

НЕВЕРБАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ. МИМИКА И ПАНТОМИМИКА

Материалы к практическому
занятию

Цели занятия

После изучения данной темы студенты
будут знать:

- Характерные особенности жестов и мимики при общении

Студенты будут уметь:

- Выявлять характерные жесты, передающие невербальные сигналы

ПЛАН ЗАНЯТИЯ

- Определение мимики и пантомимики
- Классификация жестов
- Классификация улыбок
- Классификация рукопожатий
- Психологический практикум

- **Мимика** (греч. *mimhōs* подражатель) – выразительные движения мышц лица, которые отражают проявления эмоций, физическое и душевное состояние индивидуума, а также могут иметь разнообразное условное значение.

- Мимика является важнейшим, хотя во многих случаях и вспомогательным способом общения. Она помогает без слов передавать эмоциональную и фактическую информацию.

- Когда мимика сопровождает человеческую речь, она делает ее более выразительной. При этом мимические движения могут совершаться как произвольно, так и вполне сознательно.

- **Пантомимикой** называют моторику всего тела как средство общения, всю совокупность выразительных движений тела и конечностей;
- сюда относят все жесты, походку, осанку, положение тела в пространстве;
- в понятие пантомимики включают также и мимические движения.

1. Жесты-иллюстраторы

Это - жесты сообщения:

- указатели («указывающий перст»);
- пиктографы, т. е. образные картины изображения («вот такого размера и конфигурации»);
- кинетографы - движения телом;
- жесты-«биты» (жесты-«отмашки»);
- идеографы, т. е. своеобразные движения руками, соединяющие воображаемые предметы.

2. Жесты-регуляторы

- Это - жесты, выражающие отношение говорящего к чему-либо. К ним относят улыбку, кивок, направление взгляда, целенаправленные движения руками.

3. Жесты-эмблемы

- Это своеобразные заменители слов или фраз в общении.
- Например, сжатые руки на манер рукопожатия на уровне руки означают во многих случаях - «здравствуйте», а поднятые над головой - «до свидания».

4. Жесты-адапторы

Это специфические привычки человека, связанные с движениями рук. Например:

- а) почесывания, подергивания отдельных частей тела;
- б) касания, пошлепывания партнера;
- в) поглаживание, перебирание отдельных предметов, находящихся под рукой (карандаш, пуговица и т. п.).

5. Жесты-аффекторы

- Жесты, выражающие через движения тела и мышцы лица определенные эмоции.
- Микрожесты: движения глаз, покраснение щек, увеличенное количество миганий в минуту, подергивания губ и пр.

При общении часто возникают следующие виды жестов:

- жесты оценки — почесывание подбородка; вытягивание указательного пальца вдоль щеки; вставание и прохаживание и др. (человек оценивает информацию);
- жесты уверенности — соединение пальцев в купол пирамиды; раскачивание на стуле;
- жесты нервозности и неуверенности — переплетенные пальцы рук; пощипывание ладони; постукивание по столу пальцами; стремление потрогать спинку стула перед тем, как на него сесть и др.;

- жесты ожидания — потирание ладоней; медленное вытирание влажных ладоней о ткань;
- жесты отрицания — сложенные руки на груди; отклоненный назад корпус; скрещенные руки; касание кончика носа и др.;
- жесты расположения — прикладывание руки к груди; прерывистое прикосновение к собеседнику и др.;

- жесты доминирования — жесты, связанные с выставлением больших пальцев напоказ, резкие взмахи сверху вниз и др.;
- жесты неискренности — «прикрытие рукой рта»; «прикосновение к носу» как более утонченная форма прикрывания рта, говорящая либо о лжи, либо о сомнении в чем-то; поворот корпуса в сторону от собеседника, «бегающий взгляд» и др.
- жесты самоконтроля — руки заведены за спину, одна при этом сжимает другую; поза человека, сидящего на стуле и вцепившегося руками в подлокотник и др. (Л.Д. Столяренко, 2000).

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК (Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **1. Верхняя улыбка.** При этой улыбке губы обычно раздвинуты таким образом, что видны только верхние зубы.
- Эту теплую «общественную» улыбку можно чаще всего наблюдать, когда люди здороваются с друзьями или разговаривают с ними.
- Эта улыбка возникает совершенно непроизвольно, когда люди смотрят друг другу в глаза, она усиливает узы любви между матерью и ребенком или между другими эмоционально близкими людьми.

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК (Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **2. Застенчивая улыбка.** Эта улыбка в большой степени похожа на предыдущую, разница лишь в том, что нижняя губа прижата верхним рядом зубов, а голова слегка опущена.
- Такой улыбкой улыбается застенчивый ребенок, случайно встретившись взглядом с незнакомым взрослым человеком, в то время как взрослые более склонны к ней, когда смущены, но сохраняют чувство юмора.

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК (Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **3. Фальшивая улыбка.** Она очень похожа на верхнюю улыбку, но ее можно отличить по тому, что она не образует на лице тех складок под глазами, которые появляются при естественной улыбке. Вы не можете изобразить их по собственному желанию, подтянув кожу к уголкам глаз.
- Люди улыбаются подобным образом, томясь от скуки на вечеринках или позируя фотографу.
- Эта улыбка легко может превратиться в презрительную усмешку, если резко подтянуть верхнюю губу.

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК (Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **4. Широкая улыбка.** При такой улыбке обнажены оба ряда зубов — и верхние, и нижние.
- Именно такая улыбка часто бывает у человека, который увидел, как кто-то неловко шлепнулся, или когда этого человека щекочут, или же если он услышал очень смешную шутку.
- Так как эта улыбка имеет несколько агрессивный оттенок, ее нередко стараются подавить и превратить в верхнюю улыбку, если случается встретиться глазами с другим человеком.

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК
(Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **5. Натяннутая улыбка.** Раздвигаются края губ, показывая скатые зубы. В такой улыбке смешаны агрессивность и страх или же настойчивость и удовлетворение, например, когда алкоголик борется с желанием выпить.
- **6. Шутливая улыбка.** Губы широко растяннуты, уголки рта приподняты, но зубы остаются спрятанными. Так улыбаются дети, получающие удовольствие от интересной игры, а взрослые когда, например, увлеченные выступлением актера комика, ждут очередной шутки.

19

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК
(Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **7. Простая улыбка.** Уголки губ натяннуты и приподняты, губы растяннуты, но не напряжены и остаются нераскрытыми.
- Эта улыбка обычно появляется на лице у человека, когда он улыбается сам себе, думая о каком-нибудь счастливым случае или забавном эпизоде.

20

ДЕВЯТЬ ТИПОВ РАЗНЫХ УЛЫБОК
(Г. Вилсон, К. Маклафлин, 2001)

- **8. Кривая улыбка.** Похожа на простую улыбку, но уголки рта в этом случае криво опущены вниз с почти угрожающим видом. Такая улыбка характерна для замешательства или выражения неодобрения без агрессии.
- **9. Вымученная улыбка.** Губы слегка скаты, уголки рта натяннуты и приподняты. Такой улыбкой пользуются как вежливым предупреждением, например, чтобы дать понять собеседнику, что считаете его шутку дурным тоном.

21

РУКОПОЖАТИЕ

- Обмен рукопожатием – очень древний ритуал: он призван показать дружелюбие (в протянутой руке нет оружия).
- Есть и такие варианты этого жеста, как помахивание рукой в воздухе, приложение ладони к груди и многие другие.
- Рукопожатие много может рассказать о человеческих взаимоотношениях; например, имеет значение его интенсивность и продолжительность.

22

- Рукопожатия делятся на 3 вида: *доминирующее* (рука сверху, ладонь развернута вниз), *покорное* (рука снизу, ладонь развернута вверх) и *равноправное*.
- Доминирующее рукопожатие – наиболее агрессивная его форма. При доминирующем (властном) рукопожатии человек сообщает другому, что он хочет главенствовать в процессе общения.
- Покорное рукопожатие бывает необходимо в ситуациях, когда человек хочет отдать инициативу другому, позволить ему чувствовать себя хозяином положения.

23

- Есть и такой тип рукопожатия, который называют «перчаткой»: человек двумя руками обхватывает руку другого.
- Инициатор этого жеста подчеркивает, что он честен, и ему можно доверять.
- Часто этот жест используется политическими деятелями. В обычном общении жест «перчатки» следует применять к хорошо знакомым людям, так как при первом знакомстве он может произвести обратный эффект.

24

- Крепкое рукопожатие вплоть до хруста пальцев отличительной чертой агрессивного, жесткого человека.
- Признаком агрессивного человека является также пожатие несогнутой, прямой рукой. Его главное назначение – сохранить дистанцию и не допустить человека в свою интимную зону.
- Эту же цель преследует и пожатие кончиков пальцев, но такое рукопожатие свидетельствует о том, что человек не уверен в себе.

25

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ. 1.

- Вам будут представлены фотографии политиков, актеров, простых людей.
- Задание: выявить характерные жесты, передающие те или иные невербальные сигналы.

26

1



27

2



28

3



29

4



30

5



31

6



32

7



33

8



34

9

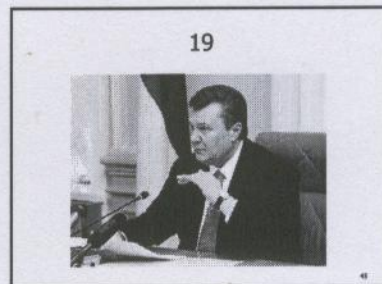
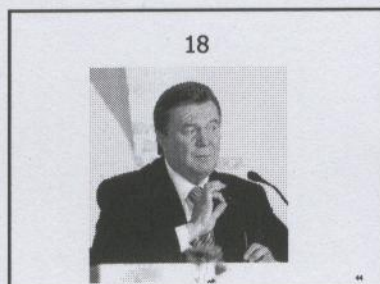
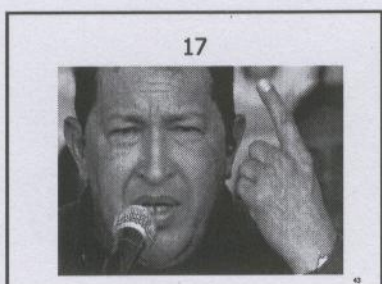
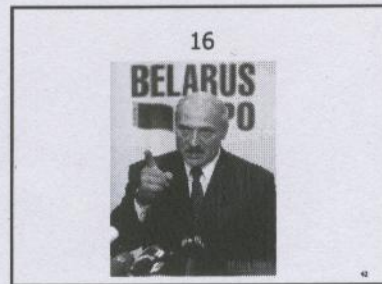
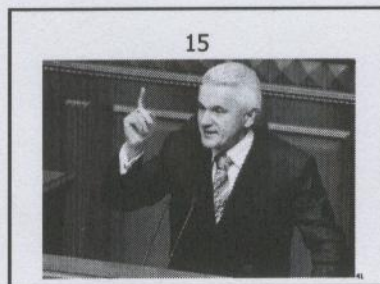
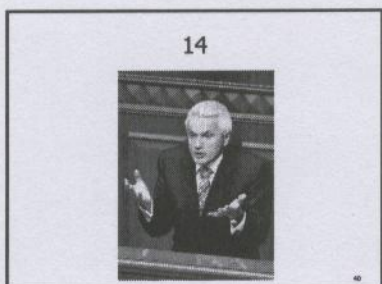
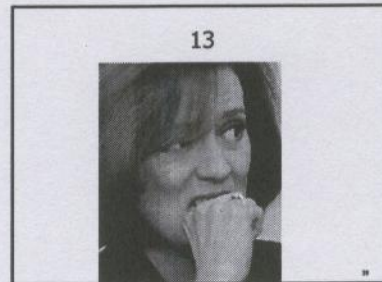
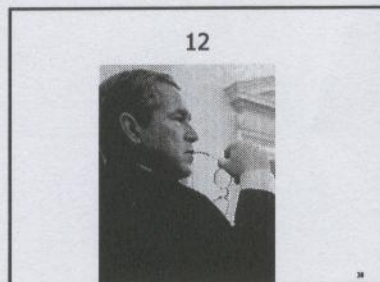
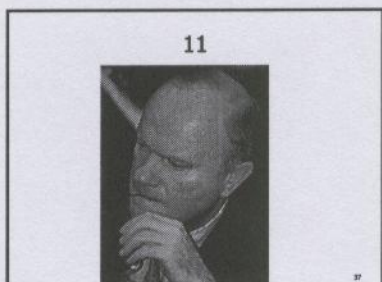


35

10



36



20



21



22



23



24



25



26



27



28



29



30



31



32



33



34



35

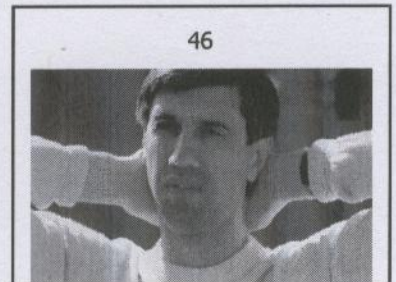
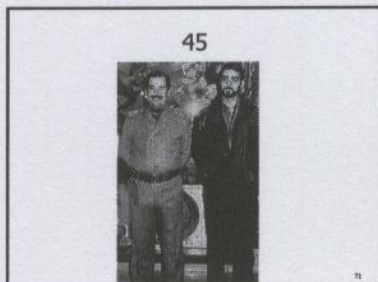
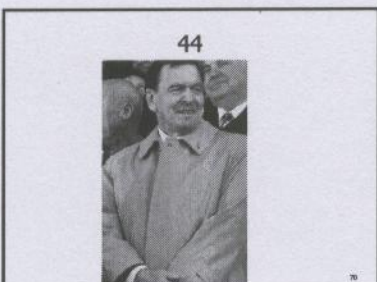
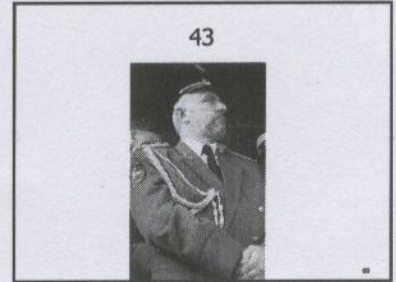
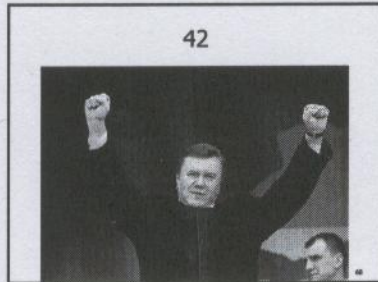
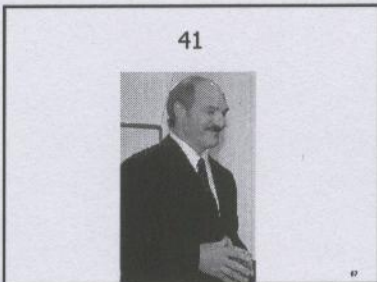
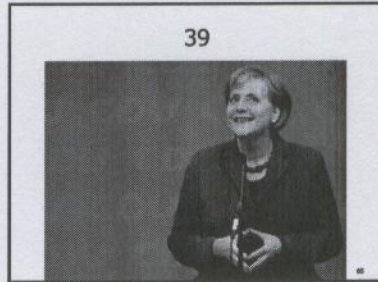


36

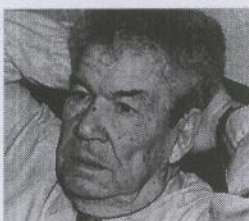


37





47



79

48



79

49



79

50



79

51



77

52



78

53



79

54



80

55



81

56



82

57



83

58



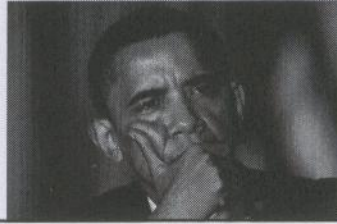
84

59



85

60



86

61



87

62



88

63



89

64



90