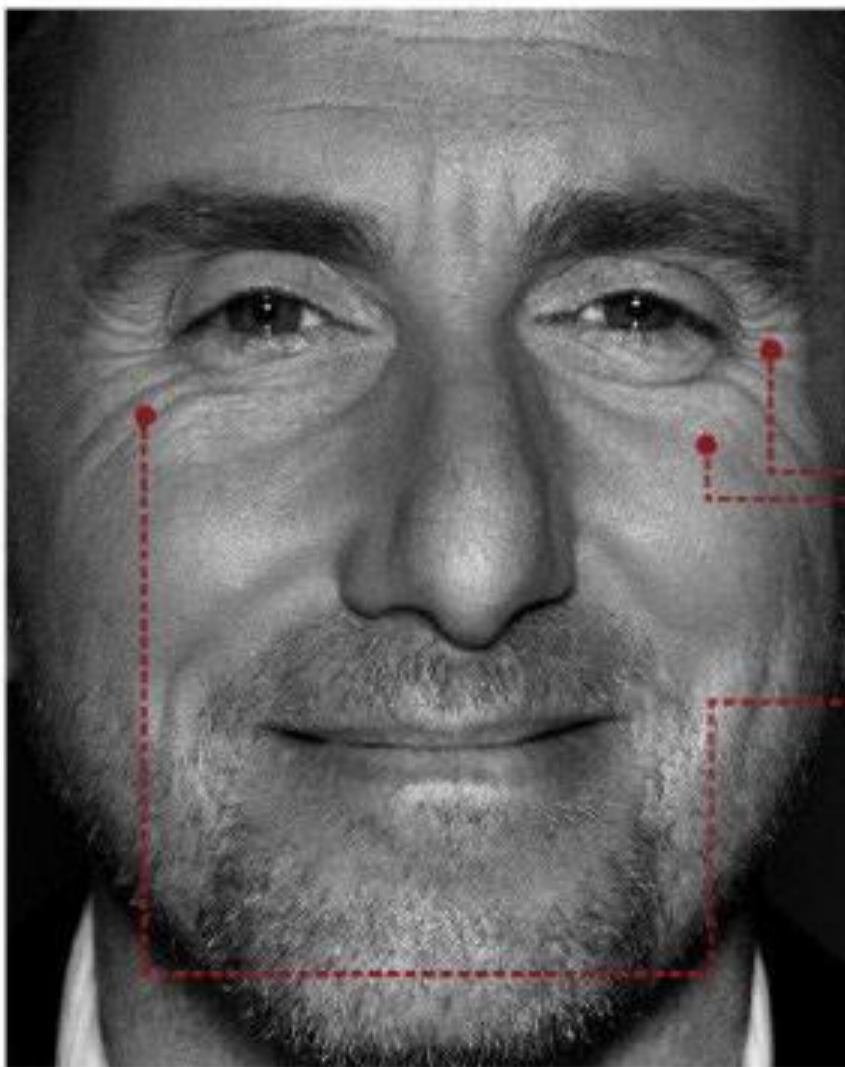
Согласно исследованиям, 55% сообщений воспринимается через выражение лица, позы и жесты, а 38% — через интонации и модуляции голоса. Отсюда следует, что всего 7% остается словам, воспринимаемым получателем, когда мы говорим





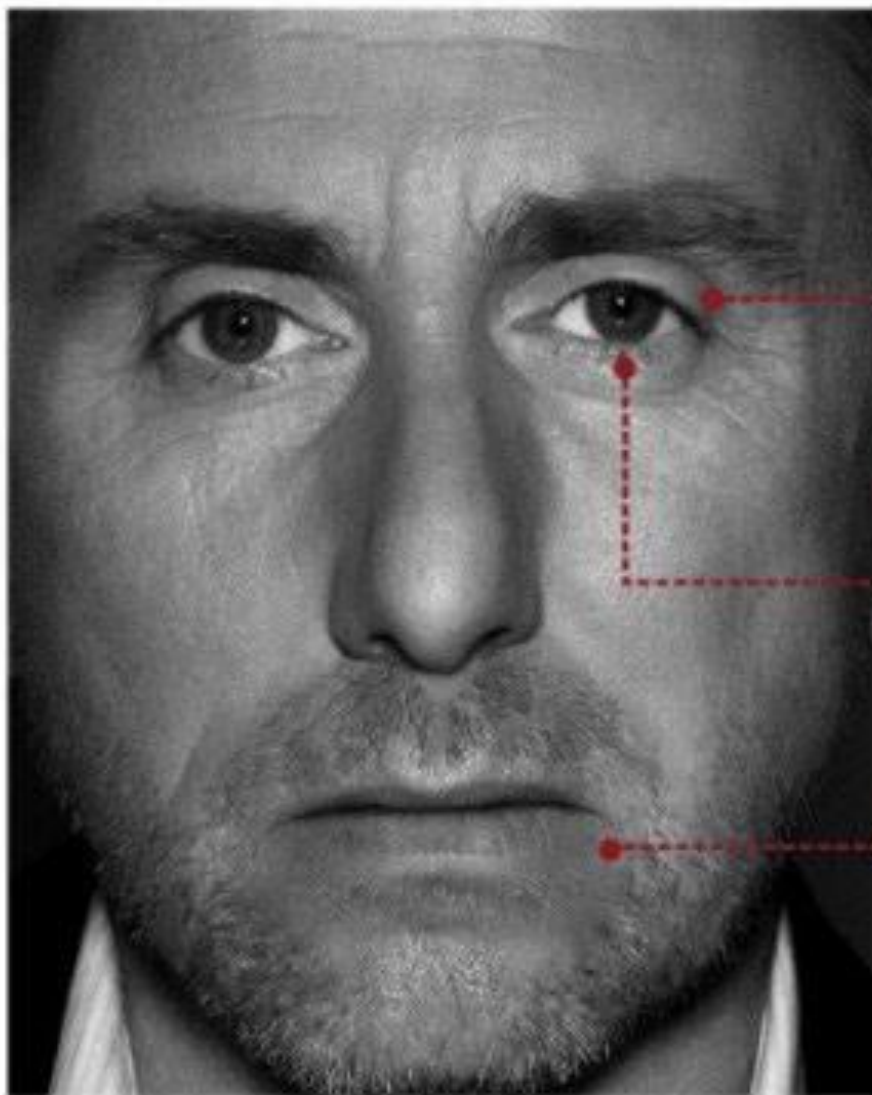
● Невербальные средства общения изучает **кинесика** (от греч. kinesis - "движение"). Особое внимание кинесика уделяет мимике и жестикуляции.

● **Мимика** (от греч. mimikos - "подражательный") – 1. Движения лицевых мышц, выражающие внутреннее душевное состояние. 2. (в театральной среде) искусство актера передавать душевное состояние персонажа выразительными движениями мышц лица.



# Счастье

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



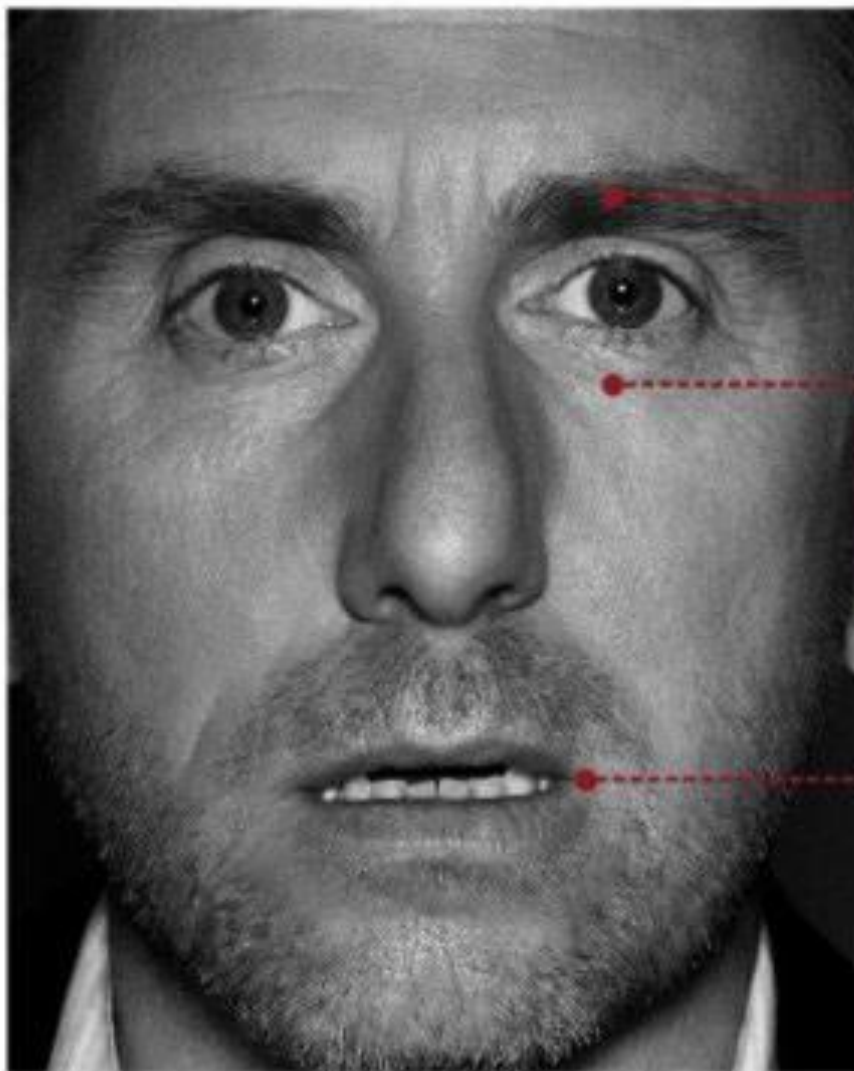
# Печаль

- ① Верхние веки слегка опущены
- ② Рассеянный взгляд
- ③ Уголки рта слегка опущены



# Презрение

① Приподнятый уголок рта с одной стороны



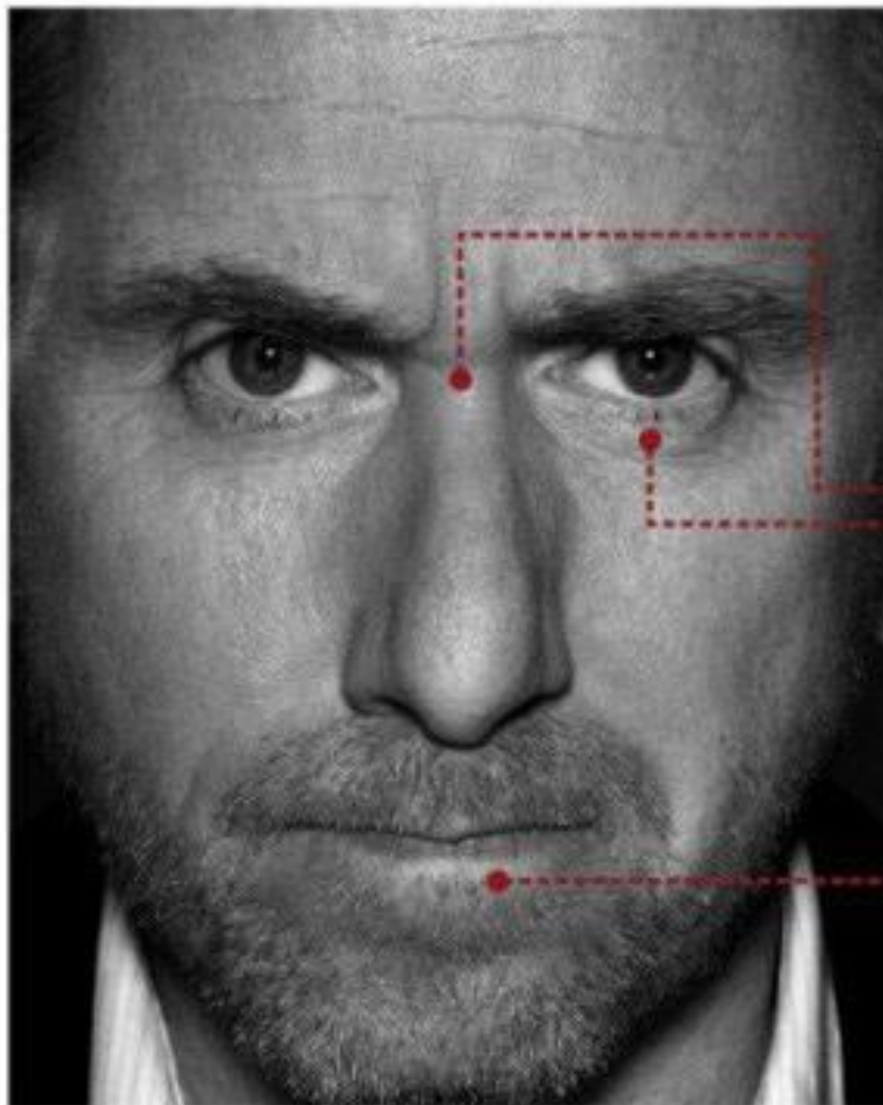
# Удивление

① Брови приподняты

② Глаза широко раскрыты

③ Рот приоткрыт





# Гнев

- ① Брови опущены и сведены вместе
- ② Блеск в глазах
- ③ Рот закрыт, губы сужены



**Видеопример. Отрывок из фильма «Теория лжи»**

ЖЕСТЫ

```
graph LR; A[ЖЕСТЫ] --- B[механические]; A --- C[ритмические]; A --- D[эмоциональные]; A --- E[указательные]; A --- F[изобразительные]; A --- G[символические];
```

механические

ритмические

эмоциональные

указательные

изобразительные

символические



## Механические жесты:

Такие жесты, как: тереть пуговицу, поправлять галстук, крутить прядь волос или поправлять волосы во время разговора. Механические жесты отвлекают внимание слушателя от содержания речи, мешают ее восприятию. Нередко они бывают результатом волнения говорящего, свидетельствуют о его неуверенности в себе.



## Ритмические жесты:

Ритмические жесты связаны с ритмикой речи. (Например, размахивать рукой в такт речи).

Ритмические жесты подчеркивают логическое ударение, замедление и ускорение речи - то, что обычно передает интонация.



## Эмоциональные жесты:

Речь наша часто бывает эмоциональной. Волнение, радость, восторг, ненависть, огорчение, досада, недоумение, растерянность, замешательство - все это проявляется не только в подборе слов, в интонации, но и в жестах. Жесты, передающие разнообразные оттенки чувств, называются эмоциональными.



## Указательные жесты:

При помощи указательного жеста говорящий выделяет какой-то предмет из ряда однородных; показывает место - рядом, наверху, под ним, там; подчеркивает порядок следования - по очереди, через одного.

Указать можно взглядом, кивком головы, рукой, пальцем (указательным, большим), поворотом тела.

Некоторые указательные жесты имеют условный характер. Например, «У него тут (жест - рука на груди слева) ничего нет, то понятно: речь идет о бессердечном, бесчувственном человеке.



## Изобразительные жесты:

Изобразительные жесты появляются в случаях:

- если не хватает слов, чтобы полностью передать описание предмета, состояние человека;
- если одних слов недостаточно по каким-либо причинам (повышенная эмоциональность говорящего, невлаждение собой, нервозность, неуверенность в том, что адресат все понимает);
- если необходимо усилить впечатление и воздействовать на слушателя дополнительно и наглядно.





## Символический жест:

Если изобразительный жест связан с конкретными признаками, то жест-символ связан с абстракцией. Его содержание понятно только какому-то народу или определенному коллективу. Это приветствие, прощание, утверждение, отрицание, призыв к молчанию, и т.д. Так, для русских знаком согласия служит покачивание головой вперед-назад, а для болгар - влево-вправо.

## Классификация невербальных средств коммуникации:

- ◎ **Движения экспрессивно-выразительные** (поза тела, мимика, жесты, походка).
- ◎ **Тактильные движения** (рукопожатие, похлопывание по спине или плечу, прикосновения, поцелуи).
- ◎ **Взгляд визуально-контактный** (направление взгляда, его длительность, частота контакта).
- ◎ **Пространственные движения** (ориентация, дистанция, размещение за столом).

# Г. Движения экспрессивно- выразительные:

## 1.1 Открытые жесты и позы тела (симпатия, открытость).



- В невербальном общении существует понятие ментального контакта, которое выражается в **непроизвольном копировании жестов друг друга или всего поведения**. Друг другу как бы посылается сигнал: «Я тебя прекрасно понимаю». И действительно, если бросить взгляд на мирно беседующую пару за столиком, увидим схожие позы, одинаковое расположение рук вплоть до зеркальности. **Если вы хотите убедить другого человека в безоговорочном разделении его мнения, просто скопируйте его положение тела.** Если понаблюдать за походкой счастливого влюбленного человека, отметим летящую походку, которая сильно бросается в глаза. Она также характерна для уверенных в себе, энергичных людей. Создается впечатление, что все проблемы им нипочем.

## 1.2 Закрытые жесты и позы (защита, подозрительность, скрытность)

- Руки, скрещенные на груди, перекрещенные ноги в положениях стоя и сидя – классический жест закрытости, недоступности. Частое моргание является признаком защиты, растерянности. Прятать руки в карманы, тереть прядь волос, потирать глаз – признак лжи.



### 1.3 Жесты размышления и оценки.

- ◎ **Сосредоточенность**

Выражается в *пощипывании переносицы с закрытыми глазами*. Когда человек, с которым вы общаетесь, решает, как поступить или что делать, в общем думает над решением определённого вопроса – в это время он может *потирать подбородок, висок*.

- ◎ **Критичность**

*Рука у подбородка, с вытягиванием указательного пальца вдоль щеки*, левая бровь опущена – знак негативной оценки к происходящему.

- ◎ **Позитивность**

Интерпретируется как небольшой наклон головы вперед и легкое касание рукой щеки. Корпус тела наклонен вперед - перед вами заинтересованный в происходящем, положительно относящийся к информации человек.



## 1.4 Жесты сомнения и антипатии к собеседнику.

### ○ **Недоверие, неуверенность.**

Прикрытый ладонью рот говорит о несогласии с мнением собеседника.

Почесывание или протирание сзади уха или шеи может свидетельствовать о том, что человек не вполне понимает смысла сказанного собеседником; рука, обхватывающая другую за локоть сзади – жест неуверенности

### ○ **Скука**

Собеседник подпирает свою голову рукой - он безразличен к происходящему. Также безразличие человека к беседе можно определить по таким признакам как опускание век (потеря интереса), почесывание уха (отгорожение от потока речи), потягивание мочки уха (не хочет высказываться).

### ○ **Раздражение**

Непроизвольное ослаблении галстука или воротника (у мужчин), тербление ручек сумочки (у женщин), лишние движения руками, машинальном черчении на бумаге.



## 2. Взгляд визуально-контактный:

- ◎ **Деловой взгляд** – направлен на лоб и в глаза собеседника; характерен при встрече с малознакомыми людьми, руководителями и начальниками.
- ◎ **Социальный взгляд** – глаза направлены на зону лица человека в области рта, носа и глаз; характерен в ситуациях непринужденного общения с друзьями и знакомыми.
- ◎ **Интимный взгляд** – проходит через линию глаз собеседника и опускается на уровень ниже подбородка, шеи.



### 3. Пространственные движения:

Дистанция в контактах между людьми определяется социальным положением общающихся, их национальными признаками, возрастом, полом, а также характером взаимоотношений партнеров. Знания о пространственной ориентации согласно конкретной ситуации, активно используются психологами, социологами, политологами. *По расположению двух людей за столом можно судить о характере их общения.*

- ◎ **Позиция углового расположения** – наиболее благоприятна для общения ученика с учителем, руководителя с подчиненными, так как у обоих есть достаточный простор для обмена взглядами, жестикулирования. Угол стола служит успокоительным барьером, защищающим от неожиданных выпадов. Взгляды их не перекрещиваются и когда затрагиваются трудные моменты обсуждения, всегда можно направить глаза на неподвижный объект и сосредоточиться на формулировке ответа.
- ◎ **Конкурирующе-оборонительная позиция** – применяется в острых обсуждениях, спорах, дискуссиях. Собеседники сидят напротив друг друга, что позволяет хорошо обозревать выражения лица, совершаемые жесты. Положение напротив друг друга помогает не упустить невербальные сигналы собеседника и вовремя на них реагировать.
- ◎ **Независимая позиция** – говорит о нежелании общаться. Собеседники сидят по разным углам стола, что отрицательно влияет на процесс коммуникации. Если попытаться изменить положение, сесть поближе, другой человек может демонстративно встать и покинуть помещение. Это самая негативная форма общения за столом и форма невербального общения в целом.
- ◎ **Позиция направленного сотрудничества** – между участниками разговора нет никаких физических барьеров, они сидят рядом. Общение носит доверительно-интимный характер.



## Личное пространство:

общественное  
(более 3,5  
метров)

социальное (от 3,5  
до 1,5 метров)

личное (от 1,5 метра  
до 40 см)

интимное  
(от 40 см и  
ближе)

## Подытожим основные установки на общение по невербальному поведению:

- ⊙ доминирование – равенство - подчинение;
- ⊙ заинтересованность – незаинтересованность;
- ⊙ официальность – доверительность;
- ⊙ закрытость - открытость.



\*

Наиболее ярко эти установки проявляются в стиле приветствия:

установка на превосходство – человек с такой установкой подает руку для приветствия ладонью вниз; установка на подчинение – ладонь вверх; установка на равенство – ладонь перпендикулярно полу.

## Рассмотрим невербальную коммуникацию в политической(ораторской) и театральной среде.

- ◎ Пластический рисунок **оратора** должен отражать чувство «хозяина положения»:
  - положение головы прямое, подбородок параллелен полу, движения головой в горизонтальной плоскости;
  - спина прямая, плечи расправлены;
  - ноги в положении стоя слегка расставлены так, чтобы между ними проходила ступня;
  - при посадке колени смотрят в стороны, раздвинуты нешироко;
  - походка прямая, свободная, слегка расслабленная.



\* *Пластический рисунок – совокупность положения и движения головы, движения тела, положения ног, походка.*

Пантомима (от древнегреческого παντόμιμος(pantomimos)) — вид сценического искусства, основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования слов.



## ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОДГОТОВЛЕНА НА ОСНОВЕ МАТЕРИАЛОВ:

- С сайтов [www.kinesics.ru](http://www.kinesics.ru) С сайтов [www.kinesics.ru](http://www.kinesics.ru), [www.mirsovetov.ru](http://www.mirsovetov.ru)
- видеоматериалы – эпизод фильма «Теория лжи», нарезка выступлений Театра пластической драмы.
- Колесников Н.П. «Культура речи» глава 2.