

СПОСОБЫ ВЫРАЖЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА С ПОМОЩЬЮ МИМИКИ И ЖЕСТОВ

Изучением невербальных средств выражения эмоционального и психического состояния человека занимаются такие научные дисциплины, как физиогномика и кинесика. Физиогномика связана с определением типа личности человека и его душевных качеств, исходя из анализа характерных особенностей строения лица и его выражения. Кинесика изучает отражение поведения человека в его невербальных проявлениях, к которым относятся мимика (движение мышц лица), пантомимика (движения всего тела), «вокальная мимика» (интонация, тембр, ритм, вибрато голоса), пространственный рисунок (зона, территория, собственность и перемещения человека), экспрессия (выразительность, сила проявления чувств, переживаний), которая может быть решающей в интерпретации произносимых высказываний [15, с. 12].

Лицо является важнейшей характеристикой физического облика человека. Сокращение лицевых мышц изменяет выражение лица и сигнализирует о состояниях человека. Каждое выражение лица — это сокращения многих лицевых мышц. Таким образом, эмоциональные проявления человека складываются из спонтанных и произвольных мимических реакций. Мимику можно анализировать не только по ее произвольным и произвольным компонентам, но и по физиологическим параметрам (силе, тону, динамике, симметрии-асимметрии), фрагментарно, т.е. по отдельным зонам — лоб, рот, глаза — и в целом. Мимическая характеристика личности может складываться из таких параметров как сильная — слабая мимика, неопределенная — красноречивая мимика, беспорядочная — гармоничная мимика, стереотипная — индивидуальная мимика, а также с учетом разнообразия мимических выражений, быстроты их смены, способности передавать нюансы. Перечислим типичные выражения лица при наиболее часто испытываемых эмоциях (сходных у представителей всех народов и культур) [15, с. 20–106].

1. ГНЕВ: мышцы лба сдвинуты вовнутрь и вниз, придавая глазам угрожающее или нахмуренное выражение; глаза блестят, раскрыты или прищурены; ноздри расширены, крылья носа приподняты; губы либо плотно сжаты, либо оттянуты назад, принимая прямоугольную форму и обнажая стиснутые зубы; лицо часто краснеет. Ярость есть высшая, животная форма гнева, а негодование есть наиболее смягченное и очеловеченное проявление этого чувства.

2. ПРЕЗРЕНИЕ: бровь приподнята; лицо вытянуто; голова приподнята, словно человек смотрит на кого-то сверху вниз; рот закрыт, уголки губ опущены; глаза тусклые и сужены.

3. СТРАДАНИЕ: брови сведены; глаза тусклы; а внешние углы губ несколько опущены; лицо застывшее.

4. СТРАХ: брови немного подняты, но имеют прямую форму, их внутренние углы сдвинуты, и через лоб проходят горизонтальные морщины; глаза без блеска и расширены, причем нижнее веко напряжено, а верхнее слегка приподнято; рот может быть открыт, а уголки его оттянуты назад, натягивая и распрямляя губы над зубами.

5. УДИВЛЕНИЕ: поднятые брови образуют горизонтальные морщины на лбу; глаза широко открыты; приоткрытый рот имеет округленную форму.

6. РАДОСТЬ: губы искривлены, их уголки оттянуты назад, рот закрыт; вокруг глаз мелкие морщинки; сами глаза блестят, прищурены или раскрыты; на лбу горизонтальные складки.

7. СТЫД: желание спрятать лицо, закрыв его руками или обратив его книзу или в сторону, глаза у стыдливого человека устремляются в сторону или подвергаются беспокойному движению, чтобы избежать людского взгляда.

Весьма выразительны в мимической палитре губы и брови [16, с. 35–43]. Только они могут подтвердить или опровергнуть то или иное впечатление от собеседника. О защите в форме гнева или злобной ярости говорят щелеобразно в обе стороны растянутые губы, сжатые и обнаженные зубы, одновременно с этим шипящее дыхание *ш-ш-ш*. При сильном удивлении рот открывается максимально. Часто сопровождается выпученными глазами, которые, не понимая, смотрят на причину удивления. Если уголки рта оттянуты вниз с напряжением, то это активная поза отвращения, издевки, зависти, недоброжелательности. Если поджатые губы напряжены, сжаты, то так выражается бессильный гнев. Фиксировано скривленный в одну сторону рот говорит о склонности данного человека к издевательскому и презрительному отношению. Наморщивание носа усиливает выражение отвращения, недовольства, неприятного ощущения, противоречивости. Поразному можно интерпретировать смех человека. В смехе может выявиться глупость, пошлость, презрение, ненависть, насмешка, злорадство, смущение, фальшь и т.п. Чем свободнее и непринужденнее кажется улыбка, тем в большей степени она является выражением наивной, чистой радости.

Для выражения различных чувств человек активно использует брови. Наморщенные брови обычно выражают гнев, напряжение, критику, недовольствие, бешенство и потрясение. Брови в виде выпуклого полумесяца выражают в определенных ситуациях удивление, недоумение, а в других, в сочетании с улыбкой — радость, удовольствие.

Язык жестов также богат на способы выражения человеком самых разнообразных эмоций и значений, например, оскорбления, враждебности, дружелюбия или одобрения по отношению к другим. Большинство людей используют в процессе общения жесты и язык тела в дополнение к словам. Многие жесты используются людьми подсознательно. По физической природе жесты делятся на головные и мануальные (ручные). Мануальные жесты подразделяются на жесты, которые выполняются одной рукой или

двумя руками, и жесты, различающиеся по активно используемой части руки (кистевые, локтевые, пальцевые, плечевые, смешанные).

По характеру воздействия на адресата жесты делятся на визуальные, визуально-акустические, визуально-тактильные и визуально-акустически-тактильные жесты. Основными являются визуальные жесты, поскольку реакция по визуальному каналу часто опережает вербальную. Например, кивок головой в знак согласия значительно опережает словесный утвердительный ответ [16, с. 46]. В языке жестов, употребляемом в повседневном общении, выделяются два типа жестовых семиотических систем — жесты-знаки и жесты-сигналы. Жесты-знаки — это преднамеренно воспроизводимые движения или позы рук и головы, рассчитанные на чье-либо восприятие и предназначенные для передачи информации. Жесты-сигналы произвольны, неосознанны и не рассчитаны на чье-либо восприятие (хотя и имеют значение для опытного наблюдателя [16, с. 43]). Например, в зависимости от положения рук изменяется значение жестов. Если кисть руки разжимается в бурном порыве и в окончательном положении пальцы растопырены, это выражает жесткое и презрительное отношение к адресату. Из-за чувства страха угрозы или беспомощности хочется за что-то ухватиться, следовательно, рука что-то берет или делает движение в этом направлении. Сильный удар ладонями или костяшками пальцев по столу бывает при удивлении, нежелании, гневе. Лицо закрывают ладонями при чувстве смущения, либо стыда. Касание носа происходит преимущественно в стрессовых ситуациях, то есть когда мысли не соответствуют внешне сохраняемому спокойствию. Если взрослый человек кладет палец в рот или прикладывает его к уголку рта и если наблюдаются дополнительные симптомы концентрации внимания, то тем самым выражаются удивление, неожиданность, замешательство, растерянность. Когда рука подносится к глазам (к лицу), то этот жест означает отвращение, боль. Когда рука прикрывает рот — это жест удивления. Неопущенная голова — жест внимательного слушания. У радостного человека на лице улыбка, зрачки расширены, он искренен и открыт, его руки раскрыты ладонями вверх. «Закипающий» от гнева человек сжимает кулаки или пощипывает ладони. На лице выступают испарина, пот, иногда пятнами краснеет лицо.

Все жестовые средства общения делятся на натуральные, дактилологические и конвенционные. Натуральные жесты (естественные и потенциально естественные) употребляются в обыденном общении совместно с речью, усваиваются в контексте повседневного общения без специального обучения. Конвенционные жесты (условные, символические) относительно независимы от языка, они повторяют структуру языка и требуют специального обучения. К таким жестам относятся, например, тайный язык жестов кочевых народов, язык жестов американских индейцев, системы жестов глухонемых, ритуальные жесты монахов, системы профессиональных жестов (регулирующих дорожное движение, спортивных судей, дирижеров, водолазов, строителей, военных и т.д.). Дактилологические жесты — своеобразная форма речевого общения, воспроизводя-

шая посредством пальцев рук орфографическую форму слова речи, поскольку использует дактильную азбуку. Тем самым дактилология сочетает в себе признаки как устной речи, поскольку используется для оперативного общения, так и письменной, поскольку имеет форму последовательности знаков в соответствии с нормами орфографии [16, с. 43].

Выбор жеста (из принятых в определенной национальной культуре) обуславливается не только конкретной коммуникативной ситуацией, отношениями между коммуникантами (случайные, официальные, интимные, дружеские и др.), но и личностью исполнителя. Жесты могут многое рассказать о человеке. Они могут указать на национальность, темперамент, эмоциональное состояние, отношение к собеседнику. Жесты показывают внутреннее состояние, характер высшей нервной деятельности человека, склонность к логическому или художественному типу и т.д. Таким образом, каждой личности свойственна своя манера жестикуляции. Она характеризуется формально-динамическими особенностями (темп, амплитуда, плоскость выполнения, количество жестов) и содержанием (индивидуальный жестовый тезаурус личности, включающий типичные жесты человека). Все эти особенности более или менее устойчивы, но могут меняться при изменении эмоционального состояния человека. При сильных эмоциональных переживаниях количество жестов увеличивается, возникает ощущение жестовой чрезмерности (по сравнению с речью) и общей суетливости. Жесты как бы убыстряются, увеличивается их амплитуда, возникают отклонения от типичной манеры жестикуляции. При переходе от официального общения к неофициальному также меняются интенсивность и амплитуда жестов (они увеличиваются). При неформальном общении в большей степени проявляется индивидуальность жестового языка, при официальном — жестовый язык приближается к национально-культурному нормативу.

В каждой психологически конкретной ситуации общения отдельные невербальные компоненты могут нести свою смысловую нагрузку. Например, жест может быть основным, дополнительным или просто малозначительным нюансом коммуникации. Выбор основного коммуникативного компонента обуславливается задачей общения. Если нужно установить дружеский контакт, человек выбирает одни жесты, если отчитать кого-то — другие. В одном случае важна мимика, в другом — жест. Например, чтобы выразить недовольство, надувают губы, чтобы утешить в горе — обнимают за плечи. Зарубежные исследователи выделяют девять способов соотношения невербального поведения и речи [16, с. 42]. Жесты могут: 1) выражать то же, что и речь; 2) выражать нечто, что противоречит содержанию речи; 3) предвосхищать значения, переданные речью; 4) акцентировать ту или иную часть речевого сообщения; 5) быть связанными с более глобальными аспектами взаимодействия, чем данное вербальное высказывание; 6) сохранять контакт между собеседниками и регулировать поток речи; 7) заполнять или объяснять периоды молчания, указывая на намерение адресанта продолжить свою реплику (например, поиск подхо-

дящего слова); 8) заменять отдельное слово или фразу; 9) с опозданием дублировать содержание вербального сообщения. Таким образом, при определении эмоционального состояния человека в процессе общения, при его психологическом анализе существенная роль должна отводиться всестороннему исследованию его внешнего облика, выраженного в мимике лица, жестах, телодвижениях и позах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Знак, Е.К. Читать человека — как книгу. — Минск; М., 1995.
2. Мельник, А.А. Язык жестов. — М., 2003.