

НЕВЕРБАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА КОММУНИКАЦИИ

Синицкая Ю.М.

Белорусский государственный университет

Аннотация: статья посвящена изучению роли невербальных средств в жизни людей и выявлению их специфики в общении. Представлены содержательные характеристики данных компонентов. Производится их классификация согласно полисенсорной природе невербальной коммуникации.

Ключевые слова: невербальные средства, хронемика, проксемика, кинесика, такесика, сенсорика

Невербальное общение (его еще называют жестовым общением или «языком тела») является способом взаимодействия между индивидуумами с целью коммуникации без применения речи. Информация заменяется жестами, образами, мимикой и пантомимикой. В этом случае тело человека представляет собой инструмент «общения». Оно обладает огромным спектром приемов обмена информацией, включает в себя всевозможные пути для выражения мыслей человека.

Действия невербального общения представляют собой индикаторы эмоциональных состояний и являются маркерами отношений человека к окружающей среде. Важнейшей особенностью невербальной коммуникации здесь представляется то, что она осуществляется с помощью всех сенсорных органов человека, каждый из которых формирует канал коммуникации. Таким образом, классификация средств невербального общения привязана к средствам сенсорики человека.

Хронемика — это использование времени в невербальном коммуникационном процессе. Для общения время представляется таким же важным фактором, как слова, жесты, позы и дистанции. Использование его в обиходе является частью невербальной коммуникации и чрезвычайно

отличается в различных социокультурных обществах. Исследования хрономики позволяют классифицировать это средство невербального общения на две главные модели в подходах к измерению хода времени: монокронную и полихронную.

Для монокронной модели характерно представление времени в виде длинной дороги, ленты, разделенной на части (единицы времени). Разделение времени на части приводит к тому, что человек склонен одновременно заниматься одним делом, а также отделять время для работы, дела и для отдыха либо эмоциональных контактов. Для отслеживания течения времени применяются специальные средства, время имеет цену.

В полихронной модели отсутствует строгое расписание, вследствие этого человек может позволить себе заниматься одновременно несколькими делами. Для визуализации течения времени здесь, корректнее всего, применять пересекающиеся спиральные траектории или круг. В полихронной культуре нет необходимости измерять время.

Следующим средством невербальной коммуникации является проксемика. Согласно определению, сделанному Э. Холлом, проксемика - это использование при общении ощущений пространственных координат. Термин был введен для исследования влияния на общение геометрических площадей и расстояний, и дистанции между людьми. Как оказалось, эти характеристики существенно различны в разных обществах и существенно влияют на коммуникацию.

Выделяют четыре проксемических зоны коммуникации:

1. интимная – только для значимо близких людей;
2. личная – расстояние для общения с другими людьми;
3. социальная - дистанция для формального либо светского общения;
4. публичная - дистанция для поддержания общения на публичных мероприятиях (собрания, совещания).

Из всех зон интимная зона общения располагается наиболее близко человеку. Безоговорочно, во всех культурах мира вторжение в чужую интимную зону не допустимо. Многие люди тяжело переносят ситуации, когда кто-либо без спроса прикасается к ним, похлопывает по плечу, склоняется над головой либо пошлепывает.

Радиусы зон интимной коммуникации отличаются друг от друга в зависимости от социокультурной среды. В западноевропейских обществах она составляет около 60 сантиметров. В культурах восточноевропейских и латиноамериканских народов эта дистанция равняется приблизительно 45 сантиметрам и менее (принято говорить о «горячности» этих народов).

В целом для процесса общения наиболее важным является пространство, непосредственно окружающее тело человека (зона личного общения). Эта зона равняется 45 — 120 сантиметров, и в ней происходит большая часть всех коммуникационных контактов человека. На таком расстоянии физический контакт не обязателен. Это оптимальное расстояние для разговора, беседы с друзьями и хорошими знакомыми.

Согласно общепринятому определению, кинесика – это совокупность жестов, поз, телодвижений, мимики, походки используемых для невербальной коммуникации в качестве дополнительных средств общения, повышающих выразительность вербального общения. Много информации в ходе общения несут жесты. Жесты представляют собой различные движения тела человека, сопровождающие его речь в процессе коммуникации. При их помощи индивидуум выражает своё отношение к собеседнику, какому-либо событию или предмету. Жесты в речи могут употребляться как осознанно, так и неосознанно. В общении ими выполняются следующие функции: выражения состояния говорящего, донесение необходимых сведений собеседнику, выражения отношения, самоорганизации деятельности и, наконец, регулирования самого процесса общения.

Мимика – разнообразные выражения лица, при помощи которых может быть передано бесконечное количество эмоций. Так, если кинесику называют языком тела, то мимика – это язык чувств. Выражение лица человека меняется под влиянием эмоционального состояния человека, но иногда может усиливаться специально для придания словам драматичности. Таким образом она обусловлена биологическими факторами (неконтролируемые выражения мимики – покраснение или побледнение лица), и социальными, врожденными или приобретенными в ходе развития.

Поза – положение человеческого тела и движения, которые принимает человек в процессе коммуникации. Это самая неконтролируемая форма невербального поведения, поэтому при наблюдении за ней возможно получить необходимую информацию о состоянии человека. По тому, как человек складывает руки и ноги, можно сделать выводы о его истинных эмоциях, намерениях, отношении к другим людям.

С позой тесно связана походка человека. Она является совокупностью индивидуальных особенностей, которые определяют манеру пешего передвижения. Как не бывает двух одинаковых людей, так не бывает и двух одинаковых походок. При ее описании следует обращать внимание на важнейшие факторы: ритм, скорость, длина шага, положение рук и туловища и степень напряженности.

Следующим средством невербальной коммуникации является такесика. Это основная и самая примитивная форма общения. Осязание – первая сенсорная система, которая знакомит человека с окружающей средой. Тактильные данные поступают от сенсорных рецепторов, которые находятся у человека по всему телу. Установлено, что при общении все люди используют различные типы прикосновений к тем собеседникам, которые находятся в непосредственной близости.

Тактильное общение в большей степени, чем другие невербальные компоненты, показывают статус и роль человека в обществе, а также

степень близости общающихся. Насколько часто используются человеком в коммуникации различные прикосновения зависит от возраста партнеров, пола и степени их знакомства существует несколько способов применения тактильно общения – объятия, рукопожатие, поцелуй, похлопывание и поглаживание.

Рукопожатие – это своеобразный жест, который применяется в момент приветствия или прощания. Он выражает доброжелательность и открытость человека к дальнейшему общению. Отказ от рукопожатия, расценивается как знак неприязни и агрессии.

Поцелуй, как разновидность тактильного жеста, широко применяется во всех аспектах жизни человека. Мы подкрепляем свои слова действием, например, к фразе «я тебя люблю» добавляем поцелуй. В такой ситуации в искренности чувств сомневаются редко. Поцелуй между друзьями или родственниками выражает симпатию и дружелюбность.

Поглаживание – доставляет человеку приятные ощущения, поэтому люди выражают таким образом любовь и заботу. А похлопывание по плечу часто интерпретируются как проявление дружеского расположения, участия или ободрения, но иногда этот жест признак доминирования над партнером.

Сенсорика – чувственное восприятие с помощью осязательных органов. Отношение к партнеру складывается на ощущениях органов чувств: вкуса, запаха, цветовых и звуковых сочетаний, ощущение тепла, исходящего от тела собеседника.

Когда мы слушаем собеседника, мы часто обращаем внимание не на то, что именно он говорит, а каким образом он это делает. Чтобы точно дать понять окружающим эмоциональное состояние человека, его переживания, характер и темперамент мы часто используем голос. При изучении невербального поведения человека обращают внимание на следующие характеристики голоса: скорость речи (зависит от темперамента и темпа

жизни человека), тембр, тональность, высота, логические ударения, громкость голоса (показатель уверенности в себе, жизненной силы и энергии), отчетливость речи (показывает внутреннюю дисциплину и отношение к собеседнику).

Цветовое восприятие также является частью невербальной коммуникации. Сочетания цветов, их яркость и узоры также могут восприниматься по-разному, они могут оказаться слишком бледными или наоборот вычурно яркими. Сюда можно отнести и манеру одеваться. Одежда должна сообщать о социальном статусе, профессии, занимаемой должности человека, можно узнать о событии в жизни (свадьба, похороны), с помощью одежды можно выделиться в толпе, а можно наоборот затеряться в ней.

Можно сделать вывод, что в общении людей невербальные компоненты коммуникации играют крайне важную роль, так как они способны влиять как на саму беседу непосредственно, так и на участвующих в ней лицах. Невербальные средства способны не только дополнить вербальное общение, усилив тем самым смысловую нагрузку передаваемой информации в словесной форме, но также, в отдельных случаях, и полностью его заменить.

ЛИТЕРАТУРА

1. Биркенбил, В. Язык интонации, мимики, жестов / В. Биркенбил, - С.-П.: Питер, 2014. — 224 с.
2. Бутовская М.Л. Язык тела: природа и культура / М.Л.Бутковская. - М.: Научный мир, 2004. – 440 с.
3. Горелов И. Н. Невербальные компоненты коммуникации / И.Н. Горелов.— М.: Наука, 1980. – 238 с.
4. Горянина В. А. Психология общения / В.А. Горянина. — М.: Академия, 2002. — 416 с.

5. Кнапп М.Л. Невербальные коммуникации / М.Л. Кнапп. – М.: Наука, 1978. – 308 с.

6. Морозов, В. П. Искусство и наука общения / В.П. Морозов: невербальная коммуникация.- М.: ИПРАН, 1998г. — 164 с.