

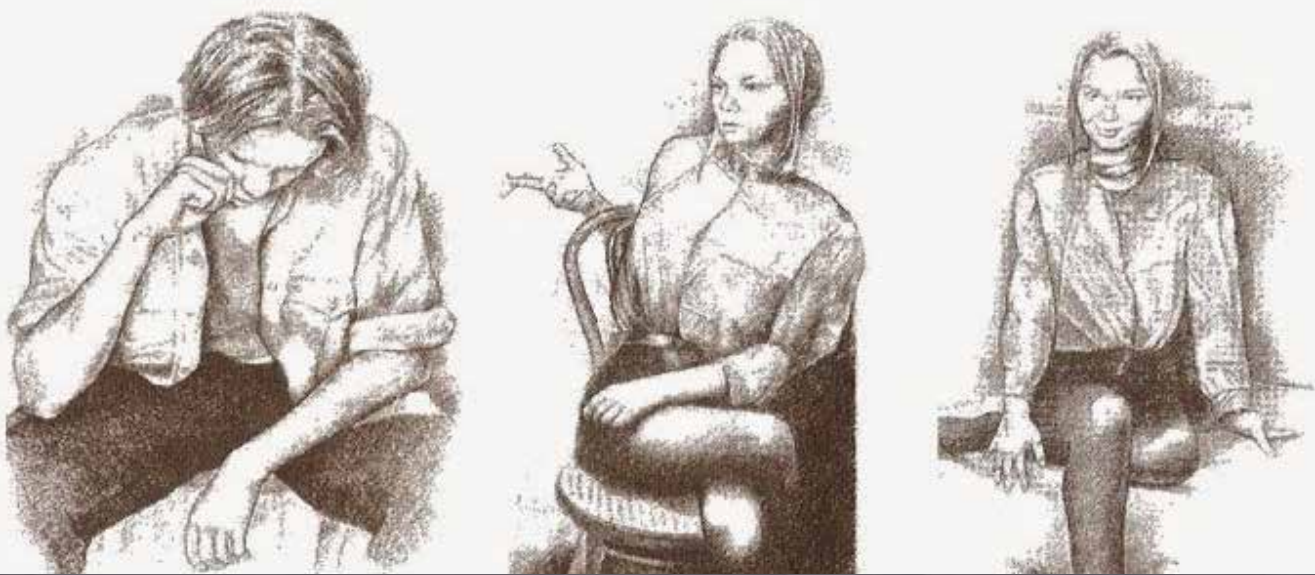


## **1.3.2 *Pozycje***

## → pozycja i ruchy ciała



- zwróć się twarzą i stopami w stronę rozmówcy. Wskazana jest swoboda, naturalność. Nie kul się (co oznacza lęk), nie stój nad kimś jak kat nad dobrą duszą (agresja). Ma Ci być wygodnie, nic nie może boleć. Jeśli chodzisz – to spokojnie i zdecydowanie, co oznacza samokontrolę i pewność siebie. Nie przebieraj nogami, nie człap, nie szuraj (niepewność). Nie przysuwaj się zbyt blisko i nie uciekaj za daleko. Jeśli pochylasz się, a rozmówca odchyła nie przysuwaj się! Siedź nie wiercąc się lub stój bez nerwowego kręcenia się Twoja nadpobudliwość utrudnia innym skupienie uwagi.

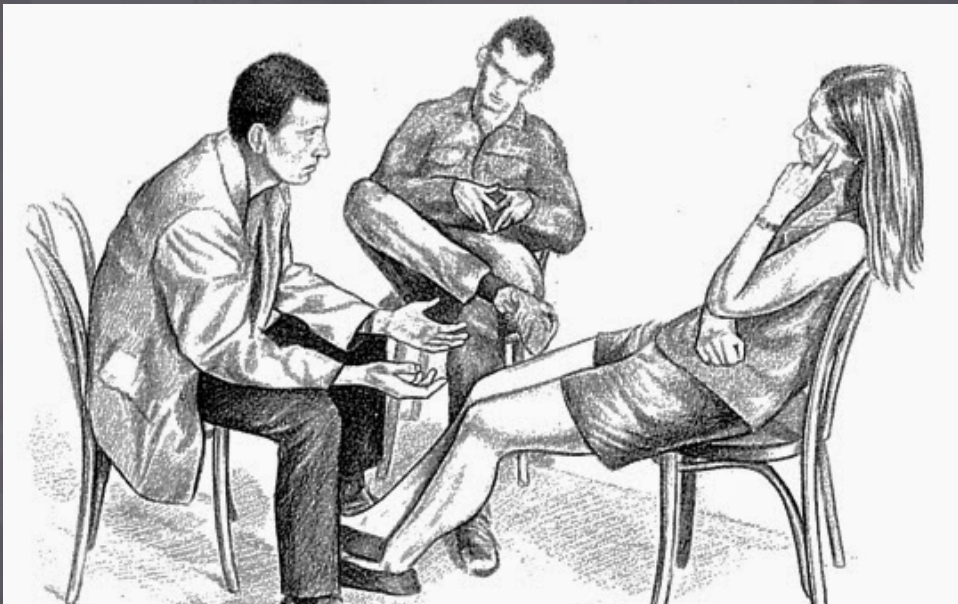


Rysunek. Postawa bezsilności, półpozytywna i kokietki  
Źródło: Collins A., Język ciała gestów i zachowań, Klub dla Ciebie, Warszawa 2003, s. 108-109

Na rysunku powyżej mężczyzna z lewej strony obrazka przedstawia pozycję bezsilności lub dużego wyczerpania. Jego sposób siedzenia jest niedbały, a głowa podparta za pomocą palca wskazującego i kciuka. Druga ręka tego mężczyzny opada, a wyraz twarzy jest smutny.

Obie kobiety przedstawione powyżej mają splecione nogi, jest to pozycja charakterystyczna wyłącznie dla pań. Kobieta na środku wykazuje pewne zainteresowanie, ale jednocześnie jest pełna rezerwy i zachowuje bezpieczny dla siebie dystans. Z prawej strony znajduje się kobieta, której sposób siedzenia przedstawia postawę kokietki. Jej ręce są opuszczone, a jedno kolano podwinięte i wskazuje ono kierunek jej zainteresowania.

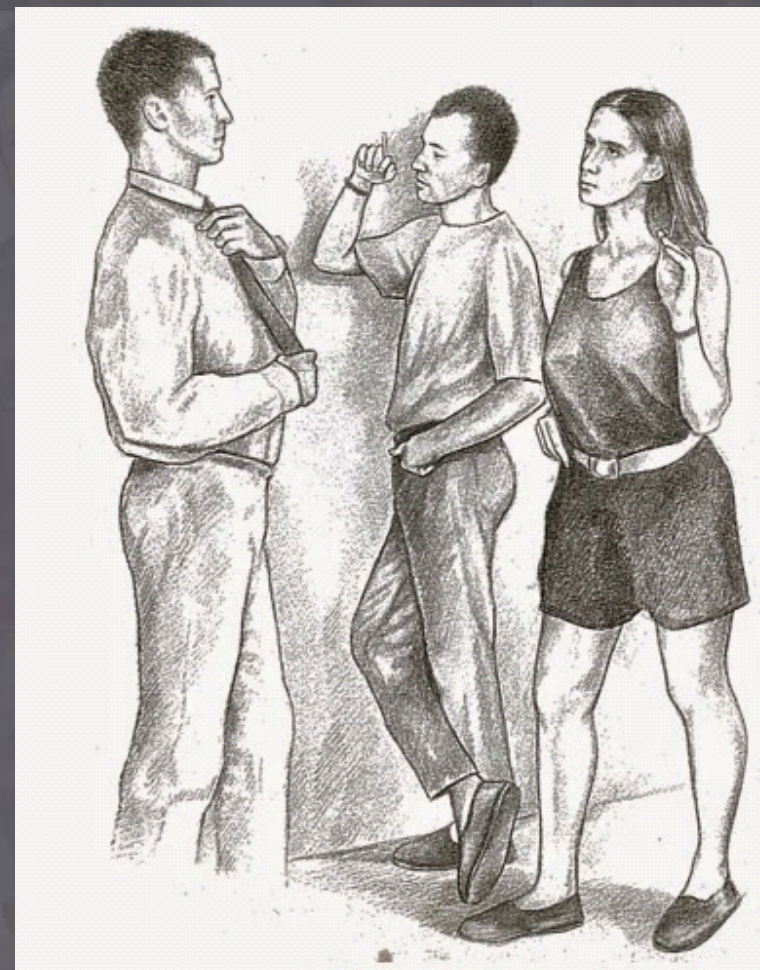
Żeby móc zinterpretować pozycję siedzącą, czy stojącą należy zwrócić uwagę też na inne gesty, czyli ułożenie dłoni czy też ramion, nóg, a nawet na inne szczegóły takie jak wypuszczanie dymu papierosowego z ust. Rysunek poniżej po lewej stronie przedstawia mężczyznę, który chce sprawiać wrażenie osoby otwartej i uczciwej – ma otwarte dłonie i stopy wysunięte do przodu, jego marynarka jest rozpięta. Kobieta na powyższym rysunku prezentuje pozycję wrogą i zamkniętą. Siedzi pochylona do tyłu na krześle, ma skrzyżowane nogi, a z ramion zrobiła barierę odgradzającą ją od mężczyzny siedzącego naprzeciwko. Lewa dłoń kobiety jest przy twarzy, a jej kciuk prawdopodobnie podtrzymuje podbródek, co świadczy o krytycznym nastawieniu. Jej dłoń jest zaciśnięta w pięść, co sugeruje wrogość. Natomiast mężczyzna siedzący w środku utworzył ze swoich rąk przeszkodę w postaci wieżyczki skierowanej w dół, ostre wierzchołki budowane z palców zdradzają arogancję. Czuje się on lepszy od mężczyzny znajdującego się z jego prawej strony. Nogi tego człowieka są ułożone w pozycji amerykańskiej czwórki, co sygnalizuje gotowość i chęć ataku, jednak jest odchylony do tyłu to znaczy, że się kontroluje.



Rysunek. Postawa ciała otwarta, zamknięta i wroga  
Źródło: Thiel E., *Komunikacja niewerbalna. Mowa ciała zdradzi więcej niż tysiąc słów*,  
Wydawnictwo ASTRUM, Wrocław 1997, s. 48

Na rysunku obok widnieją gesty, które pokazują dosyć skomplikowaną sytuację.

Kobieta ma wysuniętą nogę do przodu, a jej stopa jest zwrócona w stronę mężczyzny znajdującego się po lewej stronie obrazka. Podpiera ręce na biodrach, a kciukiem zahacza o pasek, co sugeruje, że jest gotowa na zaloty mężczyzny znajdującego się naprzeciwko niej. Sygnały wysyłane przez kobietę w pełni odpowiadają jej obiektowi zainteresowania, co sugeruje poprawianie przez niego krawatu. Mężczyzna, który znajduje się w środku jest na pozycji przegranej, co również pokazuje jego mowa ciała. Wnętrza dłoni są u niego zakryte, a także symbolicznie opuścił przyłbicę. Mężczyzna ten jest odwrócony od intruza i opiera się o ścianę, co w języku psychologii oznacza „agresję terytorialną”.



Rysunek. Pozycja ciała zainteresowana i agresywna  
Źródło: Thiel E., *Komunikacja niewerbalna. Mowa ciała zdradzi więcej niż tysiąc słów*,  
Wydawnictwo ASTRUM, Wrocław 1997, s. 133