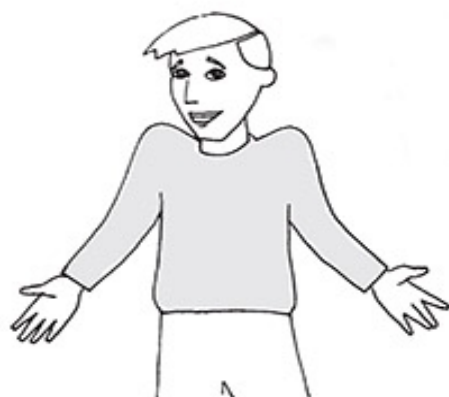




Знизування плечима демонструє покірність

Три правила безпомилкового тлумачення жестів

Те, що ви бачите і чуєте в будь-якій ситуації, не обов'язково відображає справжні стосунки між людьми. Щоб навчитись правильно тлумачити події, що відбуваються, слід дотримуватись трьох основних правил.

Правило 1. Читайте жести в сукупності

Одна з найсерйозніших помилок, яких припускаються новачки при тлумаченні мови рухів тіла, полягає в тому, що вони інтерпретують кожен жест окремо від інших жестів чи обставин. Наприклад, почісування голови може означати безліч речей — пітливість, невпевненість, лупу, воші, забудькуватість чи брехню — залежно від інших жестів, які людина робить в цю саму мить. Подібно до усного мовлення, яке складається зі слів, речень і знаків пунктуації, мова рухів тіла складається з жестів — окремих слів, кожне з яких може мати кілька різних значень. Наприклад, англійське слово «dressing» має не менше десятка значень. Це і процес одягання, і соус для їжі, і прикрашання, і накладання пов'язки на рану, і утнювання, і догляд за конями.

Лише у контексті можна правильно зрозуміти значення слова. Жести складаються в «речення», які називаються ланцюжками і незмінно викривають правду про почуття та ставлення людини. Ланцюжки мови рухів тіла, як і словесні речення, повинні містити принаймні три слова, щоб ви могли дати точне визначення кожному з цих слів. Сприйнятлива людина вміє читати «речення» мови рухів тіла і точно протиставляти їх вербальним реченням.

Почісування голови може означати невпевненість або бути ознакою лупи.

Тому для правильного тлумачення завжди звертайте увагу на ланцюжки жестів. У кожного з нас є один чи кілька постійно повторюваних жестів, за якими можна дуже просто визначити, що ми втомлені чи перебуваємо в стресовій ситуації. Типовий приклад — часті доторки до волосся чи накручування пасом на палець, але, окремо від інших жестів, це може означати, що людина почувається невпевненою чи занепокоєною. Люди погладжують себе по голові чи волоссю, тому що саме так матері заспокоювали їх у дитинстві.

Наочно продемонструвати поняття ланцюжків допоможе типова сукупність жестів, яка означає *критичну оцінку*. Люди використовують її, коли вони не в захваті від того, що їм говорять.



Ви марно витрачаєте час із цим чоловіком



Принцеса Діана у віці восьми років — як і більшість маленьких дівчаток, вона вже розуміє силу нахиленої голови та погляду спідлоба

Принцеса Діана досконало опанувала мистецтво погляду спідлоба. Вона опускала підборіддя донизу, дивлячись вгору і відкриваючи свою вразливу шию. Цей дитячий ланцюжок жестів запуслав материнські та батьківські почуття до неї у мільйонів людей, особливо коли Діана зазнавала нападок з боку королівської сім'ї. Люди, що використовують ці ланцюжки жестів підкорення, як правило, не завчають їх заздалегідь, але їм добре відомо, що це завжди має бажаний результат.



Принцеса Діана завжди дивилася спідлоба. Не дивно, що весь світ став на її бік під час розторгнення невдалого шлюбу

Як запалити вогонь в чоловіках

Опущені повіки, підняті брови, погляд спідлоба та злегка відкритий рот — до цих ланцюжків жестів жінки вдавалися протягом сторіч, щоб продемонструвати свою сексуальну покору. Це один із фірмових знаків таких сексуальних сирен, як Мерилін Монро, Дебора Харрі та Шерон Стоун.

Цей жест не тільки гранично збільшує відстань між бровами та повіками, але й надає людині загадкового, таємничого вигляду. За даними останніх досліджень, цей вираз з'являється на обличчі багатьох жінок за кілька митей до оргазму.



Мерилін Монро використовувала вираз обличчя і сигнали мови рухів тіла, які передують оргазму. Вона добре розуміла (нехай навіть підсвідомо), що такий її вигляд ошелешить будь-якого чоловіка

Напрямо погляду — куди це ви дивитесь?

Досягти реального взаєморозуміння зі співрозмовником можна, лише дивлячись йому прямо у вічі. Під час розмови з деякими людьми ми почуваємось цілком комфортно,

Хто на кого наїжджає?

Відстань між стегнами двох людей під час обіймів видає характер їх взаємовідносин. Коханці притискаються тілами, вторгаючись в інтимну зону один одного. Такі обійми не схожі на те, як обіймаються колеги на новорічній вечірці, як обіймає подруг дружини вірний чоловік або улюблених племінниць тітонька Саллі. Під час подібних обіймів відстань між стегнами становить не менше 15 см.

Єдиним винятком із цього правила може бути випадок, коли відстань визначається соціальним статусом людини. Наприклад, керівник компанії може бути давнім другом одного зі своїх підлеглих. І коли вони разом вирушають рибалити, то можуть вторгтися в особисті або навіть інтимні зони один одного. Однак в офісі керівник буде тримати свого приятеля-рибалку на соціальній відстані, як і належить в робочій обстановці.

Чому ми не любимо їздити в ліфті

Натовпи на концертах, в кінотеатрах, в потягах чи автобусах призводять до неминучого вторгнення в інтимну зону інших людей. В таких ситуаціях буває цікаво спостерігати за їхньою реакцією. Існує список неписаних правил, яких суворо дотримується більшість людей при зустрічі з натовпом у переповненому ліфті, в черзі у магазині чи в громадському транспорті.

Наведемо типові правила поведінки в ліфті.

1. Ні з ким не розмовляйте, навіть зі знайомими вам людьми.
2. Уникайте зорового контакту з іншими.
3. Зберігайте незворушний вираз обличчя — жодна емоція не повинна відобразитися на вашому обличчі.
4. Якщо ви тримаєте книгу чи газету, зробіть вигляд, що заглибились у читання.
5. У великому натовпі не схвалюються рухи тілом.

6. Не відриваючи погляду, стежте за тим, як змінюються номери поверхів на табло.

Така поведінка, що називається «маскуванням», поширена по всьому світі. Це спроба людини приховати свої емоції від інших, натягнувши нейтральну маску.

Часто людей, які їздять на роботу громадським транспортом в години пік, описують такими словами, як «жалюгідні», «нешасні» і «похмурі». Ці кліше дуже точно змальовують незворушний, байдужий вираз обличчя цих пасажирів, але, скоріше за все, таке судження спостерігача буде помилковим. Фактично, усе, що він бачить, — це група людей, що маскуються, дотримуючись правил поведінки при неминучому втручанні в інтимну зону кожного з пасажирів.

.....

Не варто думати, що люди, які їздять на метро, нещасливі; вони просто маскують свої емоції.

.....

Зверніть увагу на власну поведінку, коли ви опинитесь в переповненому кінотеатрі. Знайшовши своє місце у переповненій залі, ви, як запрограмований робот, відразу ж почнете виконувати неписані правила маскування у громадських місцях. Поборовшись за територіальні права на підлокітник з незнайомцем у сусідньому кріслі, ви почнете усвідомлювати, чому люди, які часто ходять в кіно поодиночку, вважають за краще займати своє місце, коли світло вже згасло і почався фільм. У переповненому ліфті, в кіно чи в автобусі нас оточують безликі фігури. Вони для нас не існують, тому ми не розцінюємо їх мимовільне вторгнення в наш особистий простір як напад.

Чому натовп завжди агресивний

Агресивний натовп чи група протестувальників, що відстоюють спільну мету, при вторгненні на їхню територію ніколи не поведуться так само, як окрема людина за подібних обставин. Фактично, відбувається щось зовсім інше.

11. Спрямованість коліна

Одна нога підсунута під іншу, а коліно вказує в напрямку людини, яку жінка вважає найбільш цікавою. Ця поза свідчить про те, що жінка почувається розслабленою, готова до невимушеної бесіди, до того ж це гарна нагода мимохідь продемонструвати свої стегна.



Жінка вказує коліном на вподобаного чоловіка

12. Ігри з туфелькою

Гойдання туфельки на кінчику пальців також свідчить про розслабленість та має сексуальний підтекст, оскільки носок то з'являється, то ховається з виду. Це дійство позбавляє спокою багатьох чоловіків, хоча вони навіть і гадки не мають, чому це відбувається.



Туфелька натякає

13. Ноги, схрещені паралельно

Більшість чоловіків сходяться на думці, що схрещені паралельно ноги — це найбільш приваблива поза, яку може прийняти жінка сидячи. Жінки свідомо використовують цю позу, щоб привернути увагу до своїх ніг. Альберт Шефлен стверджує, що одна нога, міцно притиснута до іншої, створює враження високого м'язового тону, при цьому здається, що жінка готова до сексуальних дій.

Іншими сигналами, які жінки посилають за допомогою ніг, є повільне схрещення і випрямлення ніг перед чоловіком, а також легке гладження стегна рукою, яке видає бажання жінки відчувати доторк цього чоловіка.



Схрещені паралельно ноги — найулюбленіша для чоловіків поза жінок

На що чоловіки звертають увагу в першу чергу

У книзі «Чому чоловіки брешуть, а жінки плачуть» ми розповіли про те, на які частини тіла звертають увагу в першу чергу чоловіки та жінки. Результати були очевидними: чоловіків приваблюють жінки, які демонструють хороші репродуктивні дані та сексуальну доступність. Що ж стосується статури, то і жінки, і чоловіки надають перевагу