

## Тема 3.8

# Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі

У цій темі ви з'ясуєте суть та особливості невербальної комунікації, зрозумієте різницю між вербальною та невербальною комунікацією. Разом з тим, ви зрозумієте значення таких термінів як: міміка, жести, пантоміміка, візуальний контакт, проксеміка.

### Ключові здобутки у вивченні теми

**Досліджуємо** невербальну комунікацію у різних її проявах: мова тіла, погляд, одяг, соціальний простір, тощо.

**Розуміємо** мову тіла співрозмовника, аналізуємо інші форми невербальної комунікації.

**Діємо**, через формування навиків керування своєю невербальною поведінкою у ході комунікації, розглядаючи ситуації, які стосуються різних проявів невербальної комунікації.

### Досліджуємо та аналізуємо

#### «Мовчки, але разом»

**Крок 1.** Об'єднайтеся у невеликі групи та сядьте у коло, щоб добре бачити один одного. Вчитель дає групі завдання зробити щось спільне, наприклад намалювати плакат, скласти пазли, виготовити виріб з глини чи пластиліну, не використовуючи при цьому вербальне спілкування (тобто, без слів).

**Крок 2.** Виконайте завдання і представте результати спільної праці.

**Крок 3.** Дайте відповіді на такі запитання:

Чи легко було працювати мовчки у групі?

- // Як вам вдалося порозумітись?
- // Хто взяв на себе роль організатора?
- // Яким чином ви узгоджували свої дії?
- // Чи всі отримали позитивні емоції від процесу роботи?

## Модуль 1.

### Суть та особливості невербальної комунікації

Мова — основний канал інформації. Однак інформацію можна передавати й іншими шляхами: наприклад, за допомогою виразних рухів тіла (міміка, жести, пози); фізичного простору (відстані між співрозмовниками); погляду чи будь-яких інших засобів.

Одним із засобів спілкування є **невербальна (несловесна) комунікація**, що виражена у жестах, погляді, предметах, символах тощо. Невербальні сигнали, зазвичай, спонтанні, несвідомі і тому практично завжди щирі. Вміння користуватися арсеналом невербальної комунікації сприяє формуванню культури спілкування.

**Невербальні засоби спілкування мають свою класифікацію, зокрема:**

- /// рухи тіла, жести (рухи рук, ніг, голови тощо);
- /// вираз очей та спрямованість погляду;
- /// вираз обличчя;
- /// тактильні засоби (потиск руки, поцілунки);
- /// посмішка;
- /// реакція шкіри (почервоніння, збліднення);
- /// косметика;
- /// запахи (парфуми);
- /// одяг (колір, фасон);
- /// манери поведінки (наприклад, коли ми їмо, розмовляємо з іншою людиною тощо);
- /// психогеографія (просторове поле між співрозмовниками, комунікаторами).

### Цікава інформація

Австралійський спеціаліст з «мови рухів тіла» Аллан Піз стверджує, що за допомогою слів передається лише 7% інформації, зате за допомогою звукових засобів (включаючи тон голосу, інтонацію тощо) — 38%, а за допомогою інших засобів (міміки, жестів, пози) — 55%.

Вміння читати невербальні сигнали є важливою умовою ефективного спілкування. Наше ставлення до інших нерідко формується під впливом першого враження, а воно є результатом дії, передусім, невербальних сигналів: ходи, виразу обличчя, поглядів, манери триматися, жестів, стилю одягу тощо.

Як правило, вербальний та невербальний види комунікації є пов'язаними. Невербальна комунікація надає велику кількість додаткової інформації про людину.

Порівнюємо  
та обмінюємося  
думками

### Відмінності між невербальною та вербальною комунікацією

Ознайомтеся з таблицею, в якій наведено відмінності між різними видами комунікації. Для кращого розуміння, дайте відповіді на запитання, що подані нижче.

- Проаналізуйте відмінності між невербальною та вербальною комунікацією.
- Визначте переваги та недоліки кожного способу передачі інформації.
- Наведіть приклади на кожну з позицій, котрі подані в таблиці.

Невербальна комунікація	Вербальна комунікація
Передача інформації «тут і зараз» у момент спілкування, конкретна ситуація.	Інформація може існувати незалежно від особистості, яка її передає (наприклад, книга, стаття).
Важко розкласти на окремі одиниці чи систему.	Букви, звуки, слова, речення складають чітку систему мови.
Як правило, невербальна поведінка підсвідома, неконтрольована.	Як правило, це усвідомлена і запланована діяльність.
Зазвичай, невербальної поведінки ніхто не навчає.	Мови вивчають.

## Модуль 2.

### Жести, міміка та погляд як засоби невербальної комунікації

■ **Невербальна комунікація** — це обмін різноманітними несловесними повідомленнями між людьми, з їхньою подальшою інтерпретацією.

У невербальному спілкуванні важливу роль відіграє міміка — рухи м'язів обличчя, що відповідають емоційному стану людини. Мімічні процеси несуть більш, ніж 70% інформації. До міміки також відносять всі зміни, які можна спостерігати на обличчі людини (наприклад, почервоніння, збліднення).

#### Web-активність

Перегляньте на каналі *YouTube* виступ Театру тіней *“Teulis”* — «Крик душі України».

- Про які події в історії України йдеться у міні-виставі акторів?
- Опишіть долю сім'ї, яка представлена у міні-виставі.
- Яким чином акторам вдається передати сюжет та переживання персонажів без використання слів?
- Чи є зрозумілою для Вас та самодостатньою така форма мистецтва?

#### Цікава інформація

##### Що означають окремі невербальні сигнали нашого тіла

Позиція тіла людини	Що означає
Кінчики пальців притиснуті один до одного	Точність, потреба у чітких висловлюваннях
Руки шпилем ввєрх	Гордість або захист від атаки
Схрещення рук: - у чоловіків - у жінок	Неприйняття, закритість Пошук захисту, страх

### Тема 3.1. Що таке суспільство та як воно виражає себе через культуру

■ **Жести** — це рухи тіла, які передають внутрішній стан людини і несуть інформацію про думки, переживання, а також про ставлення до того, що відбувається з нею та навколо неї.

■ **Міміка** — це експресивно-виразні рухи різних частин обличчя людини (особливо очей, рота), які передають психологічний стан у певний момент часу.

■ **Пантоміміка** — це система виразних рухів людини, за допомогою яких вона демонструє іншим людям свій внутрішній психофізіологічний стан або показує своє особисте ставлення до того, що відбувається з нею та навколо неї.

Втягнути голову у плечі	Страх, нервозність, скутість
Вказівка пальцем «Ти... Ви...»	Атака, гнів
Стискання руки у кулак	Стриманий гнів
Піднята нижня губа	Сумнів
Потирання підборіддя	Задуманість, спокій
Широкі рухи руками	Впевненість
Неширокі рухи руками	Невпевненість
Стукотіння пальцями по поверхні	Знервованість, бажання негайно діяти

Дуже важливо слідкувати за власними рухами та виразом обличчя. Гармонія між мовою слів та мовою тіла — це важливий елемент ефективного спілкування.

Велику роль у спілкуванні відіграють очі людини. Погляд є істотним його компонентом. Через органи зору людина отримує понад 80 % всієї інформації.

#### Погляд передає цілу низку емоцій:

- /// Відкриті, широко розплющені очі свідчать про зацікавлення.
- /// Прищулений погляд є відображенням інертності, байдужості, нудьги.
- /// Прямий погляд демонструє довіру.
- /// Погляд збоку — скепсис, недовіру.
- /// Погляд знизу при схиленій голові — агресивну поведінку.
- /// Погляд зверху при відкинутій голові — почуття переваги, зарозумілість.
- /// Ухиляння від прямого зорового контакту вказує на невпевненість, скромність, острах.
- /// Тож не дивно, що очі називають не лише вікном у світ, але й вікном у душу.

Розглядаємо та аналізуємо

■ *Перегляньте в Інтернеті виступ(и) відомих політиків, громадських діячів / діячок, служителів / служительок культури та інших публічних осіб, попередньо вимкнувши звук.*

■ *Якими невербальними сигналами вони користуються?*

■ *Які з цих сигналів є довільними, а які — підготованими заздалегідь?*

■ *Увімкніть звук і продивіться виступ ще раз. Наскільки збігаються вербальні та невербальні сигнали людини, котра виступає?*

■ *Спробуйте охарактеризувати, що з цього сприяє ефективному спілкуванню, а що стає йому на заваді.*

### Модуль 3.

## Простір спілкування. Чому це важливо для соціальної комунікації

#### Обговорюємо

Виступи на великих масових закладах відбуваються з чималою відстані до глядачів.

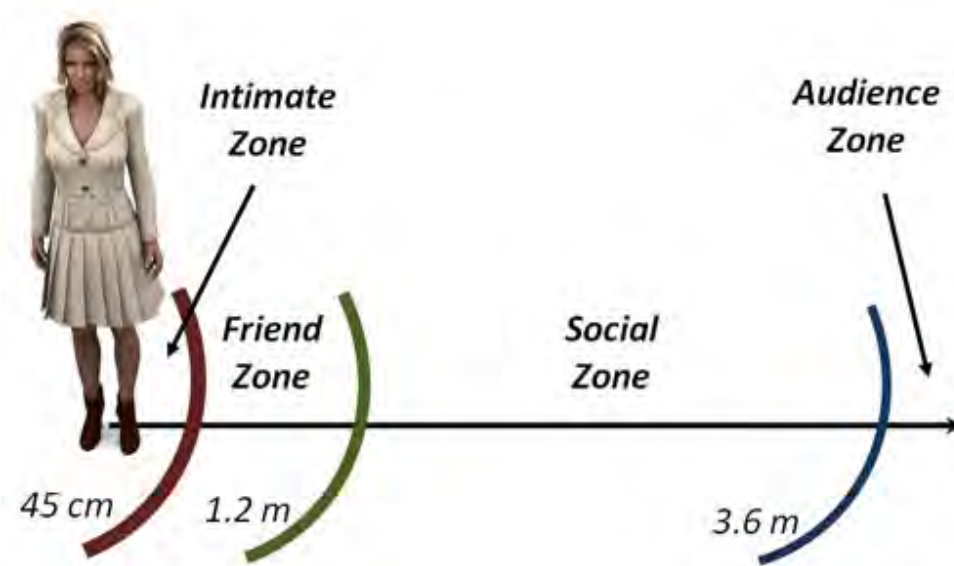
- Чи зауважували ви такі закономірності?
- Представникам різних культур під час розмови зручніше бути на різних відстанях. У північних народів такі відстані є більшими, у південних — навпаки, меншими.
- Що менше вільного простору залишається у громадському транспорті, то менш привітними стають вирази обличчя у пасажирів.
- Обговоріть ці ситуації та поміркують над їхніми можливими причинами.

■ **Проксеміка** (психогеографія) — наука про просторові зони спілкування.

**Проксеміка**, наука про просторові зони спілкування, стверджує, що існують оптимальні дистанції для різних видів спілкування. Наприклад, для європейців та американців це:

- **Інтимна зона** — 15-45 см. Допускаються лише близькі люди. Характерними є: довіра, тихий голос, тактильний контакт, споглядання дрібних деталей обличчя. Передчасне вторгнення в інтимну зону співрозмовника сприймається як замах на недоторканість.
- **Особиста зона** — 45 см — 1-2 м. Така зона є оптимальною для спілкування між друзями, членами родини.
- **Соціальна зона** — 1-2 м — 3-4 м. Характерна для робочих стосунків (наприклад, навчальному закладі, в офісі, під час ділових зустрічей).
- **Суспільна (публічна) зона** — понад 3 м. Зазвичай, це спілкування з великою групою людей (скажімо, лекційна аудиторія).

Зменшення дистанції тісно пов'язане зі зростанням довіри та відкритості у спілкуванні. Чим більша щільність, тим менше власного простору, відтак тим більше дратівливою стає людина, готовою до будь-яких дій.



### Цікава інформація

#### Ефект юрби

Напевно, кожен з вас переживав ситуацію, коли під час великого концерту, участі у ході фанів футбольного клубу, складається відчуття, що людина починає поводитися аналогічно до дій людей навколо. Таким чином, вона втрачає власний самоконтроль. Потрапляючи у велике скупчення людей, ми втрачаємо індивідуальність і змушені дотримуватися лінії поведінки більшості. Вплив натовпу на людей можна розділити на два типи: зараження і наслідування. Зараження — мимовільне відтворення дій та емоцій більшості. Наприклад, дружні голосні окрики на заклик виступаючого на мітингу. Наслідування — свідоме відтворення цих дій. Наслідування можна побачити на концертах, коли якась частина залу встає і підтанцює у такт музиці, поки всі сидять.



Джерело: <http://nen.press/2015/01/30/an-open-goal-fans-involvement-in-football-clubs/>.

### Застосуйте набуті знання і досвід

Ознайомтеся з поданою вище інформацією, проаналізуйте її та поміркуйте:

- Які асоціації у вас вони викликають?
- У який час зроблена кожна з фотографій?
- Які події у світовій історії та історії України вони відображають?
- Які правила поведінки та збереження власної безпеки ви запропонували б потенційному учаснику масових заходів, у яких може брати участь молодь (дискотеки, концерти, футбольні матчі, хода, мітинги тощо)? Складіть таку інструкцію.