

Как читать мысли без слов. Язык жестов.

Авторы-составители:
А. А. Тишуров,
практический психолог,
Н.В. Олейник



В настоящее время все большее количество людей хочет обучиться такому интересному и интригующему мастерству, как чтение жестов человека, его мимики. Это вполне понятно и объяснимо, ведь зачастую собеседник скрывает что-то, пытается на подсознательном уровне повлиять на нас. Естественно, возникает желание развить в себе умение читать скрытые составляющие любого разговора. Ничто так не способно выдать намерения человека, как его телодвижения. Ведь каждая наша мысль сопровождается определенным набором сокращений мышц. Зная эту особенность, многие пытаются имитировать свою мимику и жесты. Однако, человек, знающий язык телодвижений сразу распознает истинные помыслы своего собеседника. Если и вы жаждете обладать такими знаниями, давайте подробно разберем, что означают мимика и жесты человека.

В первую очередь, стоит отметить те телодвижения, которые помогают понять об открытости, расположении человека по отношению к собеседнику. К таким жестам относятся широко раскрытые руки, пожимание плечами. Очень часто, если на человеке надета верхняя одежда или деловой пиджак, он начинает расстегивать некоторые пуговицы или вовсе снимать его. Если собеседник всячески пытается сократить расстояние между вами - подходит ближе или же передвигает свой стул в вашу сторону, то это также указывает на его расположение.

Напротив, обороняющийся человек будет скрещивать руки на своей груди или животе, сжимать их так сильно, чтобы образовывались кулаки. Таким образом, собеседник показывает свое нежелание общаться или же защищается от вашего воздействия, например, излишних вопросов.

Если человек подпирает свой подбородок или щеку рукой, это не значит, что он устал вас слушать или разговор ему крайне скучен. Такие жесты, прежде всего, указывают на мечтательность собеседника, его задумчивое состояние в данный момент.

Если голова человека при разговоре наклоняется немного вправо или влево, то это свидетельствует о его заинтересованности, как вами, так и разговором.

Сложные жизненные ситуации, тщательное обдумывание своих поступков, все это порождает такой жест, как расхаживание. Если при этом собеседник еще и закрывает глаза, потирает переносицу, то он очень сильно сосредоточен на решении какой-либо проблемы.

Узнать скучающего человека можно по постукиванию им ручкой по столу. Если собеседник нервно стучит ногой по поверхности пола, то это также указывает на его незаинтересованность в разговоре.

Очень очаровательно выглядит тот мужчина или та женщина, которые прихорашиваются. Чаще всего эти жесты входят в активное использование, когда рядом с ними появляется симпатичный человек противоположного пола. Так, женщины поправляют свою прическу, вертятся около зеркала, приглаживают свою одежду.

Что касается мужчин, то в случае прихорашивания они поправляют свою одежду и галстук, выпрямляются в теле.

Если собеседник нервничает, то это особо будет вам видно и понятно по тому, что он часто покашливает, ставит свои руки на стол (на локти опираются обе руки, образуя под подбородком своеобразную пирамиду). Возможно, человек и вовсе не хочет разговаривать с вами, но, по каким-либо причинам, не может этого сделать - например, стесняется. В таком случае обратите внимание на жест подергивания себя за ухо. Ведь этот жест неуверенные и раздраженные люди используют чаще всего.

Эти жесты являются классическими и распространенными в повседневной жизни. Зная их, можно более продуктивно проводить любое общение и лучше понимать окружающих людей.