

Allan Pease: Testbeszéd Gondolatolvasás gesztusokból

A gesztusnyelvről ma már az iskolában is tanulnak a gyerekek, a gimnáziumi nyelvtankönyv is foglalkozik ezzel a kérdéssel. Ha Allen Pease szórakoztató, érdekes könyvét végiglapozzuk, minden biztonnal elcsodálkozunk azon, hogy valójában milyen rengeteg gesztust alkalmazunk nap, mint nap, de milyen kevésbé vagyunk tudatában használatuknak és jelentésüknek. A nem verbális kommunikáció kutatása a hatvanas években kezdődött. A megfigyelések azt mutatják, hogy a teljes közlésrendszernek mintegy 60 százaléka gesztusainkból áll: elsősorban nem információátadásra használjuk, hanem attitűdök, magatartások kifejezésére. Ráadásul az emberek többségében öntudatlanok a gesztusaink, nem egyszer szavainkkal ellentétes dolgokat fejeznek ki. Miközben beszélgetőpartnerünk szavaira figyelünk, mozdulatai, arcmimikája akaratlanul is befolyásol minket. A szerző hasznos tanácsokat ad arról, hogy miként sajátíthatjuk el a testbeszédet, hiszen, mint írja, „érdemes pozitív, nyílt gesztusokat elsajátítani és használni, hogy kommunikálni tudjunk másokkal, és hogy kiküszöbölhessük a negatív jelzéseket adó gesztusokat.” Ha például televíziózás közben kikapcsoljuk a hangot, kis idő elteltével a nem verbális kommunikáció alapján is megértjük, hogy mi történik. A könyv többi része a társasági, üzleti és a mindennapi élet gesztusaival, és ezek elemzésével foglalkozik gazdag képanyag alapján.

(Park kiadó, Hétköznapi pszichológia, 1990.)