**1 группа\_ Кружок «Республика Добрых Дел»**

**Тема: Невербальное общение**

Кроме слов, человек пользуется и языком тела – жестами, мимикой. По тому, как человек двигается, дышит во время разговора вы сможете понять, нравится ему общение или нет. Ведь *слова*раскрывают только 7 % смысла, *звуки*и интонации — 38 %, а *жесты, мимика, позы* — 55 %.

Вот несколько интересных фактов, которыми я хочу с вами поделиться.

Широко распространённые жесты, которые помогают нам легко, без слов понимать друг друга могут сослужить плохую службу, если вы попробуете общаться ими с иностранцами. Ведь жесты, рожденные в одних культурах, могут быть не понятны представителям других.

* Жест «OK» – соединенные в кольцо большой и указательный пальцы – пришел из американской культуры, где он означает: «Все в порядке!». Но у германцев, например, этот жест значит «ноль», у японцев – «деньги», а у других же вообще считается оскорбительным.
* Привычное нам выражение одобрения – поднятый вверх большой палец – тоже не везде имеет такое значение. В Германии – это обозначение «один».

Потому, давайте попробуем изучить язык нашего тела.

Итак, язык телодвижений и жестов, выражение глаз и мимики, эмоции – это древнейшие средство коммуникации. Постижение этой науки не только позволит вам чувствовать и понимать своих собеседников, но и самим стать мудрее.

**Демонстрация ладоней** свиде­тельствует об открытости и искренно­сти. При знакомстве руки не следует держать за спиной. Огромный смысл имеет рукопожатие. Если при этом ваша рука "смотрит" вниз, то конт­роль над ситуацией берете вы. Если же ваша ладонь "смотрит" вверх, вы готовы подчиняться. Влажная вялая рука говорит о волнении. Сцепленные, сжатые руки выражают неуверен­ность, негативное отношение. Ни о чем хорошем не свидетельствуют и пальцы рук, сплетенные в замок.

Когда слушатель начинает использовать свою руку в качестве поддер­жки для головы - вы должны знать, что ему скучно. Если человек при этом постукивает пальцами по столу, он еще и нервничает.

Стандартный жест перекрещивания рук может го­ворить о желании спрятаться, инстин­ктивной попытке закрыться.

Это мо­жет свидетельствовать о скрытом комплексе самообороны, а также внутреннем несогласии с собеседни­ком.

Перекрещивание ног (в том числе, жест «нога на ногу») тоже имеет смысл. Если человек сидит, откинув­шись, при этом руки и ноги у него скре­щены, это знак его закрытости и не настроенности на общую вол­ну с вами.

Есть невербальные символы того, что собеседник невнимателен и желает **завершить встречу**. При этом он сидит на краю стула, чуть наклонив­шись, а иногда держит руки на коле­нях.

Собеседникам принято смотреть в глаза друг другу. Бегающий, неуправ­ляемый или испуганно-настороженный взгляд всегда вызывает недо­умение и некоторое недоверие, по­тому

что обладатель такого взгляда представляется ненадежным,

не­рвозным, неуверенным в себе. Поэто­му психологи советуют: чаще «врасп­лох» сморите на себя в зеркало, фик­сируйте свой взгляд.

В невербальном общении есть ряд правил, которые следует со­блюдать.

Не стоит во время разговора или слушания:

* Сидеть, откинувшись назад, скрестив при этом руки и ноги;
* Потирать руки, теребить платок, очки или ручку;
* Смотреть в пол или «в никуда»;
* Качать ногой, постукивать пальцами по столу;
* Ерзать, трогать волосы, лицо, строить гримасы.

Ваш собеседник, ве­роятно, **лжет**, если:

•  прикрывает лицо руками или делает движения руками по направле­нию к лицу:

•  прикрывает рот рукой;

•  скрещивает руки на груди;

•  боится смотреть в глаза;

•  нервно щелкает пальцами, посту­кивает ногой об пол.

Поделиться

**Раскрываем секреты невербального общения**

<https://www.youtube.com/watch?v=zp-xmqzLj-M>