

## Тема 3.8

# Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі

У цій темі ви з'ясуєте суть та особливості невербальної комунікації, зрозумієте відмінність 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

3D

**Досліджуємо** невербальну комунікацію в 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 в коло, щоб добре бачити один одного. Вчитель/вчителька дає групі завдання зробити щось спільне, наприклад, намалювати плакат, скласти пазли, виготовити виріб з глини чи пластиліну, не використовуючи при цьому вербального 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?
- 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**,

## Розділ 3.8 Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі

що виражена у жестах, погляді, предметах, символах тощо. Невербальні сигнали, зазвичай, спонтанні, несвідомі і тому зазвичай 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, як ми їмо, розмовляємо з іншою людиною тощо);
- /// психогеографія (просторове поле між співрозмовниками, комунікаторами).

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.

Зазвичай, вербальний та невербальний види комунікації є пов'язані. Невербальна комунікація надає велику кількість додаткової інформації про людину.

### 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 %.

**Порівнюємо  
і 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, подані у таблиці.

## Розділ 3.8 Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі

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

### 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, що передається невербальним шляхом. До міміки також відносять усі зміни, які можна спостерігати на обличчі людини (наприклад, почервоніння, збліднення тощо).

#### 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 в 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**

■ **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 особисте ставлення до того, що відбувається з нею та навколо неї.

**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 вверху	Гордість або захист від атаки
Схрещення рук: — у чоловіків — у жінок	Неприйняття, закритість Пошук захисту, страх
Втягнути голову у плечі	Страх, нервозність, скутість
Вказівка пальцем «Ти... Ви...»	Атака, гнів
Стискання руки в кулак	Стриманий гнів
Піднята нижня губа	Сумнів
Потирання підборіддя	Задуманість, спокій
Широкі рухи руками	Впевненість
Неширокі рухи руками	Невпевненість

Дуже важливо стежити 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 % усієї інформації.

**Погляд передає 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 згори 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 культу та інших публічних осіб, попередньо вимкнувши звук.
- *Визначте, 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, яка виступає?*
- Спробуйте проаналізувати, що сприяє ефективному спілкуванню, а що стає йому на заваді.

## Модуль 3

### Простір спілкування. Чому це важливо для соціальної комунікації

#### Обговорюємо

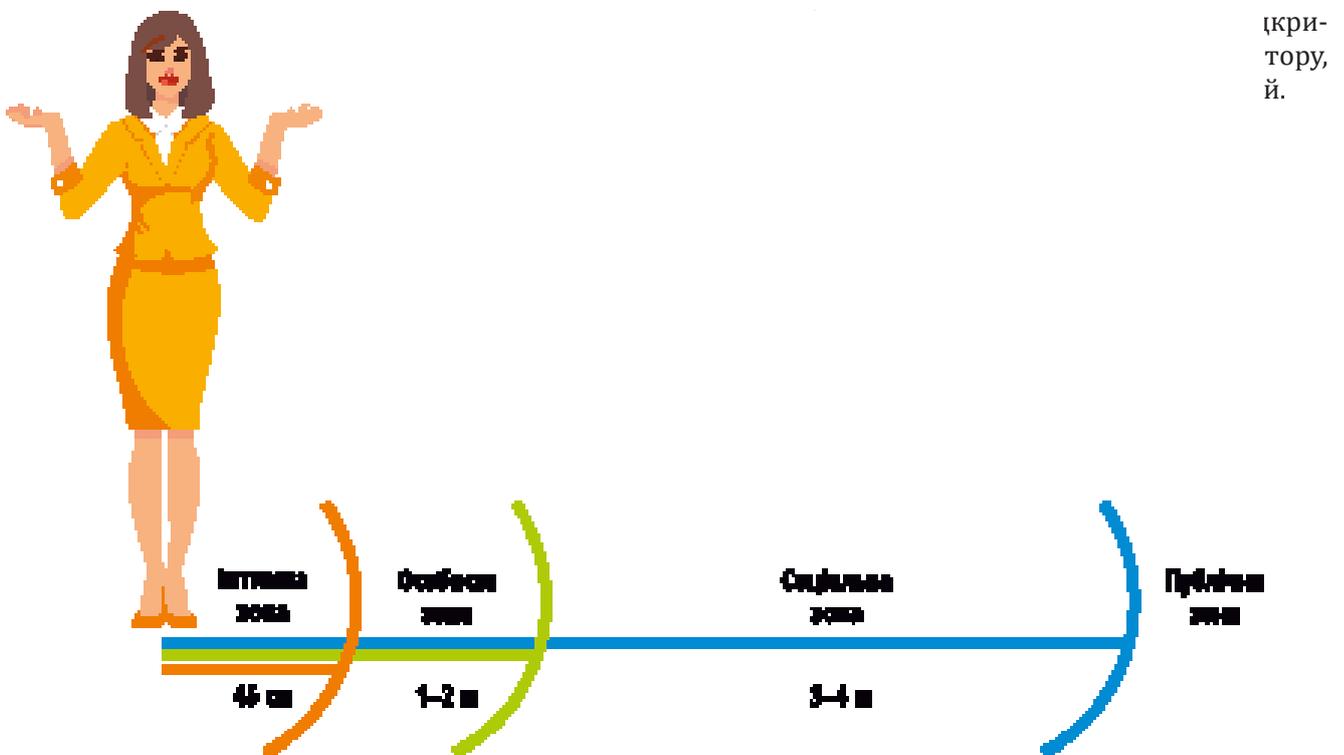
■ Чи зауважували ви такі ситуації:

- Представникам різних культур під час розмови зручніше бути на різних відстанях. У північних народів такі відстані є більшими, у південних — навпаки, меншими.
- Чим менше вільного простору залишається у громадському транспорті, тим менш привітними стають вирази обличчя у пасажирів.
- Виступи на великих масових закладах відбуваються з чималою відстані до глядачів.

■ Обговоріть ці ситуації та поміркують над їхніми можливими причинами.

**Проксеміка**, наука про просторові зони спілкування, стверджує, що існують оптимальні дистанції для різних видів спілкування.

- /// Інтимна зона — 15–45 см. Допускаються лише близькі люди. Завчасне вторгнення в інтимну зону співрозмовника сприймається як посягання на приватність.
- /// 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 ситуація для ділових стосунків. Наприклад, у навчальному закладі, офісі, під час ділових зустрічей тощо.
- /// Суспільна (публічна) зона — понад 4 м. Зазвичай, це спілкування з великою групою людей (скажімо, лекційна аудиторія, мітинг тощо).



## Розділ 3.8 Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі

### 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 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 оратора, доповідача на мітингу. **Наслідування** — свідоме відтворення цих дій. Наслідування можна побачити на концертах, коли якась частина залу піднімається і підтанцює в такт музиці, поки всі сидять.



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

Концерт гурту «Без обмежень», Львів, 2017.  
Фото О. Борисенко

### Застосуйте набуті знання і досвід

Наведіть приклади проведення різних масових заходів (наприклад, з'їзди політичних партій, великі концерти, конгреси, мітинги) та опишіть особливості їх проведення? Чому у ході організації масових заходів організатори намагаються виступати перед аудиторією з великих відстаней? Чи змінюється від збільшення дистанції між промовцем та публікою характер впливу на людей. Якщо так, то яким чином?

Чим викликана потреба для правоохоронців у разі виникнення групових порушень громадського порядку розділяти натовп на дрібніші групи? Чим, на вашу думку, це обґрунтовано?

Які правила поведінки та збереження власної безпеки ви б порадили потенційному учаснику масових заходів, у яких може брати участь молодь: дискотеки, концерти, футбольні матчі, хода, мітинги тощо? Складіть таку інструкцію.