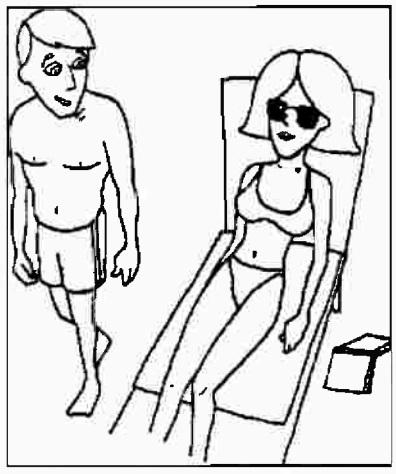
الكتاب المفصل في لغة الجسد

14

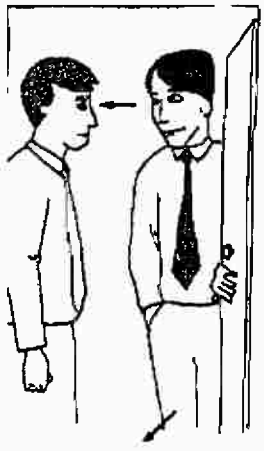
الفصل الرابع عشر

كيف يشير الجسم إلى ما يدور في خلدنا؟



غالبا مايسير الجسم فى اتجاه بينما عقولنا تتجه لمكان آخر

هَلْ سَبَقَ أَنْ كُنْتَ تَتكلّمُ مَع شخص ما وكَانَ لديك شعور بأنه يُفضّلُ أَنْ يكون في مكان آخر على أن يبقى مَعك، بالرغم من أنّه يَبْدو مستمتعا بصحبتك؟ إنَّ هذا المشهد يَكْشفُ عن وجود احتمالان: أولاً، رئيس الشخصَ ملتفتا نحوك وتعبيراته الوجهيةِ مثل الابتسامة والإيماء واضحة لك؛ أن يكون ، جسم وأقدام الشخصَ يُشيرانِ بعيداً عنك، إمّا نحو شخص آخرِ أو نحو باب الخروجِ. وهذا الاتجاه الذي يُشيرُ إليه الشخص بجسمَه أو أقدامَه يعد بمثابة إشارة للمكان الذى يفضل الذهاب إليه.



الرجل على اليمين يشير إلى أنه يريد المغادرة

يظهر الرسم التوضيحي أعلاهُ رجلان يَتكلّمانِ في أحد المداخل. إنّ الرجلَ على اليسارِ يُحاولُ الإبقاء على انتباه الرجلِ الآخرِ، الذى بدوره يُريدُ الاستمرار في الإتجاه الذى يُشيرُ إليه جسمِه ، بالرغم من أن رأسهِ يشير إلى وجود الرجلِ الآخرِ. لذا ،وفقط عندما يقوم الرجل على اليمين بإدارة ولف جسمَه نحو الآخر ليقف مواجها له تماما، حينها يمكن أن نقول أن محادثة مثيرة بشكل متبادل بين الاثنين يُمْكِنُ أَنْ تَحْدثَ.

في أيّ مقابله وجهاً لِوجه، وعندما يقرّرَ أحد الأشخاص إنْهاء المحادثةِ أَو يُريدُ المغادرة، فسيعمل حينها على الاستدارة بجسمَه أَو أقدامَه ليشير نحو باب الخروج الأقرب له. فإذا كانتْ هذه المحادثة بشأن موضوع يخصك أنت، فإن ذلك يعد إشارة بأنك يَجِبُ أَنْ تقوم بشيءُ ما لدَفْع الشخص للمشاركة والاهتمام وإلاّ قم بإنهاء المحادثة من طرفك، على الأقل فهذا يَسْمحُ لك لإبْقائك في وضع المسيطرةِ.

◆◆◆

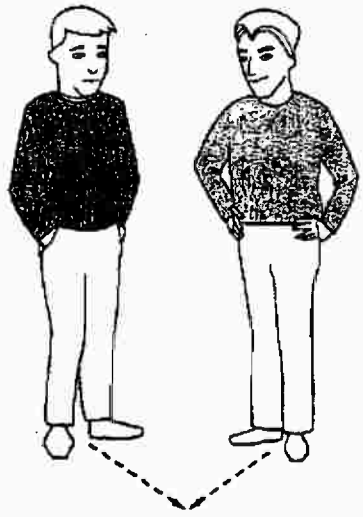
ماذا تقول زوايا الجسم

١. الوضعيات المفتوحة

ذكرنا في وقت سابق بأنّ المسافةَ بين الناسِ وبعضهم البعض لها علاقة وثيقة بمدى اهتمامهم ببعضهم أَو مدى الألفةِ بينهم. والزاوية التي يُوجّهُ الناسَ إليها أجسامِهم تَعطي فكرة ضمنية أيضاً عن مواقفهم وعلاقاتهم.

إذا أرادت معظم الحيواناتِ القتال مع حيوانِ آخرِ، فهى ستقترب من الحيوان الآخر ورأسها للأعلى. وإذا قبل الحيوانَ الآخرَ التحدي، فسَيُبادلُ تلك الوضعية بوضعية مماثله ويقف ورأسه للأعلى أيضا. ونفس الأمر يَنطبقُ على البشرِ. ومن ناحية أخرى لو أن حيوانا أراد تفحص الحيوانِ الآخرِ على مقربة لكنه كان لا يَنْوى مُهَاجَمَتَه منه فسَيَقتربُ منه بشكل جانبي ، وهو ماتقوم به الأصدقاء من الكلاب . ونفس الوضع ينسحب على البشرِ. فأي شخص يقوم بالتحدث مع آخر وهو يتخذ موقفا قويا من الشخص الذى يستمع له، ويقف قبالته مباشرة يتم الحكم عليه على انه عدوانيا. أما المتحدث الذي يوصل نفس الرسالةِ لكن يُشيرُ بجسمَه بعيداً عن المستمع يُرى على أنه واثق من نفسه ويعرف ما يريد لكنه لن يوصف كعدواني.

لتفادي أن يتم رؤيتك كشخص عدواني، قف بجسمك بزاوية ٤٥ درجة نحو الآخر ، وكذلك يجب أن يحذو الآخر حذوك لو كنتما من الأصدقاء ليكون كلاكما زاوية مجموعها ٩٠ درجة .



كلاهما يقف بزاوية ٤٥ درجة لتجنب أن يتم اعتباره شخص عدواني

الصورة بالأعلى تظهر رجلين يقفان مع بعضهما بحيث يميل جسم كل منهما نحو نقطة ثالثة خيالية لتكوين ما يشبه المثلث. وتلك الزاوية التى تشكلت تشير بأنّ هناك محادثة غير عدوانية تحدث وأن الشخصان يستعرضان أن منزلتهما أيضا متماثلة لقيامهما بعمليه «نسخ» للآخر . إن هذا الشكل المثلث هو بمثابة دعوة لأى شخص ثالث للاشتراك بالمحادثة. ولو تم قبول شخص رابع لينضم للمجموعة ، يتم تكوين شكل رباعي، وللشخص الخامس و السادس، فإنه إما يتم تشكيل «دائرة» وإما تشكيل شكلين مثلثين في الأماكن الضيقة مثل المصاعد، ومحطات الحافلات وأماكن الانتظار لقطارات الأنفاق، حيث أنّه ليس المحتمل إدارة أجسامنا بعيدا عن الغرباء بزاوية ٤٥ درجة ، لذا فنحن نُدير رؤوسنا إلى تلك الزاوية بدلا من ذلك.

٢. الوضعيات المغلقة:

عندما يريد شخصان أن يتآلفا، تتغيّر زاوية جسمهم من ٤٥ درجة إلى صفر درجة، بمعنى، أنهما سيواجهون بعضهم البعض. وأي رجل أو مرأة يريد أن يتلاعب باهتمام الشخص الآخر يستخدم هذه الوضعية، بالإضافة إلى إشارات الغزل الأخرى، عندما يكون هناك تجاذب بين الطرفين. وفى هذه الحالة ، فإن أي رجل سوف لن يشير بجسمه فقط نحو المرأة وحسب، بل سيقوم بغلق المسافة بينهما أيضا أثناء تحرّكه إلى داخل منطقتها «الحميمة» والخاصة. ولو قبلت المرأة اقترابه هذا ،

فهى ستقوم بإدارة جسمها نحوه حتى تصبح الزاوية بينهما (صفر درجة) وتسمح له بالدخول إلى الحيز الخاص بها. وتكون المسافة بين الشخصان اللذان يقفان في وضعية « مغلق» فى العادة أقل من المسافة التى يتم اتخاذها فى الوضع المفتوح (٤٥ درجة).

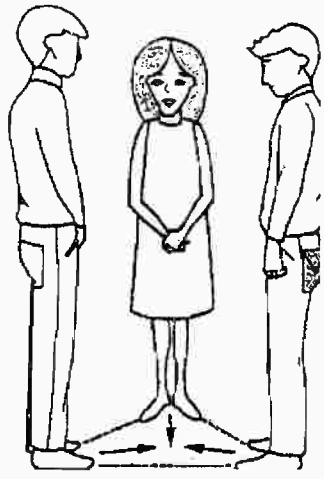
التوجه المباشر بالجسم فى - الوضعيات المغلقة-
ماهي إلا محاولة للاستحواذ على اهتمام الآخرين

بالإضافة إلى إشارات الغزل والغرام، فكلا الطرفين من الرجل والمرأة قد يعملان على «نسخ» حركات بعضهم البعض ويزيدون من التواصل بالعيون لإظهار الاهتمام. كما أن تلك الوضعيات المغلقة يمكن أن تستعمل أيضا بين الناس الذين يشعرون بالعداء نحو بعضهم البعض علامة على التحدي.

وتظهر الأبحاث بأنّ الرجال يخافون الهجوم عليهم من المقدمة، ويكونون حذرين من الاقتراب المواجه، بينما تخاف النساء من الهجوم عليهن من الخلف، ويكن حذرات من اقتراب الآخرين منها من المؤخّرة. لذا لا تقم بالوقوف أبدا فى مواجهةرجل قابلته للتو. لأنه سيعتبر ذلك سلوكا عدوانيا منك لو كنت رجلا مثله ، ولكن سيعتبره اهتمام جنسي لو كنت امرأة. فإذا كنت رجلا ذكر، فمن المقبول أن تقترب من المرأة من الأمام ثم يمكنك أن تميل بجسمك إلى ٤٥ درجة.

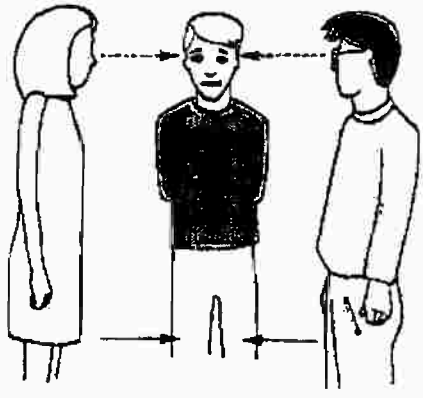
كيفية إبعاد الآخرين

ويظهر الرسم التوضيحي التالي (الوضع المفتوح ٤٥ درجة) الذى أسلفناه سابقا من قبل الشخصين الأولين، وقلنا: إنه وضع يرحب بشخص ثالث للاشتراك بالمحادثة.



وضعيه المثلث المفتوح يشجع لدخول شخص ثالث

إذا كان شخص ثالث يريد الانضمام إلى اثنين آخرين يقفان في وضعية مغلقة، فسيكون مرحبا به فقط عندما يقوم الاثنان الآخران بالميل بأجسامهم لتشكيل المثلث. وإذا كان الشخص الثالث غير مقبول، فإن الآخرين سيبقون على الوضعية المغلقة ويديرون رؤوسهم فقط نحوه كإشارة أنهم تعرفوا عليه؛ وغالبا ما سيعطوه ابتسامة مزمومة بضم الشفاه على بعضها.



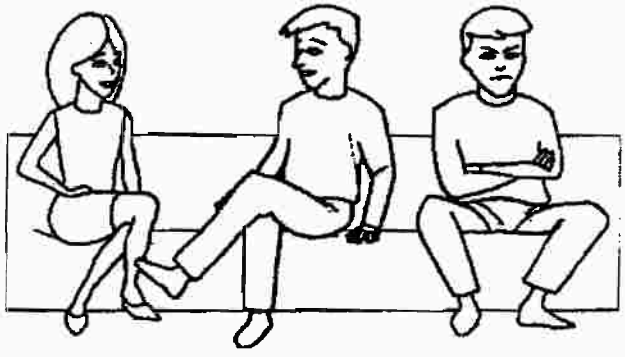
وقت الرحيل – الشخص الجديد ليس مقبولا عند الآخرين

أي محادثة بين ثلاثة أشخاص قد تبدأ في وضعية مثلث مفتوح - لكن في النهاية قد يأخذ شخصان وضعية مغلقه مع بعضهما فقط وذلك لاستثناء الشخص

الثالث. وهذا التشكيل يعطي إشارة إلى الشخص الثالث بأنه يجب أن يترك المجموعة لتفادي الإحراج.

إشارات هيئة الجلوس

إن تقاطع الركبتين مشيرة نحو الشخص الأخر يعد إشارة على الاهتمام أو قبول لذلك الشخص. وإذا أصبح الشخص الآخر مهتمًا أيضا، فهو سيعمل على تقاطع ركبتيه نحو الشخص الأول. وعندما يصبح الشخصان مرتبطين أكثر ببعضهم البعض ، فسيبدؤون بنسخ حركات وإيماءات بعضهم البعض.

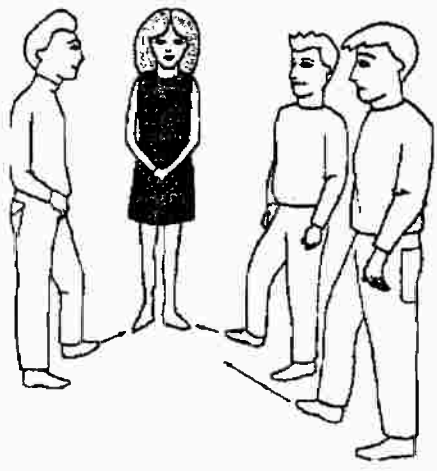


الإشارة للشخص الآخر بالجسم يستخدم
لغلق الجلسة على زوجين واستثناء الرجل الجالس على اليمين

في الصورة أعلاه، الرجل والمرأة إلى اليسار شكّلا وضعية مغلقة غلقا لاستثناء الآخرين، مثل الرجل على اليمين. والسبيل الوحيد للرجل الجالس على اليمين للاشتراك في المحادثة سيكون بتحرّيك كرسي إلى المكان المقابل للاثنين الآخرين ومحاوله تشكيل مثلث معهما، أو أن يتّخذ أي إجراء آخر لكسر تشكيلهم المغلق. لكن، حسب الوضع بالصورة أعلاه، فهما يريدان من الرجل أن يقوم بالمشي بعيدا عنهم.

الإشارة بالقدم:

لا تخدم الأقدام في العمل كالمؤشرات لتشير إلى الاتجاه الذي يدور في ذهن الشخص الذهاب إليه وحسب، بل إنها تشير أيضا إلى الناس الذين نجدهم جذابين ويلفتون اهتمامنا. تخيّل أنك في مناسبة اجتماعية ولاحظت مجموعة من ثلاثة رجال وامرأة واحدة. وبدت لك المحادثة بينهم يسيطر عليها الرجال، والمرأة تستمع فقط. ثمّ تلاحظ بأنّ القدم المتقدمة للأمام للرجال الثلاثة تشير نحو المرأة.



ويشير هذا النموذج اللا شفهي البسيط، أن كل واحد من هؤلاء الرجال يريد أن يخبر المرأة بأنه يهتمّ بها. وبشكل لاشعوري، ترى المرأة الأقدام تشير اليها، ومن المحتمل أن تبقى مع المجموعة طالما حصلت على مثل هذا الاهتمام منهم. وهي تقف وكلتا قدميها مضمومتان سوية (محايدة) ويمكن أن تشير بإحدى قدميها في النهاية نحو الرجل الذى تجده نفسها مهتمة به أكثر.

ملخص:

قليل من الناس فقط هم من يفكرون ملياً فى الدور الذى تلعبه الإشارة بالجسم والأقدام فى التأثير على مواقف وردود أفعال الآخرين. وإذا كنت تريد أن تجعل الآخرين يشعرون بالراحة، استعمل الوقوف معهم بوضعية « ٤٥ درجة المفتوحة »، وعندما تحتاج لممارسة الضغط على أحدهم، استعمل وضعية الجسم فى مواجهه الشخص بشكل مباشر. وتسمح وضعية الوقوف بزاوية ٤٥ درجة للشخص الآخر بالتفكير والتصرّف بحرية وشكل مستقل، بدون أن يشعر بأن عليه ضغوط. ولا تقترب أبدا من الرجال مباشرة من الأمام ، ولا من النساء من الخلف.

هذه المهارات الإشارية بالجسم تحتاج لقليل من المران والتدريب قبل أن تصبح طبيعية بالنسبة لك فى وقت قصير. وفي لقاءاتك اليومية مع الآخرين، فإن الإشارة بالقدم ، والإشارة بالجسم ومجموعه الحركات الإيجابية مثل الأذرع المفتوحة، وراحات اليد الظاهرة والمرئية، والميل للأمام، وإمالة الرأس والابتسام، كلها يمكن أن تجعل الأمر سهلا على الآخرين و أن يستمتعوا بصحبتك، والأهم من ذلك كله، أن تأثر عليهم بوجهة نظرك.