

Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ



Ιωάννης Βρεττός

Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

- Γνώρισμα της **προσωπικότητας** ή **ασκήσιμη συμπεριφορά;**

ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΑ ΚΑΝΑΛΙΑ



- Κινήσεις μέσα στον χώρο
- Κινήσεις των χεριών και του σώματος
- Οι κινήσεις και η στάση του σώματος
- Έκφραση και μορφασμοί του προσώπου
- Οπτική επαφή και επικοινωνία
- Φωνή
- Σιωπή- διαστήματα παύσεων
- Εξωτερική εμφάνιση

Μη λεκτική συμπεριφορά: σκοπιμότητα της άσκησης- δυνατότητα ή ουτοπία;

- A. Μαθαίνεται στο πλαίσιο της επικοινωνίας των ανθρώπων (είναι κοινωνικά και πολιτισμικά προσδιορισμένη),
- B. Γνώση των μυστικών της αποτελεί κίνδυνο για τον άλλο,
- Γ. Μη λεκτική συμπεριφορά και αποτελεσματικότητά της
- ✓ Ενθουσιασμός και εκφραστικότητα: πρόκληση της προσοχής και του ενδιαφέροντος του άλλου.
- ✓ Μη λεκτική συμπεριφορά και περιεχόμενο του λόγου.



EGYPT
Be patient



ITALY
What exactly do you mean?



GREECE
That's just perfect

Never underestimate the importance of local knowledge

Οι κινήσεις των χεριών και του σώματος



(1)

- Κινήσεις που συνοδεύουν τον λόγο και περιγράφουν, οργανώνουν και υποστηρίζουν το περιεχόμενό του.
 - Κινήσεις που εκφράζουν συναισθήματα.
-
- Από τις κινήσεις των άλλων μπορεί κανείς να διακρίνει αν κατανόησαν ή πώς αντιμετωπίζουν ένα πρόβλημα.
 - Οι κινήσεις των χεριών περιγράφουν όχι μόνον αντικείμενα αλλά και αφηρημένες έννοιες.
 - Οι κινήσεις των χεριών δημιουργούν κλίμα συνεργασίας και έχουν θετική επίδραση στον διάλογο.

Οι κινήσεις των χεριών και του σώματος (2)

- Με τις κινήσεις των χεριών του μπορεί κανείς να κάνει περισσότερο κατανοητό αυτό που θέλει να μεταφέρει.
- Οι κινήσεις ενθαρρύνουν τους άλλους ώστε να ασχοληθούν με αυτό που θέλουμε να μεταφέρουμε.
- Οι κινήσεις των χεριών και του κεφαλιού δηλώνουν αν «δίνεται» κάποιος σε αυτό που λέει.
- Δεν οδηγούν όλες οι κινήσεις των χεριών σε θετικά αποτελέσματα(σταυρωμένα χέρια κλπ).
- Τα υποκείμενα με μεγαλύτερες λεκτικές ικανότητες κάνουν περισσότερες κινήσεις.
- Οι κινήσεις των χεριών εξαρτώνται από την προσωπικότητα, αλλά επηρεάζονται έντονα και από το πολιτισμικό περιβάλλον.

Απόσταση και επικοινωνία



(1)

- Η θέση που θα πάρουν τα υποκείμενα σε μια συζήτηση επηρεάζει όχι μόνον τον ρόλο που αυτά θα παίξουν αλλά και τη σχέση μεταξύ τους.

Η συναισθηματική σχέση δεν μετριέται με τα μέτρα.

Απόσταση και επικοινωνία (2)

- Ζώνη ασφαλείας: πάνω από δύο μέτρα
- Προσωπική ζώνη: 0,50-1.50μ.
- Οικεία ζώνη:0.50μ.
- Παραβίαση της οικείας ζώνης.
- Πλησιάζω αγχώδες άτομο.
- Το άγγιγμα σε συνδυασμό με το χαμόγελο έχει θετική επίδραση.
- Αρχιτεκτονική του χώρου.

Οι κινήσεις και η στάση του σώματος



(1)

- Οι κινήσεις και η στάση του σώματος αποτελούν με τον χρόνο αυθεντικότερη πηγή πληροφοριών από ό, τι η έκφραση του προσώπου.
- Η κλίση του σώματος προς το μέρος του συνομιλητή μαζί με την οπτική επαφή εκφράζουν συμπάθεια, οικειότητα και προσωπικό ενδιαφέρον.
- Τα ανοιχτά χέρια προδιαθέτουν ευνοϊκά τον συνομιλητή, ώστε να σκεφθεί προσεκτικότερα τις απόψεις του ομιλητή και να τις αποδεχθεί.
- Βηματισμός στον χώρο.

Οι κινήσεις και η στάση του σώματος (2)

- Κινήσεις-στάσεις του σώματος που δηλώνουν ανασφάλεια, άγχος αμηχανία, θυμό, σκεπτικισμό.
- Οι κινήσεις και η στάση του κεφαλιού έχουν συγκεκριμένο νόημα.
- Οι κινήσεις των ποδιών προδίδουν τον εσωτερικό κόσμο του υποκειμένου (αυτοπεποίθηση, νευρικότητα, ανασφάλεια).
- Το υποκείμενο στέκεται: κτύπημα, σταύρωμα των ποδιών- το υποκείμενο κάθεται: σταύρωμα των ποδιών κλπ.
- Το υποκείμενο δεν παίρνει μέτρα, ώστε να υπάρχει ελεύθερη δίοδος οπτικής επαφής και γενικότερα επικοινωνίας.

ΦΩΝΗ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗ



(1)

- ✓ Δεν μιλάμε με τα όργανα της φωνής αλλά με όλο μας το **σώμα**. Η ποιότητα της φωνής προδίδει ωστόσο την προσωπικότητα και τα **συναισθήματα** του υποκειμένου.
- ✓ Συμπεριφορά ομιλητή- ακροατή στο πλαίσιο της επικοινωνίας
- ✓ Η φωνή ως αναγνωριστικό γνώρισμα του υποκειμένου.
- ✓ Κάθε λέξη προκαλεί **θετικά** ή **αρνητικά** συναισθήματα.

(2)

ρυθμός της φωνής: αργός (νωχέλεια) - γρήγορος (άγχος, ανασφάλεια). Όχι σταθερός ρυθμός.

- ✓ Γρήγορος ρυθμός στην αρχή: εξάντληση στη συνέχεια
- ✓ Αργός ρυθμός στην αρχή: δεν επαρκεί ο χρόνος.
- ✓ Ο ρυθμός πρέπει να κατευθύνεται προς την επίτευξη στόχων

ένταση της φωνής: χαμηλή (ανασφάλεια, επιφυλακτικότητα), δυνατή(ψυχική ένταση)

- ✓ Μιλάει χαμηλόφωνα: δεν κατέχει το αντικείμενο;
- ✓ Η ποικιλία στην ένταση της φωνής οδηγεί στην κατανόηση του περιεχομένου.
- ✓ Αν ο άλλος μιλάει χαμηλόφωνα, εμείς πρέπει να μιλήσουμε με σχετικά δυνατή φωνή.

(3)

ύψος της φωνής:

βαθιά φωνή: θετικά συναισθήματα

ψηλή φωνή: θυμός ή γέλιο

Η ελαφρά χρωματισμένη φωνή δημιουργεί κλίμα οικειότητας.

- * *Σύντομες προτάσεις: αποφεύγονται τα συντακτικά λάθη-μιλάει πιο αργά και καθαρά.*
- * *Έχει αποδειχθεί ότι το 25% των λέξεων ή φράσεων αποβλέπει στην προβολή της υπεροχής μας.*

Σιωπή...
και διαστήματα παύσεων



(1)

- ❖ Σιωπή δεν σημαίνει έλλειψη επικοινωνίας.
- ❖ Η προγραμματιστή σιωπή δημιουργεί ψυχική ένταση. «Παγερή» σιωπή- «ύποπτη» ησυχία.
- ❖ Οι αρχάριοι εκπαιδευτικοί(-τές) αποφεύγουν συνήθως τα διαστήματα σιωπής:
- ❖ Ανεπιτυχής συνταγή: διακοπή της ομιλίας, για να διαπιστωθεί αν προσέχουν οι εκπαιδευόμενοι-ψευδείς πληροφορίες.
- ❖ Δοκιμασμένη υπόδειξη: προσεγμένες παύσεις, αλλαγή θέσης, κτύπημα των χεριών, παραστατικές κινήσεις, έντονη οπτική επαφή.

(2)

Προσπαθεί να καλύψει τα διαστήματα σιωπής με άγονες επαναλήψεις.

Το πρόβλημα της σιωπής περιμένει τον εκπαιδευτικό (-τή) μετά τη διατύπωση μιας ερώτησης:

- από τον ίδιο,
- από τον εκπαιδευόμενο.

Αίτια της συμπεριφοράς του: **ανασφάλεια,**
προκατάληψη ότι οι εκπαιδευόμενοι δεν μπορούν να απαντήσουν ή ότι είναι υποχρεωμένος να απαντά αυτός στις ερωτήσεις των εκπαιδευομένων.

Ορισμένες παύσεις κατά τη ροή του λόγου-οι οποίες καλύπτονται από επιφωνήματα, ήχους-«λέξεις» προκαλούν αρνητικά συναισθήματα.

Έκφραση και μορφασμοί του προσώπου



(1)

- Το **πρόσωπο** αποτελεί τον «καθρέπτη» του εσωτερικού κόσμου, μέσα από τον οποίο προβάλλονται συναισθήματα, στάσεις ή διαθέσεις. Συνοδεύουν τον λόγο υπογραμμίζοντας σημεία του ή αντικαθιστώντας λέξεις και φράσεις
- Ο **λόγος** υστερεί σε σύγκριση με την έκφραση του προσώπου, γιατί οι μύες του προσώπου μπορούν να εξωτερικεύσουν χίλιες ‘κρυφές’ εκφράσεις.
- Το πρόσωπο -όπως και η **φωνή**- δεν ελέγχεται εύκολα. Ο άνθρωπος ήδη από την παιδική του ηλικία μαθαίνει να ελέγχει την έκφραση του προσώπου και γενικότερα τα συναισθήματά του.

Έκφραση και μορφασμοί του προσώπου (2)

- Όχι σκυθρωπό πρόσωπο και αλαζονική έκφραση.
- Οι **μορφασμοί** και η έκφραση του προσώπου συντελούν στην αποτελεσματικότερη μεταφορά του μηνύματος.
- Αβίαστο - προσποιητό **χαμόγελο**. Το χαμόγελο δραστηριοποιεί τη σκέψη και έχει θετική επίδραση στην επικοινωνία και στη μάθηση.
- Το χαμόγελο δεν είναι πάντοτε απλή έκφραση χαράς και ευχαρίστησης αλλά εξωτερίκευση ενός θετικού συναισθήματος, το οποίο δημιουργεί οικείο περιβάλλον και προωθεί την επαφή και τη συνεργασία.
- Ορισμένες φορές το χαμόγελο προσπαθεί να περιορίσει τις αντιδράσεις που θα προκαλούσε μια «αρνητική» πληροφορία.

Οπτική επαφή και επικοινωνία



(1)

- Αν το πρόσωπο αποτελεί τον καθρέπτη του εσωτερικού κόσμου του ανθρώπου, τα μάτια αποτελούν το κανάλι της εσωτερικής επικοινωνίας («τα μάτια μιλάνε»).
- Παρατήρηση διαλεγομένων μεταξύ τους υποκειμένων.
- Η απουσία της **οπτικής επαφής** δεν σημαίνει οπωσδήποτε άρνηση επικοινωνίας.
- Εσωστρεφή-εξωστρεφή υποκείμενα.
Κατά το δυνατόν, όταν επικοινωνούμε με τον άλλο, δεν πρέπει να χάνουμε την οπτική επαφή.
- Το θετικό συναισθηματικό κλίμα καλλιεργείται με την οπτική επαφή, και το αντίστροφο.

Οπτική επαφή και επικοινωνία (2)

- Παραπλάνηση του συνομιλητή με έντονη οπτική επαφή- «μακιαβελική συμπεριφορά».
- Το έντονο βλέμμα δεν έχει πάντοτε θετικά αποτελέσματα. Η υπερβολική οπτική επαφή μπορεί να σημαίνει επιθετικότητα ή άγχος. Η αποφυγή της οπτικής επαφής μπορεί να ερμηνευθεί ως υποχωρητικότητα.
- Μερικές φορές τα λόγια δεν συμφωνούν με την έκφραση του προσώπου. Κατά τη διάρκεια της καθημερινής επαφής μας μαθαίνουμε να διακρίνουμε τα σήματα που εκπέμπει το πρόσωπό του άλλου.

Σας ευχαριστώ πολύ!