

لغة الجسد

obeikandi.com

Geddes & Grosset

**Body
Language**

غدويس و غروست

لغة الجسد

ترجمة
هيلانة صالح شقير

◆ لغة الجسد .

- تأليف: غدويس و غروست
- ترجمة: هيلانة صالح شقير.
- سنة الطباعة 2017.
- عدد النسخ 1000.
- الترميم الدولي: ISBN: 978-9933-18-254-0

جميع الحقوق محفوظة لدار ومؤسسة رسلان

يطلب الكتاب على العنوان التالي:

دار ومؤسسة رسلان

للطباعة والنشر والتوزيع

سوريا - دمشق - جرمانا

هاتف: 00963 11 5627060

00963 11 5637060

فاكس: 00963 11 5632860

ص. ب: 259 جرمانا

www.darrislan.com

darrislansyria@gmail.com

دار علاء الدين

للنشر والطباعة والتوزيع

سوريا - دمشق - جرمانا

هاتف: 00963 11 5617071

فاكس: 00963 11 5613241

ص. ب: 30598 جرمانا

www.zoyaala-addin.com

ala-addin@mail.sy

وفاءً لذكري

السيدة زويا ميخائيلينكو

لدورها الكبير في مسيرة دار علاء الدين

ما هي اللغة؟

اللغة هي الوسيط الذي نستطيع عن طريقه إيصال أفكارنا وآرائنا للآخرين والذي نعبر فيه عن مشاعرنا. حيث نميل للتفكير بأن اللغة هي مجرد كلمات وأصوات، ويكون هذا مدهشاً منذ أن ترافقت كلمة «لغة» بكلمة «اللسان»، وهو العضو المستخدم في إطلاق الكلمات والأصوات.

تأتي كلمة «اللغة» «Language» من الكلمة الفرنسية القديمة «Lingua» وهي الكلمة اللاتينية لكلمة «Tongue» وهي اللسان.

وبكل تأكيد فإن إحدى الطرق للنظر إلى اللغة هي التفكير بها على أنها جهاز الاتصال والتراسل عند البشر مع الآخرين والتي تستخدم أصواتاً منظمة أو التي يمكن أن تكون أيضاً مدغمة في الكتابة والطباعة.

يمكننا استخدام هذا التعريف للغة باعتبارها واحدة من المميزات التي تعدنا بشراً وتميزنا عن المملكة الحيوانية. يمكن لعائلة القطط والكلاب أن تتجح بشكل جيد في إيصال رسائلها إلينا، ولكن تدرج المواء والنباح لن يكون ببساطة على نفس مستوى كلمات البشر المهيمنة.

لا تفصلنا اللغة فقط عن الحيوانات ولكن تفصلنا بوصفنا بشراً تبعاً للمنطقة التي نعيش فيها في العالم، وتبعاً لهجة التي نتحدث بها أو التأثيرات التاريخية أو العرقية. من يعيش في أسبانيا يتكلم الأسبانية، هكذا يفعل الناس القاطنون في أصقاع أخرى من العالم، كمناطق محددة في أمريكا الجنوبية والتي كانت مستعمرة من قبل الأسبان. لهؤلاء الذين يتكلمون الأسبانية اختلافات لغوية مهمة ومحددة في القواعد والنحو بسبب الاختلاف الثقافي.

و «اللغة» هي الكلمة التي يمكن تزويدها لأي وسيلة من وسائل الاتصال ليس فقط في لفظ حروف المفردات بنظام محدد من القواعد. بهذا الخصوص، صراخ الحيوانات والحركات والتعبير هي وسائل لإيصال حاجاتها وأفعالها واستجاباتها وهي كلها شكل للغة. يأتي شكل مهم جداً من الاتصال ضمن هذه الفئة، والذي لا يترافق مع الحبال الصوتية ولكن مع الإحياءات والحركات.

هذا الشكل من الاتصال أصبح معروفاً بلغة الجسد.

الاتصال غير اللفظي:

إن لغة الجسد ليست لفظية على الرغم من أنها كانت تُصطبَح أحياناً بالكلام، كذلك تعرف عملياً في أكثر سياقات الكلام التقنية أو الأكاديمية بأنها اتصال غير لفظي، ولا تغطي لغة الجسد أو الاتصال غير اللفظي إيهاءات الجسد ولكن تحتوي على تعابير الوجه، ووضعية الجسم..

كثيراً ما تبوح لغة الجسد بأسرار أكثر من الكلام عندما تكون لاشعورية على الأرجح، وعندما يمكن أن تفسر كمرشد حقيقي للأفكار ومشاعر الشخص وذلك بالأسئلة، في الحقيقة تكون الرسالة المنقولة بلغة الجسد على عكس تلك المنقولة بالكلام. اعتاد كثير منا على التصرف بشكل عام لإخفاء أفعالنا الحقيقية، ولكن يمكن للإيهاءات أو التعابير أن تفشي بأسرارنا.

هكذا سيناريو يكون شائعاً في حياتنا اليومية. على سبيل المثال: يُحضر فرد من العائلة ضيفاً على الغداء فجأة. فالشخص الذي يتولى تقديم الطعام هو المرأة، في أيامنا هذه، لا سيما بعد تحقيق التكافؤ الجنسي مع الرجل، عندها تكون الزوجة أو الأم في ورطة لكن من المحتمل أن تكون قد تكيفت أن تكون مؤدبة بشكل كافٍ عند التعرض لمثل هذا الموقف. لو وضع الضيف غير المتوقع في جو مريح ربما تطلق كلمات الترحيب كأن نقول: «أهلاً وسهلاً، طبعاً لن يكون هناك مشكلة إذا تناولت معنا الطعام الموجود»، وتفاهات اجتماعية أخرى تخطر على البال. جُلُّ ما يشغل تفكيرها هو كيف ستنتقل نفسها إلى المطبخ وتتفحص محتويات الفرن والثلاجة ومجمد الثلاجة «الفريز». ستسأل نفسها أسئلة صامتة مثل هل تكفي ثلاث شرائح صغيرة من اللحم أربعة أشخاص؟ هل يمكنني أن أقتصد في اللحمه وأطهوها مع الكثير من الخضار؟ هل أقول إنني أكلتها للتو أو بأنني أصبحت نباتية؟

على الرغم من قوة المحاولات الكلامية التي تبديها المضيفة لإخفاء مشاعرها الحقيقية، لكن إذا كان الضيف غير المتوقع فطناً وبعيد النظر عندها سيكون عالماً بذلك من خلال أشكال متعددة للغة جسدها. ربما تتمكن المضيفة من إخفاء ذلك بذكاء من خلال ابتسامة، لكن يصعب التحكم في التعبير الذي في عينيها بما يكون دلالة يوثق بها على تصرفاتها الحقيقية، فيما إذا كان هذا غضباً من أحد أفراد العائلة «الذي أتى بالضيف» ووضعها في هذا الوضع الخاص، أو خوفاً، تاماً أو شديد الصعوبة لزيادة الوجبة لتلائم شخصاً آخر. ربما تفشي بقية أعضاء جسدها بأسرار أكثر بطريقة أكثر دقة. ربما تفسح المجال

لغضبها بالظهور باللاشعور ذلك بضرب قدمها بشكل خفيف أو طقطقة أصابعها ، أو من الممكن أن تخونها عصبيتها أو اضطرابها كأن تلوي يديها توجعاً أو أن تلف خصلة من شعرها .

كذلك ربما تستمر بالنظر فوق كتفها إلى حيث تتوضع أفكارها وحيث يكمن مصدر قلقها وهو المطبخ.

تمدنا كل بقعة من حياتنا بسيناريوهات تعكس الأمور التي تم وضعها قبل قليل. وتعطينا لغة الجسد معرفة عميقة عن الحالة العامة للأشخاص ، وحتى عن نواياهم وأكثر صدقاً من الكلام. إنه من الممتع والمفيد معرفة الكثير عن هذا النمط من الاتصال.

التبصر في لغة الجسد:

البيع

يوجد بعض ميادين الحياة حيث يكون لها أهمية خاصة لمعرفة شيء ما عن لغة الجسد. إنها على سبيل المثال مفيدة للأشخاص الذين يعملون في مجال البيع للحصول على معرفة عن الموضوع. إن التعرف على لغة الجسد تساعد البائع خلال عملية البيع. حيث تُمكن البائع من التعلم على تحليل ردود أفعال المشتري بشكل مبكر في عملية البيع ، لذلك إذا أبدى الشخص الذي يمكن أن يصبح مشترياً لغة جسدية تشير إلى عدم رغبة أو عدم ميل أو حتى ضجر تام ، عندها يمكن أن يغير البائع ، ويحول نمط البيع. من جهة أخرى ، إذا أبدى المشتري لغة جسدية تشير إلى حماس وميل للشراء ، عندها سيعرف البائع بأن تقنية البيع صحيحة وسيتابع أو ستتابع حتى النهاية.

الشراء

بالطبع إن عملية البيع هي عبارة عن عمليتين. حيث تفيد معرفة لغة الجسد المشتري تماماً كما تفيد البائع. هذا ربما يكون مفيداً لا سيما عندما يحاول المشتري أن يحصل على كمية جيدة بسعر منخفض مقترح من قبل البائع يمكن أن ترتفع فرص الحصول على تخفيضات ضخمة إذا استطاع الزبون أن يستنتج ما هو شعور البائع قبل الكلام إذا أبدت لغة جسد البائع إشارات غير إيجابية ، عندها سيكون جيداً للشخص الراغب في الشراء أن يقلص من طلبه ، وذلك بأن يحسم الموضوع بطريقة عقلانية. وإلا فإن قرار الوصول إلى سعر موضوعي يمكن أن يفضي إلى عدم البيع.

أصحاب العمل:

توجد مناطق في الجسم حيث تستطيع معرفة لغة الجسد أن تشارك بحرص فيها. آخذين بالحسبان بأنه من المهم بالنسبة لأصحاب العمل توظيف المرشح المناسب للعمل، يستطيع الأشخاص الذين يديرون مقابلات الاختيار أن ينقذوا أنفسهم من بعض الأخطاء الفادحة إذا تعلموا القليل من لغة الجسد، إذ يكون المرشحون قلقين جداً للحصول على العمل حيث يكون الجميع حذرين لإظهار الجوانب الإيجابية فقط للشخص الذي يجري المقابلة، ويعرضون أنفسهم في أفضل صورة ممكنة، في هذه الحالة أحياناً يستحيل الاختيار بينهم عملياً، إلا إذا تدربوا على فن لغة الجسد، حيث يعطي المرشحون مفتاحاً عن شخصياتهم الحقيقية، أكثر من تلك المصقولة بحذر أمام العامة، في كل الطرق البارعة. فالمعلومات التي تزودها حركات الجسد والأوضاع اللاشعورية يمكنها بالتأكيد فصل أولئك الذين ينفذون متطلبات العمل عن أولئك الذين لا يعرفون.

المرشحون للعمل:

مرة ثانية يوجد وجهان للقضية يمكن من خلالهما الاستفادة من معرفة لغة الجسد. هكذا معرفة يمكن أن تفيد المرشحين للعمل بطريقتين:
أولاً: يمكنهم تعلم ترجمة لغة الجسد الخاصة بمعدّي المقابلة. يمكن أن يكون لدى معدّ المقابلة ابتسامة مشجعة ولكن يمكن أن تبدي لغة الجسد بلا تردد إشارات سلبية.
بالطبع إنه من الممكن ألا يوجد شيء يمكن أن يفعله المرشحون المتفائلون لعكس هذا الوضع، ولكن من جهة أخرى بإمكانهم استعادة الوضع لمصلحتهم بتغيير الوسائل، عندما كانوا قادرين على الوصول إلى تقدير صحيح للحالة.
ثانياً: على الرغم من كونه سيناريو صعباً، ربما تساعد معرفة بسيطة للغة الجسد المرشحين للعمل لكي يكونوا حذرين من إشارات الجسد الواشية التي يمكن أن يبديها المرشحون لمعدّي المقابلة وإن حاولوا ضبط أنفسهم. إنها ليست مهمة سهلة حيث تتضمن محاولة ضبط اللاوعي.
لكن دراية بسيطة عن الإشارات التي يعطيها الجسد يمكن أن تقود الشخص لمحاولة كبح تلك إلى حد ما، على الأقل لوقت قصير.

لا يكون التفسير عادة بشكل مباشر:

من الخطأ الاعتقاد أن ضبط لغة الجسد بشكل كامل ممكن، على الأقل لفترة من الوقت، والعنصر الأساسي في محاولة منع الأشخاص تفسير شخصيتك الحقيقية ومواقفك ومشاعرك من خلال لغة الجسد، أنها لن تكون سهلة كما هي الحال عندما تدل إمارة ما إلى موقف ما أو مشاعر ما. هذا ليس سهلاً على الإطلاق، ولكن يكون الوضع أكثر تعقيداً حيث لا تميل إشارات الجسد أن تظهر بشكل مفرد ومعزول، ولكن تظهر كجزء من مجموعة أو تسلسل لإشارات الجسم بما فيها تعابير الوجه.

كما تم ذكره، يوجد أشكال متعددة للغة الجسد. فالحركة الجسمانية للمضيئة الكارهة التي تم ذكرها، وعملية البيع وعملية إجراء المقابلة كلها حركات لاشعورية، ولكن ليست كل لغة الجسد لاشعورية. يتم تفسير عدد من المواقف والمشاعر للآخرين بواسطة إيماءات والتي تُنفَّذ عمدًا من قبل الشخص الذي يريد تفسيرها. توصف هذه الإيماءات في هذا الكتاب بالإيماءات اللاإرادية التي تقابل تلك الإيماءات التي تنفذ لاشعورياً وتوصف بأنها إيماءات إرادية.

وما يجب تذكره هو أن ليس كل لغة الجسد تُنفَّذ في جو من الصمت. يترافق عدد من إشارات الجسد بالكلام، عندما تأخذ تلك شكل الإيماءات التي تُنفَّذ لاشعورياً. ثم تضيف الإيماءات المترافقة بالكلام تحت اسم الإيماءة. كذلك ما يجب أن تذكره، أنه ليس فقط الكلمات العادية التي يستخدمها الناس ما يجعلنا نفهم الرسالة ولكن أيضاً طبقة الصوت. إذا فكرنا في لغة الجسد بشكل عام فإننا نميل للتفكير فيها بشروط حركات الرأس أو الأطراف.

في الحقيقة يكون تفسير الموضوع بهذا الشكل محدوداً وضيقاً لأنه ليس كل لغة للجسد مرتبطة بشكل خاص بحركة الرأس والأطراف. فتعابير الوجه والعينين أيضاً ترتبط بدراسة لغة الجسد. في الحقيقة، للعينين أهمية كبيرة فهما ليستا فقط مرآة كل مشاعرنا ولكنهما تفسران الرسالة التي يصعب تزييفها. طرق أخرى تكشف الأسرار بخصوص لغة الجسد وتتضمن وضعية الجسم وقوفاً أو جلوساً.

يمكنك التحري بشكل كبير عن شخصية ومشاعر الشخص بمراقبته، على سبيل المثال، كيف يجلس على المقعد، هل الشخص يجلس مسترخياً على المقعد مع ذراعين مثنيتين بشكل مشدود أو يجلس سائداً ظهره إلى المقعد مع ذراعين مثنيتين خلف الرأس؟.

يوجد بعد ذلك أسئلة عن الوضعية الجسدية للشخص مقابل الشخص الآخر. مثلاً طاولة الاجتماعات: أماكن الجلوس على الطاولة ولا سيما عندما يكون شكل الطاولة مستطيلاً.

يفضل تجنب الجلوس على الجانب الضيق من الطاولة، الأقرب من الباب، لأنك في هذه الحالة ستكون في أسوأ حالة للكلام. يجلس الشخص الآخر الأكثر أهمية في الاجتماعات بالتأكيد على الجانب الضيق للطاولة والأبعد عن الباب.

عادة، مقدمتنا الأولى عن اللغة غير الشفوية تظهر في تعابير وجه الشخص. عندما يبتسم الناس فإننا نفترض أنهم سعداء، وعندما يعبسون نفترض أنهم غاضبون أو غير راضين. إذا أظهرت زوايا الفم هبوطاً للأسفل عندها نفترض أنهم بائسون وهكذا دواليك. لكن يبدو هذا بعيداً عن الحقيقة أحياناً. إذا أردت محاولة التعرف والإمام بتلك استمر بالقراءة!

الإيماءات:

عندما نواجه أولاً مصطلح لغة الجسد، كلمة إيماءة تصل للدماغ طواعية، لأنها تفترض لنا ببساطة فعلاً يتم تنفيذه من قبل جزء من الجسم، عادة باستخدام الذراعين، اليدين أو الرأس، والتي تكون مصممة لشرح الرسالة. بالتأكيد، على الرغم من أن الإيماءات ليست الوحيدة التي تشكل كل لغة الجسد، ولكنها تعتبر نقطة مركزية من حيث دراستها وشكلها في قسم كبير منها.

«الإيماءة» مصطلح واسع الانتشار، وسيكون مساعداً استخدامه فيما يتعلق بلغة الجسد وعلينا تقسيمه إلى زمر. خدمة لأغراض الدراسة الحالية، هذه الزمر هي الإيماءة، والتي تغطي تلك الإيماءات التي اعتادت أن تترافق مع الكلام، الإيماءات الإرادية، وتلك الإيماءات التي تُستخدم عمداً بدلاً من الكلام، الإيماءات اللاإرادية، وتلك الإيماءات التي تستخدم لاشعورياً.

الإيماء

الكلام ولغة الجسد:

عندما نتكلم، فإن أعضاء من الجسم- بمعزل عن الأعضاء السابقة التي استُخدمت في الكلام مثل الشفتين، اللسان والفكين- عادة تلعب دوراً مهماً. كذلك ربما نستعمل عضلات الوجه والعينين، ونحرك رؤوسنا أيدينا ذراعينا وأقدامنا. لأي حد يمكننا القيام بذلك؟ يختلف ذلك من شخص لآخر وبشكل ممكن من نمط شخصية لأخرى. إن درجة استخدام الإيماء أيضاً يختلف من شعب لآخر.

على سبيل المثال، يميل الفرنسيون والإيطاليون لاستخدام أيديهم بحرية لتأكيد ما يقولونه. بينما يكبح المشرقيون هذا الشيء.

لدى العديد منا أصدقاء يبدو أنهم غير قادرين على قول أي شيء دون تحريك الذراعين بشكل كبير.

فهم عادة أشخاص طليقون وصريحون يعتنون بحماس بالأشياء ولكن يفضل تجنبهم عندما يكونون خلف جهاز قيادة السيارة، من جهة أخرى يتحكم الأشخاص الكتومون بأطرافهم أكثر لأنهم يميلون لأن يكونوا أشخاصاً هادئين بشكل عام.

إن الإيماءة في سياق النص الحالي هي شيء كلنا نمارسه بانتظام، إذا كنا أو لم نكن من الأشخاص الطليقين، الذين يحركون أذرعهم، لأنها تُستخدَم هنا لتدل على نوع لغة الجسد التي ترافق الكلام.

تكمل حركات الجسم والكلام عادة بعضها بعضاً والتي تهدف إلى تواصل مقنع، وعلى الرغم من أن الإيماءة يمكن أن تكون الشريك الصغير في العلاقة فهي عادة الشريك المتمم والقيّم.

مقياس التوكيد:

يستخدم الإيماء عادة للتوكيد. على سبيل المثال، إذا أردت أن تشرح لمستمعيك حقيقة أن رجلاً معيناً طويل بشكل بارز، ربما تجد نفسك لست فقط تعطي تعابير شفوية لذلك بقولك «كان ضخماً» ولكن أيضاً تلجأ للإيماء بشد ذراعك باتجاه الأعلى قدر الإمكان، عادة باستخدام يد مسطحة ومشدودة، وبعض الأحيان تقف على أصابع قدميك لتشير إلى ارتفاع كبير.



من جهة أخرى، إذا أردت أن تدل على درجة الصغر أو القصر، تشد ذراعك للأسفل بشكل منخفض قدر الإمكان، مرة أخرى باستخدام يد مسطحة ومشدودة، وبعض الأحيان تنحني بشكل بسيط، وتقول شيئاً ما «إن الولد صغير جداً بالنسبة لعمره. هذا هو طوله فقط» أو «زرعنا شجرة تفاح منذ ثلاث سنوات ولكنها ما تزال صغيرة» يمكن أن يلعب الإيماء دوراً حيث تبين عملياً ضيق أو عرض شيء ما أو أحد ما، وتسمح لبعض المبالغة. يود أحد ما أن يؤكد أن بعض المنازل الجديدة المنفصلة قريبة من بعضها بعضاً



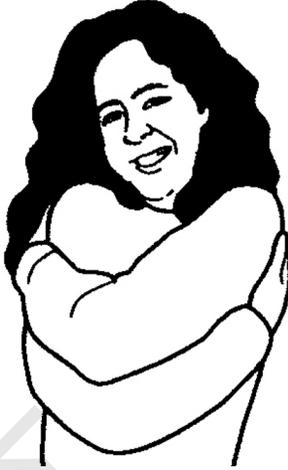
حيث يستخدم يدين مشدودتين يبعدان عن بعضهما فقط عدة إنشات ويقول: «لا يوجد مسافة بينهما أكثر من هذا».

إن القيام بتوكيد عرض أو طول شيء يعزى إلى الصيادين «بالصنارة». من المفروض أن صيادي السمك يبالغون في وصف حجم السمكة التي يلتقطونها، عند وصف الأبعاد المدهشة لهكذا سمكة تفشل الكلمات، وعندها يلجؤون لشد الذراعين وإبعادهما قدر المستطاع، ويصرحون بما يلي: «أنا لا أمزح. إنها كانت على هذا الحجم». يكفي أن نقول بأن لا أحد يصدق هذا الشيء، ولكن ما الأذى في أن نتخيل قليلاً.

البرد:

تلعب أشكال مشابهة للإيماء دوراً في التواصل اليومي مع بعضنا بعضاً ، وتضيق نوعاً

غرفة دافئة بعد نزهة
تعلق شفهي على هذا
جعل الأشخاص الموجودين
تعرضنا لها ونبحث عن
بشدة تماماً وقولنا: «إن
فاحتضان الشخص لنفسه
وما يؤكد هو كونه
من الإيماءات التي يمكن
دونه ، وعندما نستخدمها



من الحركة له. إذا دخلت للتو
طويلة في جو بارد يمكنك إجراء
التأثر. لكن العديد منا يحاول
في الغرفة الشعور بالصعوبة التي
تعاطف منهم باحتضان أنفسنا
الجو بارد هناك في الخارج».
إشارة شائعة عن الإحساس بالبرد ،
يتوافق بارتعاش كبير. إنها واحدة
استخدامها إما مع الكلام أو

دون كلام تصبح الإيماءة مثلاً على الإيماءة الإرادية وهي موضوع الفصل التالي.

الحرارة:



إن عكس هذه الإيماءة هو إمرار
اليد على الحاجب لمسح العرق «الخيالي»
«ربما لا يكون موجوداً أصلاً» لتدل على
درجة الحرارة العالية التي نعانيتها.
يمكن استخدامها مع أو دون كلام.
ولها معنى إضافي يدل على شعور الشخص

بنوع ما من التهرب. وفي الحالة الأخيرة يكثر استخدامها بشكل عام من دون كلام وتمت
معالجتها في الفصل الثاني.

لا أعرف بالمرّة:



يوجد عدة أمثلة على الإيماءات التي
تُستخدم معاً مع الكلام للتوكيد. عندما
يريد أحد ما أن يدل على أنه لا يعرف شيئاً
عن مكان وجود شيء ما أو أحد ما كان

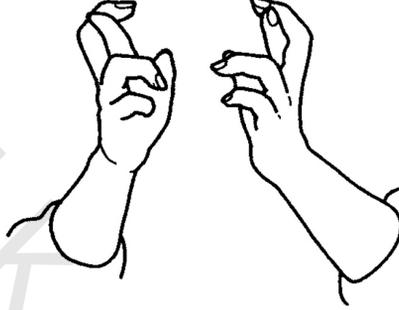
قد ضاع عندها فيقول: «ليس لدي أدنى فكرة» أو «لا أعرف بالمرة» أو «فتشني» ويقذف بذراعية بعيداً عن بعضهما على جانبي الجسم، عندها تشير بأنك إذا اخترت أن تفتش يدي لن تجد شيئاً فيهما يرتبط بالشخص أو الشيء المفقود. إن أصل هذه الإيماءات هو العصور التاريخية عندما كان يمسك الشخص العباءة مشيراً إلى عدم وجود أي سلاح.

تقاطع الأصابع:

عندما يبدأ أحد ما بمغامرة تحتاج إلى حظ ما، مثل إجراء فحص القيادة أو التقدم

لأجراء مقابلة من أجل
«حظاً طيباً» ويضيف
كما في الشكل.

الحركة ليؤكد تمنياته
تقاطع الأصابع في كلتا
إمكانية الحظ الجيد.



للإمتحان أو الذهاب
وظيفة، عندها يقول:
مستعملاً تقاطع الأصابع
وينفذ عادة هذه
الطريقة. وربما يستعمل
اليدين على أمل زيادة

يمكن استعمال هذه الإيماءة «تقاطع الأصابع» دون كلام لا سيما عندما يكون الشخص على مسافة بعيدة أو عندما يكون الصمت مطلوباً على سبيل المثال ربما يقاطع الشخص الذي يعلم القيادة أصابعه للشخص الجالس داخل السيارة حيث يتم إجراء فحص القيادة. إن لتقاطع الأصابع منشأ دينياً لأنها تدل إلى إشارة الصليب، رمز المسيحية.

أقسام:

مثال آخر عن الإيماء يتضمن تقاطع اليدين وتستخدم عندما يقول أحد ما «أقسم» عند

إطلاق هذه العبارة تتقاطع اليدين مقابل الصدر في مكان توضع القلب. تستخدم هذه الإيماءة لتأكيد صدق الشخص وتستخدم عادة من قبل الأولاد. على سبيل المثال، يمكن أن يقول طفل صغير لصديقه: «لم آخذ كتابك، أقسم لك» أو يقول لأمه: «سأنظف غرفتي، أقسم لك» يجب أن نأخذ الإيماءة ولا الكلمات المرافقة لها على أنها إنجيل منذ أن تم استخدامها من قبل شخص يستلقي بغضب ويحاول جاهداً إخفاء الحقيقة. نادراً ما تُستخدم هذه الإيماءة، من دون كلام، ولكن ربما تحدث في جو مرح عندما يقلل أحد ما من درجة استقامته أو ثقته.



دق على الخشب:



تماماً كما تقاطع الأصابع كإشارة على تمنياتنا بحظ طيب، فإننا ندق على شيء ما خشبي لمحاولة تجنب الحظ السيئ أو للاستمرار في جلب الحظ الجيد. نادراً ما تستخدم هذه الإيماءة من دون كلام.

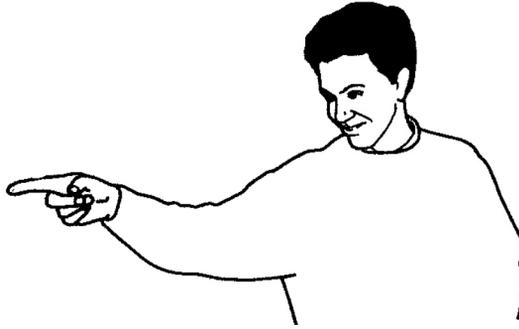
على سبيل المثال: «لا أحد منا فقد وظيفته حتى الآن، دق على الخشب» أو «يكون الطقس جيداً عادة في موعد المهرجان الشعبي،

دق على الخشب» يضرب المتكلم الطاولة أو شيئاً ما يشبهها بقبضة يده أو يلمسها ببساطة بأصابعه، عندما يتكلم.

في هذه الأيام ليس شائعاً أن يلمس أحد سطح مادة اصطناعية بغياب الخشب. إن أصل هذه الإيماءة يعود إلى خرافة قديمة، حيث كانت تعتبر أخشاب بعض الأشجار كالبلوط وشجر الدردار وشجرة البندق والزعروور البري في العصور القديمة أخشاباً مقدسة. هناك بديل مضحك للمس أو طرق الطاولة هو الطرق على الرأس فالرأس الخشبية هي رمز الغباء.

التصويب «بالإصبع»:

إن التصويب شكل شائع للإيماءة. يستخدم التصويب بإصبع السبابة عادة للتوكيد. «هل

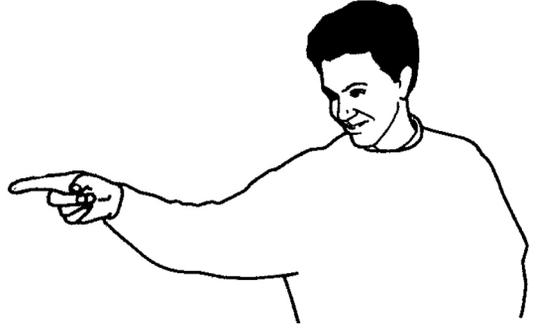


يمكنك النظر إلى ذلك». يمكن أن تتلقى استجابة أكبر إذا ترافقت بتصويب الإصبع إلى الشيء المثير للاهتمام.

يُستَخدم التصويب عادة لجذب انتباه شخص ما إلى مكان أو شخص أو شيء أو اتجاه. على سبيل المثال، يشير أحدهم إلى أحد أصدقائه أين يوجد

شخص ما ويقول مثلاً: «يوجد أخي هناك فوق» ويشير إلى البناء الذي يوجد فيه. بشكل آخر يقول أحدهم لصديقه أو زميله الذي لا يستطيع أن يجد حقيبتة التي كانت موجودة في مكان واضح: «حقيبتك هناك فوق! لا أستطيع أن أفكر كيف فقدتها!» ويشير إلى الشيء المفقود.

يستخدم الإصبع المصوب إلى شيء
ما عادة لتأكيد صيغة الأمر، مثلاً
عندما يشير صاحب الكلب إلى الكرة
ويقول: «اذهب وأحضرها!».



أحياناً يكون لدى الإيماء المؤكد
لمسة من التصنع، مثلاً، عندما يصيح
أحد ما يغضب على شخص آخر: «أخرج»
ويشير إلى الباب.

إن الاتهام بأخذ صبغة تمثيلية أكثر عند استخدام التصويب بالإصبع. يكون سياق
النص تقليدياً تماماً عندما يصرخ أحد ما للبوليس ويقول: «هذا هو! ذلك هو الشخص الذي
سرق نقودي».

لا يتضمن إصبع الاتهام عادة إجراءات ذات طبيعة قضائية. يمكن أن يوجد أيضاً في
الجلسات العائلية، عندما يشير صديقاً ما إلى آخر ومتعجباً، «لقد كانت غلطتك إننا تأخرنا».
يكون بعض الأشخاص أكثر عرضة لعادة التصويب من أناس آخرين. بعضنا ممن
تعلموا في مرحلة الطفولة أن التصويب عادة سيئة ربما يتذكرون الدروس القديمة ويصبحون
مترددin في اللجوء إلى التصويب عن رضى.

يولد الأطفال عاد مُصَوِّين. قبل تعلمهم الكلام أو أثناء عملية التعلم، فهم يدركون أن
التصويب على أي شيء يريدونه يكون طريقة مؤثرة تماماً للحصول على الشيء الذي يرغبون
به. لماذا تزعج نفسك بالكلام إذا كان بإمكانك الحصول على بسكويت بالشوكولا دون
تعلم الأصوات المرتبطة بها؟

إذاً، الحصول على الكثير بأقل مشاحنة ممكنة!

اسأل أي أب أو أم عن التصويب الذي يخص الأولاد، عندها يستنتج أحدهما مرحلة
صادقة. يمكن أن تربط حكاية نموذجية بحادثة في مكان يكتظ بالناس ولكنه هادئ

تماماً، كعربة سكة الحديد أو غرفة انتظار الطبيب. أضف الوالد والطفل الصغير إلى هذا الوضع عندها ستجد الطفل بدأ يمل ويتعجب من الصوت الحاد، «لماذا ترتدي تلك الأنسة تلك القبعة المضحكة؟» أو «انظر إلى الأنف المضحك لذلك الرجل!» أو أي عدد من الإشارات المخرجة المشابهة. تترافق الإشارة المحكية بمد الإصبع مباشرة، والتصويب المباشر على الضحية سيئة الطالع. يحاول الوالد والضحية التظاهر بعدم الاكتراث وعدم رؤية هذا الشيء، آملين أن تنشق الأرض وتبتلعهم. فالطفل لا يتوب، لا عجب في أن يتعلم الأولاد بأن التصويب أمر سيئ.

هناك اختلافات ثقافية تجاه موضوع التصويب. يمكن أن يُعتقد أن التصويب سيئ إلى حد ما في الثقافة البريطانية ولكنه يعتبر في الثقافة اليابانية أمراً بعيداً عن اللباقة والأدب. إذاً عليكم التذكر بتجنب التصويب خوفاً من إثارة غضب أحد ما عند زيارة اليابان.

هز الإصبع:

يصور إصبع السبابة شكلاً آخرًا من أشكال الإيماءة. الأشخاص، مثل الوالدين أو المدرسين معتادون أن يطلقوا العنان لهز الإصبع عند توبيخهم لشخص ما. يكون أحياناً الشخص الآخر المتورط في هز الإصبع هو الولد ولكن ليس عادة. يعتاد الأولاد كثيراً على هز الإصبع بشكل تحذيري ويرافقه عبارات مثل «لقد أخبرتك مراراً أو تكراراً أن لا تفعل هذا!». أو «انتظر حتى أخبر والدك!» عندما يميلون لتجاهله. لقد رأينا عدة أشكال للإيماءة الذي يمكن استخدامه دون كلام، والذي صنف ضمن مجموعة الإيماءات الإرادية «انظر الفصل الثاني» لكن لا يصنف هز الإصبع بشكل طبيعي في هذه المجموعة، لكونه يُدعم بنوع من الكلام حتى لو كان مجرداً «الآن، الآن» أو كلمات ذات تأثير.

إيماءات أخرى خاصة بالأصابع:

هناك أشكال أخرى شائعة للإيماءة تتضمن إصبع السبابة، ولكن يُفقد معظمها دون كلام وتم معالجة هذه الأمور في الفصل التالي من الكتاب، وهي الإيماءات الإرادية. وتتضمن الإيماءة الخاصة بالإشارة لأحد ما بالمجيء، الإيماءة التي تشير لشخص ما بالحضور، الإيماءة التي تشير لجلب شيء ما مثل زجاجة البيرة، يستخدم تقبيل أطراف الأصابع كدلالة على التقدير، ويستخدم أحياناً بالكلام وأحياناً أخرى من دون كلام. إنها عادة على الأغلب إيماءة صامتة تم تفصيلها في الفصل الثاني، فصل الإيماءات الإرادية.

ضرب القدم:

يستخدم القدم أيضاً لتأكيد تبادل المشاعر. إن ضرب القدم هو من اختصاص الأولاد والنساء، وتستخدم للدلالة على الغضب أو الإحباط، ويترافق على الأغلب عادة بالكلام. ربما يصرخ الولد: «لا أريد هذا، أريد ذلك الشيء». أو «لا أريد الذهاب إلى مدرسة الأطفال، لن أذهب!» بينما يضرب قدمه باتقاد كبير. تستتكر امرأة شابة من مرافقتها كونها تأخرت كثيراً. عندها ربما تضرب قدمها وتصرخ قائلة شيئاً من هذه السطور: «كيف تجرئين على التأخر! صار لي انتظرك ساعات!».

ضرب القدم بشكل خفيف:

يمكن استخدام القدم أيضاً في أشكال أخرى من لغة الجسد. بعض منها، مثل ضرب القدم بشكل خفيف للدلالة على نفاذ الصبر أو الغضب، وقلما تكون مرفقة بعدة كلمات مختارة تاركة الإمارة لتخبر عن نفسها. هذه الحالة، تمت مناقشتها في الفصل الثاني «الإيماءات الإرادية» منذ أن كان بإمكان الناس إطلاق العنان لاستخدام ضرب القدم ضرباً خفيفاً دون معرفتهم بذلك، تم ذكر هذه الخاصية في الفصل الثالث «الإيماءات اللاإرادية».

الشرح والوصف:

كما أشرنا سابقاً، فإن التناغم بين الكلام والإيماءة يستخدم عادة للتوكيد، لكن يستخدم أحياناً لأغراض توضيحية أو تفسيرية. إذا طلبت من أحد ما تعريف المصطلح «الدرج اللولبي»، على سبيل المثال، ربما يبدأ أو تبدأ الحديث عن شيء ما يصعد للأعلى بشكل لولبي، ولكن بعد ذلك فوراً تبدأ ببرم إصبعها بشكل دائري في الهواء باتجاه الأعلى. تكون هذه الإيماءة أكثر فائدة من الكلام في هذا الوضع الخاص وتساعد بالتأكيد الشخص الذي يحاول تعريف الفكرة.

يعاني أحدهم من مشكلة شرح «زك زاك»، «الخط المتعرج» عندها يلجأ إلى استخدام الإيماءة بسرعة.

يستخدم الإيماءة عادة كدعم للكلام عندما يتم وصف الأشكال الهندسية. على سبيل المثال، عندما يطلب من أحد ما وصف المثلث أو المستطيل بشكل غير تقني. كما تستخدم أيضاً في أمثلة أخرى متعددة عندما يعتقد الشخص المتكلم أن الكلمات المستخدمة أقل من المطلوب لشرح المعنى المطلوب. بالطبع، تكون أحياناً ذات دعم لإرادي أكثر من كونها مخطط لها تخرج الكلمة فجأة من الشخص المعرف «لشيء ما» مثبتة عدم كفايتها.

الاتجاهات:

المثال التقليدي لهذه الحالة هو الشخص الذي يطلب منه سائق السيارة تحديد الاتجاه للذهاب إلى المكان المطلوب. لا يبدأ الشخص المحدد للاتجاهات فقط شفهاً بقوله شيئاً ما مثل: «تذهب مباشرة على طول الصف التالي من الإشارات، تدور باتجاه اليمين عند الدوار، بعد ذلك إلى يسار الكنيسة وتذهب مباشرة حتى تصل إلى حانة تدعى «ريد ليون»، وهي الثالثة على اليمين بعد ذلك لا يمكنك أن تخطئ»،

ولكن يمكن أن تترافق مع التعليمات المحكية إيماءات اليد والذراع لتوضيح الاتجاهات المتعددة التي يمكن أن تسلكها السيارة. يكون الإيماء في هذه الحالة مساعداً جداً للشخص الذي يعطي التعليمات، حيث يبدو أن حركات الذراع تساعد على تذكر الاتجاهات عن المكان المطلوب أكثر من الشخص الآخر الذي يتلقى التعليمات، الذي يجلس على مقعد القيادة يحاول يائساً إما حفظ الاتجاهات أو كتابتها، والذي يمكن أن لا تكون حركة الذراع مرئية له على الإطلاق.

يوجد أحياناً اختلاف واضح بين إيماءات الذراع الطويلة التي تصف اتجاهات المسافات القصيرة وتلك التي تصف اتجاهات المسافات الطويلة. عادة كلما كانت المسافة أقصر كلما قل ارتفاع حركات الذراع.

الأسلوب الأكثر وضوحاً لاتجاهات المرور يمكن أن يعطيه شرطي المرور ومراقب وقوف السيارات.

تكون هكذا اتجاهات على الأغلب صامتة، إلى أن يفسح شرطي المرور أو مراقب وقوف السيارات المجال للإغراء ويقسم بإحباط، فقد تم معالجة هذه في فصل الحركات الإرادية الفصل التالي.

الإيماء اللاإرادي:

إن حاجتنا لإغناء كلامنا باستخدام الإيماءة أمر عظيم، وأحياناً لإرادي، ذلك أن العديد منا يلجأ بشكل متكرر للإيماء حتى عندما نشرك في المكالمات الهاتفية حيث لا يتسنى للشخص الآخر فرصة مشاهدة أو تفسير أي إيماءة. على سبيل المثال، ربما نشكو بغضب إلى وكيل الشركة الذي لم يسلمنا شيئاً ما كنا قد طالبناه بتسليمه في موعد محدد: «أريد استلامه الآن، الآن تماماً!» ربما نصرخ، ونشير باهتياج إلى الأرض لنريه أين

هو «هنا» بالضبط. على الرغم من أن تأكيد الإيماء لم يتم رؤيته من قبل الشخص الآخر على خط الهاتف، يكون الصراخ عادة كافياً لشرح المغزى العام لما نشعر به. يوجد ميزة شافية حول هذا النوع من الإيماء ربما لا يكون لها تأثير على شريكنا الآخر المتصل بالهاتف، ولكن قد تساعدنا على صب جام غضبنا والتخلص من التوتر.

يوجد العديد من الإيماءات التي يمكن استخدامها مع أو دون كلام ويمكن تصنيفها كأمتلة للإيماءة وأمتلة للإيماءات الإرادية- في الحقيقة، يمكن أن يظهر بعضها في الزمرة الثالثة للإيماءات اللاإرادية.

إن العديد من الإيماءات التي يمكن أن توظف إما كإيماءات أو كإيماءات إرادية تم التعامل معها في الفصل التالي في الإيماءات الإرادية. إن هذا صحيح بشكل خاص لتلك الإيماءات التي تواجه بشكل شائع دون كلام.



أمثلة عن الإيماء

يمكن تصنيف الإيماءات كأمثلة للإيماء ولكن تمت معالجتها في الفصل التالي

متضمنة ما يلي:

الرأس:

هز الرأس: تدل هذه الإيماءة على الموافقة أو القبول.

الإيماء بالرأس: يدل على الرفض، الإنكار، الإبطال.

التربيت على الرأس: تدل على تهنئة النفس.

حك الرأس: تدل على الحيرة، الارتباك.

ضرب الرأس: تدل على الغضب بسبب إدراك الشخص لنسيانه شيئاً ما أو لتذكره متأخراً فجأة شيئاً ما.

تحريك الرأس لأعلى: تدل على التحدي أو العدوانية أو تدل على الحركة التي تشير إلى الأمر بالذهاب لجلب شيء ما أو تشير إلى الإقدام على ممارسة الجنس.

إمالة الرأس: تستخدم بدلاً من التصويب بالإصبع أو تدل على حركة الأمر بالذهاب لجلب الشيء.

الجبين:

هز الرأس: تدل هذه الإيماءة على الموافقة أو القبول.

مسح الجبين باليد: يدل على الحرارة العالية أو يدل على الإحراج.

العينان:

اليدان فوق العينين: تدل على الرغبة لعدم رؤية أحد ما أو شيء ما.

الحاجبان:

رفع الحاجب: يدل على صدمة، أو مفاجأة أو عدم الموافقة.

خض الحاجب: يدل على الغضب أو التركيز.

الأذنان:

إمساك الأذن: يدل على عدم القدرة على السمع أو صعوبة في السمع.

الأصابع: يدل على عدم الرغبة في سماع شيء ما أو للتعبير عن عدم السرور

فوق الأذن: بسبب الضجة.

اليدان فوق الأذنين: يدل على عدم الرغبة في سماع شخص ما أو شيء ما.

الأنف:

الضرب على الأنف: تدل على السرية أو الخصوصية.

بشكل خفيف:

إمساك الأنف: يدل على وجود رائحة كريهة.

تجعيد الأنف: يدل على عدم الموافقة أو يدل على وجود رائحة كريهة.

الشم بشكل مبالغ فيه: يدل على وجود شيء ما ذي رائحة زكية، بخاصة شيء ما جيد للأكل.

الشفتان:

لعق الشفوة: يدل على توقع شيء ما سار ولا سيما شيء ما جيد للأكل.

الإصبع فوق الشفتين: انظر الإصبع.

تقبيل أطراف الأصابع: انظر الإصبع.

نفخ القبلة: تدل على تقدير شيء ما سار أو تدل على حركة الوداع.

الذقن:

إمساك الذقن: يدل على التفكير العميق.

الأكتاف:

هز الكتفين: يدل على التجاهل أو اللامبالاة.

الذراعان:

تحريك اليدين: يدل على إعادة الوداع أو تدل على إثبات الوجود بلفت الانتباه.

التصفيق باليدين: يدل على الشكل التقليدي للموافقة أو التقدير.

رفع اليد: يدل على إثبات الشخص لوجوده وذلك للفت الانتباه.

حك اليد: يدل على البرد القارس أو تدل على السعادة أو الترقب.

المصافحة باليد: كشكل تقليدي للترحيب.

التلويح باليد: يدل إما «بعذك» أو تدل على إيماءة «أخرج».

اليدان فوق الأذنين: انظر الأذنين.

اليدان فوق العينين: انظر العينين.

قبضة اليدين:

رفع القبضة: يدل على الهجوم أو التخويف بالتهديد.

الأصابع:

رفع الإصبع: يدل على إثبات الشخص لوجوده للفت الانتباه.

الإصبع على الشفتين: يدل على الحاجة للهدوء أو الصمت.

الإبهام:

رفع الإبهام: يدل على الموافقة أو القبول أو يدل على أن كل شيء على ما يرام.

الإيماءات الإرادية

التوكيد المقصود:

يصف هذا الفصل الإيماءات الإرادية تلك. أو حركات الجسد التي تُنفَّذ بشكل مقصود تماماً، مع الدراية الكاملة للمستخدم لهذه الإيماءة، بشكل غير مشابه للفصل الثالث، الإيماءات اللاإرادية. لا تتوافق مع الإيماءات الإرادية في خصوص هذا الكتاب بالكلام. تم تمييزها في هذا الخصوص عن الفصل الأول «الإيماء».

هناك تداخل بين الزمر «الإيماءة» و «الإيماءة الإرادية» منذ أن كان بعضها يمكن استخدامه مع أو دون كلام.

إن وجود أو غياب الكلام سيحدد أي زمرة يجب استخدامها.

بعض الإيماءات التي تم وضعها في زمرة الإيماء يمكن استخدامها أيضاً دون كلام، عندها يمكن وصفها على أنها إيماءات إرادية. والمثال على هكذا إيماءة هو تقاطع الأصابع، التي يمكن استخدامها دون كلام، التي تشير إلى أن من يستخدم هذه الإيماءة يأمل بحظ جيد. احتضان الشخص لنفسه مثال آخر على هذا. يمكن استخدامها للإشارة على البرد القارس دون أن تتوافق بكلام. هناك تسوية بين الكلام وعدم الكلام عندما يعاني الشخص من البرد ويحتضن نفسه ويقول «برررر».

كذلك يمكن أن توصف الإيماءة التي تشير إلى نقص معرفة مكان وجود شخص ما أو أي شيء ما تحت زمرة الإيماءة ولكن يمكن استخدامها دون كلام. ويكون قذف الذراعين بعيداً عن الجسم كافياً ليبرر عدم معرفة الشخص.

هناك أمثلة على الإيماءات التي يمكن استخدامها مع أو دون كلام، ولكن لم يتم معالجتها ضمن زمرة الإيماءة تتضمن مسح العرق «الخيالي» عن الجبين. ولكن إذا استخدمت دون كلام يمكن أن يساء فهمها إلى أن يتضح المعنى من سياق النص، يمكن أن تتوافق هذه الإيماءة إما بالحرارة العالية أو الإحراج.

يساعد استخدام الكلام على توضيح الأشياء. عندما ترتفع درجة الحرارة يصبح الشخص الذي يمسح جبينه بشيء ما «إن الجو حار!» أو «ما هذا إنه يوم حار جداً!» ليرافق استخدامه للإيماءة، إذا تم منع خطر ما تكون العبارة المرافقة: «لقد كان شيئاً قريباً!» أو «كادوا أن يمسكوا بنا!».

فرك اليدين:

إن فرك اليدين هو إيماءة أخرى يمكن أن تترافق بالكلام أو لا. مرة أخرى يمكن أن يؤدي غياب الكلام إلى تفسير الإيماءة بشكل خاطئ إلى أن يتم توضيح المعنى من السياق العام. يمكن أن تبين الإيماءة أن الجو بارد جداً عندما تترافق بـ «إن الجو بارد في الخارج هنا!» يمكن استخدام نفس الإيماءة من الشخص الذي يعلق بسرور أو موافقة على شيء ما. في هذه الحالة تترافق الإيماءة عادة بتعليق شفهي مثل «أليس هذا جميلاً؟». يمكن أن يكون فرك اليدين أيضاً إشارة يستخدم فيها الشخص الإيماءة عندما يتوقع شيئاً ما يجد فيه المتعة. إنها عادة الإيماءة ربما يجدها بعض الناس غير سارة عندما يفرك البخيل يديه وهو يفكر في عد نقوده.

تَفَضَّلْ «أدْخُلْ أولاً»

أمثلة أخرى عن الإيماءة التي يمكن استخدامها مع كلام أو دونه، ويمكن أن تصدر عن شخص يتصرف بتهذيب وسمح لشخص ما أن يدخل قبله إلى مكان ما. كما يمكن أن يؤدي الشخص انحناءة بطيئة للأمام ويجري حركة رشيقة بيده ويقول «تفضل» أو يمكنه إجراء الإيماءة دون قول أي شيء على الإطلاق. في هذه الحالة لا يُحتمل أن يُساء فهمها لأنها واضحة من السياق العام.

التصويب:

إن استخدام التأشير بإصبع السبابة للتوكيد يمكن استخدامه مع أو دون كلام. إذا استخدمت مع الكلام عندئذ فهي تدعم أو تؤكد العبارة مثل «إن الكتاب فوق الطاولة هناك» أو «وضعت الرزمة هناك قرب الباب». عند استخدامها دون كلام لا تُستخدم ببساطة للتوكيد ولكن لإبانة الاتجاه الذي يجب على أحد ما النظر إليه لرؤية أو لإيجاد الغرض أو الشخص أو المكان. يترافق التصويب عادة بالكلام وتم تغطيته أكثر في الفصل السابق في «الإيماءة».

تقبيل رؤوس الأصابع:

تستخدم الأصابع بالاشتراك مع الشفتين لتشكيل إيماءة الموافقة أو التقدير. إن إيماءة تقبيل أطراف الأصابع ببطء- وهي فرنسية الأصل- تميل لأن تستخدم فقط من قبل الأشخاص الذين يؤدون إيماءات متصنعة. يمكن استخدامها كإيماءة إرادية دون كلام. على سبيل المثال يمكن لأحد ما أن يتذوق بشكل خاص قطعة لذيذة من الكعك ويقبل أطراف أصابعه بنشوة زائفة. كما يمكن استخدامها مع الكلام كشكل من أشكال الإيماءة انظر «إيماءات أخرى خاصة بالأصابع» عندما يرشف أحد من زجاجة نبيذ فاخر عندئذ يقبل أطراف الأصابع ويصيح بشيء ما مثل «رائع!» «Wonderful» أو لأنك ممن يستمرون في محاكاة الفكر الفرنسي ربما يصيحون: «رائع» «Magnifique».

إن الأشخاص الذي يطلقون العنان لتقبيل أطراف الأصابع يميلون لفعل هذا للتعبير عن تقديرهم لشيء ما يأكلونه أو يشربونه. وتستخدم أحياناً في الأغلب من قبل الرجال، للتعبير عن تقديرهم لجمال الجنس الآخر. يجب علينا ألا نخلط ما بين إيماءة تقبيل أطراف الأصابع للتعبير عن السعادة مع إيماءة تقبيل أطراف الأصابع عند نفخ القبلية. تميل القبلية في هذه الحالة لأن تكون أقل بطناً وتستخدم كإيماءة للوداع. تُستخدم عادة من قبل النساء أو من رجل إلى امرأة. يمكن أن تُستخدم هذه الإيماءة بالاشتراك مع الكلام مثل «إلى اللقاء الآن!» أو «أراك حالاً!» وهكذا تصبح مثلاً للإيماءة، لكن تستخدم بشكل متكرر عبر الغرفة إلى أحد ما بعيداً عن مدى السمع.

لعق الشفتين:

تشارك الشفتان مع اللسان للإشارة إلى توقع شيء ما جيد للأكل. يمكن استخدام إيماءة لعق الشفتين إما لوحدها أو بالاشتراك مع إشارة مثل «ذلك يبدو لذيذاً!» مثل فرك اليدين، يمكن تفسيرها من قبل الآخرين على أنها إيماءة كريمة. يكون هذا صحيحاً لا سيما عندما تُستخدم الإيماءة من قبل شخص ما يكون عادة رجلاً يسيل لعابه وراء جاذبية شخص من الجنس الآخر، أحياناً تترافق الإيماءة بإشارة منحطة مثل «بيدو هذا لذيذ الطعم!».

ضرب القدمين على الأرض:

يمكن استخدام إيماءات القدم أيضاً بالاشتراك أو دون الاشتراك مع الكلام. وقد تم وصف ضرب القدم في الفصل السابق في «الإيماءة» تترافق عادة على الأغلب بالصراخ أو «الزعيق» كنوبة غضب، ولكن يمكن أن تحدث لوحدها للإشارة إلى إحباط صامت.

الركل:

تستخدم الركلة للأمام بقدم واحدة للإشارة إلى الغضب بغضب وأنه يجب على أحد ما الخروج أو المغادرة. يمكن استخدامها إما دون الاستفادة من الكلام أو تترافق مع التعجب مثل «أخرج!» تستخدم الإيماءة عادة للحيوانات المدللة المنزلية- أولئك الذين ينتمون إلى أحد ما- ممن لا يُرحب بوجوده. تترافق الركلة في هذه الحالة مع «ابتعد» «shoo».

تحريك اليد للأمام:

يمكن افتراض رسالة مشابهة إذا حرك أحد ما يده بعيداً عن الجسم. مرة أخرى يمكن أن تترافق أو لا تترافق بالكلام، على الرغم من أن الأولى في هذه الحالة هي الأكثر شيوعاً. على سبيل المثال، ربما تقول امرأة لأحد ما يحاول بيعها شيئاً ما عند الباب «ابتعد» وتمضي مُلوحة بيدها للأمام.

تحريك الأنف:

إن تحريك الأنف هي إيماءة شائعة في لغة الجسد. إنها عادة إيماءة لاإرادية ويتم معالجتها في هذا الفصل.

استخدامها كإيماءة إرادية السياقين تكون دلالة على خصوصية مأكرة. القيل والقال فوق سياق الجيران الآخرين بقوله: كلمات من هذا القبيل يتأمل أحد ما لإيجاد ذريعة شيئاً ما سرياً أو مأكراً



لكن يمكن وحتى كإيماءة. في كلام السرية أو على شيء ما ذي ينهمك أحد ما في الجيران مما يؤدي إلى فضح «احتفظ بهذا لك أنت» أو ويحرك أنفه بإصبع السبابة. للسر أو يأمل للإشارة أن

يستمر في وضع يكون فيه الكلام لسبب ما غير ممكن، ربما يجري نفس الإيماءة.

إمساك الأنف:

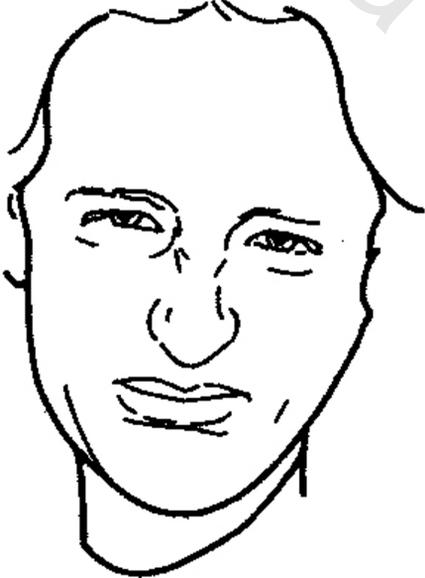
يرتبط الأنف طبعاً بالرائحة. إن إمساك الأنف وضغط الخيشوم بشدة مع بعضها بعضاً،



أحياناً بطريقة مصطنعة أو تمثيلية هي إيماة إرادية تشير إلى وجود رائحة كريهة أو سيئة مثلاً دخول أحدهم برفقة كلب قذر. تستخدم أحياناً أيضاً كمثال على الإيماة، منذ أن استخدم الناس أحياناً هذه الإيماة بالاشتراك مع قول شيء ما كما في هذه السطور: «ما هذه الرائحة!» يتم تقليص الكلام مصادفة إلى التعجب مثل «فيو» «pheu» عندما يشم أحد ما بشكل خاص رائحة جبن قوية.

تجعيد الأنف:

يستخدم تجعيد الأنف كطريقة تمثيلية بدرجة أقل للدلالة على وجود شيء ما أو أحد



ما ذي رائحة كريهة في مكان قريب.

مرة أخرى يمكن استخدامها إما مع الكلام وإما من دونه. يمكن أن يدل تجعيد الأنف بشكل غير مشابه لإمساك الأنف على عدم السرور دون أن يكون ذا علاقة بالرائحة. على سبيل المثال ربما تشير إلى عدم الرضا عن السلوك السيئ لشخص ما أمام الجمهور بتجعيد الأنف أو تدل على عدم ميلك لعمل شيء ما. يمكن أن يترافق تجعيد الأنف بالكلام عندما لا يكون للرائحة علاقة بالموضوع تماماً، كما تقول «لا يمكنني تخيل ذلك الفيلم، بعدئذ تقوم بتجعيدة أنفك.

يمكن استخدامها أيضاً دون كلام بشكل لاشعوري تماماً، كما يمكن استخدامها بشكل شعوري. هكذا يمكن أن يقدم شخصاً ما مختارات من المجلات التي لم يجذبك ولا واحدة منها، ربما تقول بأدب. «كم هو لطيف! سأستمع بقراءة تلك» ولكن ربما يتجعد أنفك

في الوقت نفسه. لقد تم مناقشة هذا النوع من الإيماءة اللاشعورية في الفصل التالي «الإيماءات اللاإرادية»

الشم:

يدل الشم المطول المبالغ فيه عادة على أن الشخص الذي يقوم بالشم يعبر عن تقدير للرائحة الزكية. ربما تثبتق الرائحة من استخدام أحد ما لعطر فرنسي غالي الثمن أو من زهرية الورد العطرة، لكن تترافق عادة بالطعام. يمكن استخدام الشم المطول كإيماءة إرادية قائمة بذاتها أو يمكن أن تترافق بإشارة تقدير مثل «آه، شيء ما له رائحة جيدة!».

لمس الذقن:

يمكن استخدام لمس الذقن كإيماءة لإرادية أكثر شيوعاً وقد تمت دراستها سابقاً لكنها تستخدم أحياناً كإيماءة إرادية وأحياناً كشكل من الإيماءة.

في كلتا الحالتين يشير لمس الذقن إلى التفكير العميق أو التركيز، يستخدم أحياناً بشكل مدروس ومنتصنع لتحقيق أثر هزلي، على سبيل المثال، ربما يطلق الأب العنان لاستخدام الإيماءة عند الإجابة؛ «حسناً، لا أعرف. أتعجب فيما إذا كان من الممكن ترتيب الأمر،» بناء على طلب من أولاده لبعض الملاطفة.



لمس الأذن:

يكون لمس الأذن شائعاً أيضاً في لغة الجسد. مرة أخرى تكون أحياناً إيماءة لإرادية، كما تم التعامل معها في الفصل التالي. وتستخدم إيماءة لمس الأذن كإيماءة إرادية. إذا أردت أن تشير لأحد ما أنه لا يمكنك سماع ما يقول، على سبيل المثال، بسبب الضجة التي حولك ربما تقفل أذنيك بيديك للإشارة إلى هذه الحقيقة. ويكون تمريناً غير مفيد إذا كان مستوى الضجة مفرطاً، لكن يمكنك استبدال إقفال الأذنين إلى إيماءة وذلك بالصراخ: «لا يمكنني سماعك!» إنه واضح تماماً لماذا يكون الشكل الصامت لإقفال الأذنين محتملاً لأغلب الأحيان. في الحقيقة، يوجد أحياناً عدة أسباب لاستخدام شخص ما للشكل الصامت للإيماءة. الحاجة إلى الصمت هو أحد الأسباب.

إيماءة العجز عن الكلام:

«هش!»

إذا كانت هناك جماعة مشاغبة من الناس على وشك دخول منزل حيث يوجد طفل سيئ الخلق ذهب لتوه للنوم عندئذ هناك سبب صغير جداً يجعل والدة الطفل تصرخ «اصمتوا إن الطفل نائم!» منذ أن كانت الضجة ستوقظ الطفل. كان من الأفضل للأُم أن تلجأ إلى الإيماءة الإرادية وتضع الإصبع على شفيتها كالتماس للصمت. وكبديل كان بإمكانها أن تضع رأسها على جانب واحد على يدين مثيتين مقلدة الشخص النائم وتقدم مبرراً للصمت في هذه الحالة - على الرغم من أن هذه المحاكاة يمكن أيضاً أن تشير بأن الشخص الذي يمثل هذه الحركة متعب ويريد الذهاب للنوم. بالطبع كان بإمكان الأم الملتزمة للصمت أن ترافق تقليدها للحركة «هش» أو بهمسة: «ستوقظ الطفل!» في هذه الحالة ستصبح الإيماءة الإرادية إيماءة فيما يتعلق بنظام التصنيف في هذا الكتاب.

تكون الإيماءة الصامتة مفيدة عندما يتوجب إرسال شيء ما بصمت أو بهدوء عندئذ يبقى شخص ما غير عالم بها. إذا عرفت بأن صديقاً على وشك أن يقول شيئاً ما للتو غير مشرف عن شخص ما موجود وقادر على سماعه، يمكنك منع الحالة المربكة باستخدام بعض أشكال المحاكاة لتشير لصديقك بوجود الشخص.

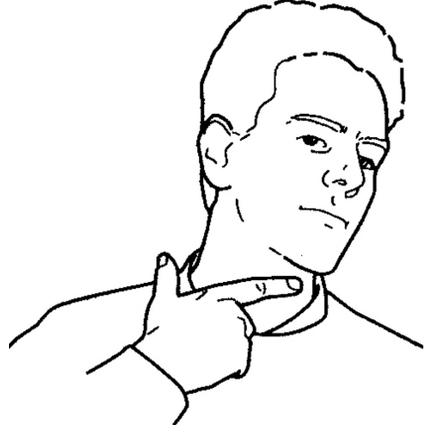
ربما توهي أو تهز رأسك باتجاه الشخص لتلفت انتباه صديقك إليه أو ربما تستخدم إبهامك بتحفظ لإحداث نفس التأثير.

بالطبع، ليس بالضرورة أن يكون وجود الشخص هو ما تشير إليه، ربما يكون شيئاً ما تعتقد أنه يمنعك، لتفاجئ أو لتسلية رفيقك. على سبيل المثال ربما تكون في منزل أحد ما وتود أن تشير إلى صديق إلى قطعة قبيحة من الأثاث أو الحلي. حيث لا يمكنك التعليق بوضوح بصوت عالٍ وإلا فإن صاحب المنزل سيسمعك والتأشير بالإصبع يمكن أن يلاحظ بسهولة. لكن يمكن أن يشير الإيماء بالرأس أو هزه أو دفع الإبهام إلى ما تريد ترأسله دون أن تسبب أي غضب.

مشكلة:

هناك العديد من المصادفات حيث تتحدث الإيماءة مجلدات دون توريطك في أي عدم وفاق. ربما تريد أن تشير إلى رفيق في العمل بأن رفيقاً آخر ممن يكون قريباً من مدى السمع ولكن لا ينظر إليك في هذا الوقت، سيقع في مشكلة. منذ أن كنت غير

قادر على توضيح هذا بالكلمات خوفاً من سماعك، فإنك ترسم خطأ وهمياً بحافة يدك عبر رقبتك كما لو أنك ترسم سيفاً يخترقها ويدل على الموت.



في الحقيقة تدل الإيماء الرمزية عن الموت الحقيقي أكثر من المشكلة الكبيرة، منذ أن كان بإمكانها الدلالة بأن شخصاً ما قد أقدم على الانتحار.

يمكن استخدام الإيماء السابقة منع الكلام عندما يكون الصمت والسرية غير مطلوبين. وهكذا تصبح مثلاً على الإيماء. في هذه الحالة يمكن استخدام الإيماء لإضافة التوكيد لعبارة كئيبة مثل: «لقد أصابته الآن!» «يريد رئيس العمل أن يراها- يريد أن يقطعها إرباً!» أو «إذا اكتشف مدير المدرسة ما يفعلونه في



الأعلى، سيقطعهم إرباً!» يوجد عادة عنصر من الاستمتاع الغريب لسوء حظ الآخرين في هذه الإيماء. لن يكون غير عادي للشخص الذي يجري هذه الإيماء أن يكون شخصاً قدره أو حياته في خطر.

تدل إيماء إرادية أيضاً إما على مشكلة كبيرة أو الانتحار أو الموت وذلك بتصويب إصبع السبابة مع الإبهام على الصدغ في الهواء. تكون الإيماء رمزية لتصويب مسدد على الرأس.

الجنون:

يمكن استخدام الإيماء الإرادية دون كلام لإحداث أثر هزلي. إذا كنت تقف خلف شخص ما يخطب خطاباً رناناً أمام مجموعة من الناس، وأردت أن تشير للآخرين أنك تعتقد أنه إما شخص غبي أو مجنون تماماً، يمكنك رسم



دائرة في الهواء قرب صدغك أو أذنك للإشارة بأن دماغه مشوش وبأنه غبي.

بدلاً من ذلك يمكنك وضع رأس سبابتك على جانب جبهتك للإشارة إلى نفس الشيء، المشكلة الوحيدة هي أن نفس هذه الإيماءة يمكن أن تدل أيضاً «خاصة في الولايات المتحدة الأميركية» على أن الشخص ذكي جداً. شيء ما من الذكاء في الحقيقة.

التأؤب المقصود:

بشكل مشابه، يمكنك فتح فمك بشكل واسع ووضع يدك عليه للتظاهر بالتأؤب، تستخدم الإيماءة للدلالة بأنك تشعر بالضجر. تأديتها على الأغلب خلف ظهر الشخص الممل لتسلية أي متفرج، لكن إذا كان مستوى الضجر مرتفعاً كفاية ووصلت إلى حدود اليأس عندئذ تكون طريقة التأؤب وجهاً لوجه مطلوبة. تتم إيماءة التأؤب هذه عادة كإيماءة غير شعورية كما تمت معالجتها في فصل الإيماءات اللاإرادية.

التربيت على الرأس:

إذا كنت تريد تهنئة نفسك على قيامك بشيء ما تعتبره ذكياً وأردت نقل هذه الحقيقة للآخرين الموجودين ولكن تود فعلها بصمت لسبب ما، يمكنك التربيت على الرأس. مرة أخرى يتم فعل هذا عادة لإحداث أثر هزلي، مثلاً عندما يؤدي الإيماءة تلميذ في غرفة صف المدرسة لفائدة رفاق الصف، عندما يكتب المدرس على اللوح ويدير ظهره للتلاميذ. يمكن أن تكون الحركة مثلاً للإيماءة، إذا ترافق تهنئة النفي «التربيت» مع عبارة مثل «كم أنا ذكي!» ولكنها تأخذ عادة شكل التقليد. إنها بالطبع شيء ما جيد أو ذكي. يجد الأولاد وبخاصة الأولاد الكبار هذا الشيء هو تنازل في التعامل.

العزف على الكمان:

في الحقيقة تستخدم الإيماءات الصامتة لإحداث أثر هزلي أو ساخر حتى لو كان الشخص المستهدف بالإيماءة عالماً تماماً بها، على سبيل المثال ربما يتخيل أحد ما بأنه يعزف على كمان إذا كان هناك شخص ما مفرط برومنسيته أو يحن لوطنه الخ. ليس شائعاً للمراهقين «بين ١٣-١٩» الإقلاع عن كمانهم التخيلي إذا قام الوالدان أو الجيران بدعوتهم إلى ذكريات الأيام القديمة الحلوة أو كم كانت الأشياء صعبة في أيام شبابهم.

عبارات مثل «عندما كنت في سنك كان علي أن أمشي ثلاثة أميال إلى المدرسة وثلاثة في العودة كل يوم» عادة تدل على «دوزنة» حركة الكمان التخيلي، حتى لو كانت التصريحات في الواقع حقيقية. يتم أداء هذه الإيماءة الواسعة الانتشار عادة كإيماءة لاشعورية وتمت معالجتها في قسم الإيماءات اللاإرادية.

عض أظافر الأصابع:

قطعة أخرى من المحاكاة «التقليد» تستخدم لإحداث أثر هزلي هي تلك التي يؤديها شخص يتظاهر بعض أظافر أصابعه. كعادة لاشعورية تدل هذه الإيماءة بأن الذي يعض أظافره هو شخص ذو مزاج عصبي ويمرض بسهولة عادة.

عند أداء هذه الإيماءة شعورياً فهي للمبالغة في حالة الشخص العصبية أو عدم التأكد من شيء ما. على سبيل المثال. إذا كان هناك مجموعتان من الناس ينتظرون إعلان نتائج عدد الأصوات في الانتخابات ربما يجري أحد منهم إيماءة عض الأظافر لصديقه عبر الغرفة.

التراسل عبر مسافة:

تكون الإيماءة الإرادية مفيدة أكثر من إيماء الكلام لوحده أو الإيماءة حيث تكون المسافة عاملاً مشتركاً. يجب ألا تكون المسافة بعيدة لتجعل التراسل العادي صعباً أو مستحيلاً. يود الناس تأجيل رفع الذراعين الذي يجدونه صعباً للتراسل بالنسبة لسائقي العربات المارة ولا بأي وسيلة لذلك فهم يمدون ذراعيهم ويرفعون بأصابع الإبهام في الهواء، أحياناً يحركونها من جهة لأخرى.

الإشارات الخاصة باتجاه السير:

مجموعة واحدة من الناس ممن تعتمد بشكل كبير على الإيماءات الإرادية لمسافات قصيرة نسبياً هم شرطة المرور أو مراقبو وقوف السيارات. هكذا أناس لم يعد وجودهم شائعاً كثيراً الآن. ولكن ما زالوا موجودين خاصة عندما تنكسر الإشارات الضوئية التي يقال عنها أنها معقدة والموجودة في أي مكان. ستجدهم هناك في منتصف الطريق المزدحم في أوج ساعة ازدحام السير، مستخدمين أيديهم وأذرعهم للإشارة لراكبي السيارات فيما إذا كان عليهم التوقف أو المتابعة.

في المزاد العلني:

يستخدم الأشخاص العاملون في المزاد العلني أيضاً إيماءات إرادية بانتظام على مسافات قصيرة بشكل معقول. تختلف طبيعة الإيماءة الحقيقية من شخص لآخر. تتضمن هكذا إيماءات رفع اليد، رفع الإصبع، أو تحريك قطعة من الورق، لكن يمكن أن تكون أقل وضوحاً مثل لمس شحمة الأذن أو حك الأنف. يجب على أولئك ممن يحضرون المزاد العلني لمن

لا يبنون الشراء أن يكونوا حذرين من إبداء أي إيماءة يمكن أن تفسر على أنها عرض للمزاد.



والا سينتهي بهم الأمر كمالكين غيرراضين عن شيء ما لا يودون حيازته في المنزل. العمل في المزاد العلني مهنة تحتاج إلى البراعة، ويعتمد بعضهم على هذه البراعة في تفسير العاملين في المزاد العلني للغة جسد مقدمي عروض المزاد الجالسين أو الواقفين أمامهم. وعليهم أن يصبحوا ماهرين في تفسير إشارات الجسد كمقدمي عروض المزاد. لكن تقدير الإيماءات اللاشعورية ووضعية الجسم وقوفاً أو جلوساً لمساعدتهم مع أفراد

الجمهور لتقرير من هم المزايدون الجادون أولئك الذين يأتون فقط من أجل المتعة أو لاصطياد حليلة رخيصة.

تك تاك:

تكون الإيماءة الإرادية مفيدة في المسافات الطويلة. أولئك الذين يواظبون على حضور حلبة سباق الخيل يعتادون على تك تاك، كذلك تلفظ تك تاك وهي جهاز يدوي لإعطاء الإشارات حيث يستخدم وكلاء المراهنات قبل السباق وأثناءه سلسلة من إيماءات تحريك الذراعين لتبادل المعلومات.

التأشير:

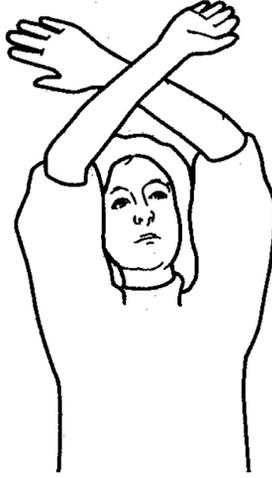
لا تقتصر الإيماءات التي يمكن تفسيرها عبر المسافات الطويلة بالطبع على حلبات سباق الخيل. بل تستخدم كثيراً في الحياة اليومية. على سبيل المثال، ربما تبحث أنت وأشخاص آخرون على شيء ما في مساحة واسعة ويحدث أن تجده. يمكنك بالطبع محاولة الصراخ للفت انتباه الآخرين، لكن يمكن لكلماتك أن تذهب هباءً سيكون على الأغلب مؤثراً بشكل كبير رفع ذراعك ببساطة للأعلى ومد اليد- شريطة أن يكون أعضاء المجموعة في وضع يسمح لهم برؤية الإشارة إلى بقعة الأرض التي كنت تبحث فيها.

التلويح أو الغمز؟ - سوء التفسير:

يكون استخدام الإيماءة الإرادية للتغلب على مشكلات المسافات الطويلة أمراً شائعاً جداً. على سبيل المثال شخص ما في وسط حشد من الناس وقد وجد صديقاً على مسافة ما.

ويلوح بها وسط ذلك الزحام
إذا كان الصراخ لا يمكن

كبرى أكثر من الإيماءة
يساء تفسيرها. إذا كانت
الناس وتحاول تحذيرهم من
خطر ما، أحياناً يصعب فهم
يكون الكلام مستحيلاً
تفسيراً سيفترضون؟



عندئذ ربما يرفع يده في الهواء
للفت انتباه صديقه، وبخاصة
سماعه أو ربما يسبب الإحراج.
يكون للكلام منفعة
الصامتة. حيث لا يحتمل أن
تبعد مسافة عن مجموعة من
عدم الاقتراب بسبب وجود
ما تعنيه بتلك الإيماءة. حيث
بسبب بعد المسافة. وتخيل كم

تحذيرات:

على سبيل المثال، تنتزه أنت ومجموعة من الأصدقاء على التلال لتجد نفسك فجأة
تتقدمهم بمسافة عالقاً في منطقة كثيرة المستنقعات.

ولكونك وقعت في هذا المأزق فأنت ستعمل على تجنبهم من هذا القدر، وتقوم
بمحاولات لردعهم من اللحاق بك، فإن الرهان الأفضل لك يكون بالتلويح بذراعيك باضطراب
فوق رأسك تصالبهما وتبسطهما مرة تلوى الأخرى حتى ينتبهوا لتحذيرك ويعلموا بأنهم يجب أن
لا يتابعوا المسير، لكن ربما يسيئون تفسير الإيماءة ويعتقدون بأنك تلوح ببساطة للفت انتباههم
وللدلالة على وجودك.

سيكون سيئاً جداً إذا فسروا تلويح ذراعك تعبيراً عن المرح العظيم أو الاحتفال
والاندفاع نحوك للتحري عن سبب هذا. اعتدنا أن نرى هذا النوع من تلويح الذراع في ملاعب
كرة القدم، عندما يندفع اللاعبون حول بعضهم ملوحين بأذرعهم بمرح، وعادة قبل معانقة
وتقبيل بعضهم بعضاً.

في محاولتك لمنع أصدقائك من ملاحقتك في سيرك في أرضية مستنقعيه، سيكون
ممكناً لك رفع ذراعيك فوق رأسك براحتي يد مبسوطتين وتحريكهما للخلف. والأمام
للإشارة بأنه يتوجب عدم المتابعة، لكن مرة أخرى إن تأثر هذا غير مؤكد ولا بأي وسيلة.
يمكن أن يضيع مغزى هذه الإيماءة إذا كانت على مسافة بعيدة. لنفس السبب، عن هز الرأس
من جهة لجهة للدلالة على شيء سلبي ربما يكون أكثر تأثيراً من الكلام ولكن بشكل
نادر.

يكون التلويح بيد واحدة أقل تأثيراً من التلويح بذراعين. على أي حال يمكن أن يكون التلويح باليد بشكل عام إيماءة تسبب مشكلة منذ أن استخدمت في أكثر من وضع. إذا لوحت باليد من جهة لأخرى، يمكنك فعل ذلك للإشارة بأنك تقول إلى اللقاء لشخص ما «على الرغم من أن بعض الناس، وبخاصة الأولاد يلوحون بأصابع أيديهم للأعلى والأسفل لفعل هذا»، لكن يمكنك استخدام نفس الإيماءة إما للدلالة على وجودك وللفت انتباه شخص ما، أو يمكنك استخدامها لقول «لا». يمكن للشخص أن يعرف أن المعنى واضح من السياق. في الموضوع الذي تمت مناقشته، ربما يفترض أصدقاؤك بأنك كنت تشير إما لمكان وجودك أو لدعوتهم للانضمام إليك.

هز الكتفين:

تكون الإيماءة أحياناً عرضة لسوء التفسير إلا إذا كان مستخدم الإيماءة قريباً كفاية حيث تساعد تعابير وجه الشخص الذي يوجهها إليه. يكون هز الكتفين البطيء دلالة على أن الشخص الذي يهز كتفيه لا يعرف جواب شيء ما. يمكن أن يدل هز الكتفين على جهل الشخص بأمراً ما أو عدم اكتراثه به. وإذا لم يستطع المرء تفسير الإيماءة عليه أن يلجأ إلى تعابير الوجه ليفهمها بشكل صحيح.

ردم فجوات اختلاف اللغة:

ربما تكون الإيماءات أحياناً أكثر عرضة لسوء التفسير من الكلام، ولكنها أكثر سرعة في إيصال المعنى وتكون أحياناً الطريقة الأكثر تعبيراً لفهم رسالة شخص ما. تكون مفيدة عادة عندما تحاول مجموعتان من الناس ممن لا يعرفون لغة بعضهم الآخر التواصل فيما بينهما. ببساطة لن يكون مفيداً محاولة رفع مستوى الصوت على الشخص الآخر. إذا لم يفهم عندما تتكلم في طبقة الصوت العادية. لأن رفع مستوى صوتك لن يؤدي إلى زيادة مستوى الفهم. من الأفضل اللجوء إلى لغة التواصل الإيمائي. أو لغة الإشارة المستخدمة من قبل الأشخاص الصم والبكم.

إذا احتجت إلى طريقة للوصول إلى الهاتف وكان موجوداً في المطعم أو الحانة حيث لا يستطيع لا المالك ولا أحد أن يفهم لغتك عندها يمكنك اللجوء إلى الإيماء فترفع هاتفاً وهمياً إلى أذنك وعندها سيوجهك الناس الآخرون في المكان إما إلي أقرب هاتف وإما

سيفترضون أنك مجنون. بشكل مشابه، إذا أردت أن تسأل شخصاً ما دون طريقة للوصول للغة الشائعة فيما إذا كان أو كانت تود أن تشرب، عندئذ يمكنك محاولة التأشير إلى الزجاج، وبعدها ترفع زجاجة وهمية إلى شفطيك. ربما تعتمد ردة الفعل على نجاحك كممثل مقلد أو ربما على مقدار العطش الذي تعانيه.

إذن يمكن أن تكون الإيماءات من دون كلام مفيدة جداً في التغلب على حواجز التواصل التي تسببها حواجز اللغة، لكن يمكنها خلق مشكلات عندما يحاول أناس من ثقافات مختلفة التواصل. والمشكلة هي أن الإشارة نفسها يمكن أن تدل على أشياء مختلفة لأناس مختلفين.

الاختلافات الثقافية وسوء الفهم:

V النصر:



الدالة على النصر، روّحت من قبل تدعى إشارة V، يمكن إجراؤها على شكل حرف V. الاستخدام، وتستخدم أحياناً

أحد الأمثلة الواضحة هي الإشارة الزعيم البريطاني «ونستون تشرشل». بإصبع السبابة والإصبع الوسطى من اليد فهي إشارة شائعة وعالمية للدلالة على السلام تماماً كالنصر.

V ل★★★★!



الحال في البلدان الأخرى، تكون كان ظاهر الكف باتجاه الشخص النصر، أما إذا كان باطن الكف عندئذ تعتبر الإشارة مثيرة للغضب بالسلام بالتأكيد.

عدوانية ومهينة إذا، تم إجراؤها سريعة للأعلى والأصابع مرتفعة، بشكل متكرر في طريق سريعة

في بريطانيا، وعلى غير ما هي لوضعية راحة اليد أهمية كبرى. فإذا مؤدي الإيماء عندئذ فإنها تدل على باتجاه الشخص الذي يؤدي الإيماء، جداً وليس لها علاقة بالنصر، ولا في الحقيقة إنها إشارة كثيراً إذا استخدمت الإيماء بهزة يمكن رؤية مثل هذه الإيماء للسيارات. مثلاً يشير راكبو السيارات عن عدم سرورهم من راكبي السيارات الآخرين الذين لم يتلاءموا مع بعضهم ولا بأي طريقة.

الزوار من البلدان الأخرى الذين يستخدمون ما يعتقدونه بإشارة النصر دون تقدير مشكلة وضع راحة اليد ربما يأسفون بسببها كثيراً. تخيل منافراً لفريق كرة قدم أجنبي وهو يعبر عن ابتهاجه بفوز فريقه باستخدام إشارة V بالطريقة الخاطئة.

استخدام إصبع الإبهام في الإشارات:

إن الإيماءات الدالة على الموافقة أو الرضا يمكن أن تسبب عدة مشكلات كإشارة



النصر. إن استخدام الإبهام مرفوعاً للدلالة على الموافقة أو القبول، أو للدلالة بأن كل شيء على ما يرام يستخدم بشكل واسع على الصعيد الدولي- كما يستخدم قلب الإبهام للإشارة للأسفل للدلالة

على عدم الموافقة، أو الرفض أو للدلالة على أن كل شيء ليس على ما يرام.

لكن يمكن أن يسبب الإبهام المرفوع لك مشكلة في بعض أنحاء العالم. من الأفضل تجنب استخدامه في أستراليا، وإذا توجب عليك رفع الإبهام للأعلى بهزة سريعة حتى ولو مصادفة ستعتبر إيماءة مثيرة للغضب تعني للأستراليين كما تعني إشارة V وراحة اليد مقلوبة للداخل بالنسبة للبريطانيين.

إن الإبهام المرفوع الذي يستخدمه المسافر بتطفل مجاناً يمكن اعتبارها إيماءة فظة في بعض البلدان، وبخاصة في نيجيريا. كما تسبب مشكلات أقل جدية في ألمانيا. هناك إذا رفعت إبهامك في الحانة للإشارة لصديق عبر الغرفة بأنك على ما يرام، ربما يجلب لك النادل زجاجة بيرة أخرى، منذ أن كان استخدام الإبهام المرفوع يدل على «واحد». ما يزال هذا القدر أفضل بكثير مما ستحصل عليه في أستراليا أو نيجيريا. يمكن تجنب مشكلات رفع الإبهام إذا استخدمت الكلام. بوضوح، سوف لن يكون هذا مناسباً عندما تكون الإشارة مستخدمة من قبل المسافرين بتطفل مجاناً، لكن يمكن تصنيف الإبهام المرفوع على أنه مثال للإيماءة عند استخدامه للإشارة التي تدل على الموافقة أو القبول، أو للدلالة بأن كل شيء على ما يرام. هكذا يأمل شخص ما بالبدء بالعمل عندما يرفع إبهامه وكأنه يقول شيئاً ما عبر السطور «فلتبدأ كل الأجهزة»!

الإبهام والسبابة لتشكيل حلقة:

لكننا لم ننته من المشكلات المرتبطة بالإيماءات الدالة على أن كل شيء على ما يرام.

بشكل خاص وكل من اتخذ من التفسير الخاطئ لإيماءة الدائرة إبقاء الأصابع الأخرى مرفوعة ترمز إلى الحرف «O» في كلمة جيدة.

أنحاء أخرى من العالم الشرح أو بشكل كبير، وتفترض بأن

الشخص الموجهة إليه الإيماءة هو «شخص غبي». في فرنسا تدل نفس الإشارة على «لا شيء» أو «من دون قيمة» ويمكن اعتبارها إهانة ولكن ليس إلى ذلك الحد.



يمكن أن يتعرض الأميركيون عاداتهم منهجاً لحياته لمشكلات المشكلة بالإبهام والسبابة مع للأعلى إذ تدل على دقة الأداء أن «OK» أي «حسناً» أو أن الأمور بينما تمثل هذه الإشارة في المهبل وتكون مثيرة للغضب

اليد المرفوعة:

واحدة من أكثر الإيماءات شيوعاً ويمكن أن تسبب للمرء إرباكاً كبيراً، فيما إذا كان في وطنه أو خارجه، وتدفعه أحياناً ليفسرهما بالكلام، والإيماءة اليد المرفوعة. بالاعتماد



على نية الشخص الذي يقوم بالإيماءة يمكن أن يكون لها عدة معاني. يمكن أن تعني «مرحباً» أو «كيف الحال» في الحقيقة في أفلام أميركا الغربية يتم تصوير الهنود الأميركيين عند رفعهم لليد وقولهم «كيف الحال» عند «كيف الحال» عند تحييتهم للرجل الأبيض، يستخدم الأطفال هذه الإيماءة عندما يلعب رعاة البقر الأميركيين والهنود. كما يمكن أن تدل على العكس «إلى اللقاء» خاصة عندما يرجع

الشخص الذي يقوم بالإيماءة اليد المرفوعة للخلف بجهد أقل من تلويح اليد بشكل حماسي.

إن اليد المرفوعة مثل التلويح يمكن أيضاً أن تستخدم للإشارة إلى مكان وجود الشخص، وهي المساوي غير الشفهي لـ «أنا هنا» ربما كنوع من الترجمة المطولة لهذا يمكن أن تستخدم أيضاً لمناداة شخص ما خاصة النادل في المطعم أو الحانة. في هذا الخصوص فهي تحمل معنى إضافياً لغرفة الصف، حيث تستخدم للفت انتباه المدرس.

يمكن أن تسبب نوعاً من الاضطراب عند رفع الأصابع. يمكن استخدامها كاليد المرفوعة والتلويح للدلالة على مكان وجود الشخص، ولمناداة النادل. بالإضافة إلى ذلك يمكن أن تدل بأن الشخص الذي يقوم بالإيماء يريد شيئاً من اثنين أو ثلاثة أشياء. هذا يعتمد إلى حد ما إلى عدد الأصابع المرفوعة. إذا رفعتها مباشرة وبشكل متصلب مع التفاف الأصابع في راحة اليد ومواجهة الشخص الذي أمامك إنها تدل على إهانة مثيرة للغضب تعني نفس إشارة V المعكوسة.

المصافحة:

إن المصافحة هي واحدة من الإيماءات الإرادية التي يعتقد أنها على الأقل من المحتمل أن تسبب إضراراً أو سوءاً في التفسير. لا تحتاج المصافحة بالطبع أن تكون إيماءة صامتة. تستخدم عادة مع الكلام، تماماً عندما يتم التعارف بين شخصين لأول مرة يتصافحون ويقولون: «كيف حالك» أو شيء أقل رسمية. على الأغلب إنها ببساطة الإشارة العادية للتحية أو إشارة الموافقة عند توقيع معاهدة سلام أو عقد عمل مثلاً. لكنها ليست بسيطة كهذه.

التكرار:

واحدة من المشاكل المرتبطة بالمصافحة هي كم يجب إطلاق العنان لها ليكررها. يختلف هذا تماماً من بلد لآخر. يبدو أن الفرنسيين مدمنون على العادة عندما لا يتبادلون القبلة على الوجنتين. يكون البريطانيون إلى حد بعيد متحفظين في هذا الخصوص.

النوع:

بعد ذلك هناك السؤال عن نوع المصافحة. يحب الاسكندنافيون ضغط اليد مرة واحدة ولفترة قصيرة، كما يميل أناس الشرق الأوسط للاستمرار في المصافحة بقبضة لطيفة، بينما يعتقد الأمريكيون وبعض الرجال البريطانيين بأنه من المناسب إمساك اليد بإحكام حيث تسبب للشخص الآخر ألماً للتأكيد على إخلاصهم وصدقهم وقوة شخصيتهم ورجولتهم. فيما يتعلق باليد المبسوطة ربما يكون هناك ارتباطات مع أصول المصافحة، فقد أخذت اليد المشدودة أصلاً كإشارة بأن صاحب اليد الممدودة لا يملك سلاحاً. يفرض عدد من الأشخاص في تقوية مصافحتهم أحياناً لمحاولة إخفاء حقيقة أنهم ليسوا في الحقيقة صريحين وشرفاء ولكن هم كاذبون أو يخفون الحقيقة.

إرخاء المصافحة:

تفسر أحياناً المصافحة الرخوة بشكل خاطئ على أنها إشارة مؤكدة على «Wimp» إن هذا ليس صحيحاً ولا بأي طريقة. كما أشرنا له من قبل، يمكن أن تكون مشكلة ثقافة وجغرافية منذ أن كان الناس من بعض البلدان، مثل أولئك القاطنين في الشرق الأوسط الذين يميلون للمصافحة اللطيفة كعادة لهم، بصرف النظر عن درجة استقامتهم وإخلاصهم أو قوة شخصيتهم. يمكن أن يكون الآخرون مخلصين تماماً وأقوياء في الشخصية، لكن لديهم سبباً ما لتجنب المصافحة القوية يشمل هؤلاء الناس أي شخص يعاني من انقراض يسبب ألماً أو عدم ارتياح في اليدين كالتهاب المفاصل أو أحد ما لا يؤهله منصبه أو مهنته المصافحة باليد في حالات استثنائية، مثل فرد من العائلة المالكة أو شخص سياسي كبير. إن التحفظ يفرض عليهم إرخاء اليدين دون مقاومة قدر الإمكان.

أن تقبل أو لا؟

يوجد مشكلات أخرى تترافق مع المصافحة، حيث لا تستخدم المصافحة كتحية بشكل رئيسي في كل بلد. فإلناس في أوروبا الجنوبية وأميركا اللاتينية يقبل بعضهم الآخر على الوجنتين أو يعانقون بعضهم بعضاً، واعتماد الانحناء لإبداء الاحترام، بينما يحك النيوزيلنديون أنوفهم قائلين مرحباً.

القبضة:

ربما تسبب القبضة تماماً كاليد درجة من سوء التفسير. إنها رمز للعدوانية لاستخدامها من قبل المتخاصمين لضرب بعضهم في مباراة ملاكمة أو شكل آخر للقتال أقل رسمية وتستخدم عادة هنا.

الغضب:

على سبيل المثال ربما يهز المزارع قبضته على الأولاد الذين قد سرقوا التفاح من بستانه وهربوا، بشكل مشابه سائق السيارة الذي تضررت سيارته من قبل سيارة أخرى قد هرب سائقها فيلوح بقبضته المحكمة معبراً عن غضبه ناسياً أنه كان من الأفضل أن يسجل رقم السيارة.



تترافق القبضة المرفوعة أحياناً بالكلام عندما تكون إشارة للعدوانية، وعلى الرغم من كونها إيماءات تعبر عن مغزاها فهي لا تحتاج للكلام. لكن يمكن لأحد ما أن يرفع القبضة في إيماءة مهددة وقول شيء ما مثل «إذا لم تخرج من هنا، سترى».

القوة، النصر أو الكبرياء:

لا تكون القبضة المرفوعة المغلقة عادة رمزاً للعدوانية. لكن اتجاهها هو الذي يحدد دلالتها. إذا وجه ظاهراً القبضة صوب الشخص الآخر عندئذ يمكن أن تكون عدوانية. أما إذا وجه باطنها تجاه ذلك أن تكون رمزاً للقوة والنصر تصبح القبضة المرفوعة مرادفة لحركة «الطاقة الأميركية». منذ ذلك الحين قبل الناس لتهنئة النفس على كون أحدهم أنهى حصل على الوظيفة فيؤدي للتعبير عن الانتصار. في بالقبضة يمكن تفسيرها التحية حيث يصنع شخصان الاحتفال أو النصر. إذا كان الشخص لوحده هو من يحتفل عندئذ تستخدم أحياناً حركة الصفع المرتفعة وراحة اليد في الهواء.



التصفيق:

إيماءة أخرى تستخدم اليدين وهي على الأغلب شديدة الوضوح في تفسيرها لكنها يمكن أن تفسر بشكل خاطئ. إنها الشكل التقليدي الكلاسيكي للتهنئة حيث يرى الجمهور تقديرهم وموافقتهم على الأداء.

إن حماسة الأشخاص الذين يؤدون الإيماءة تختلف تبعاً لحقيقة اهتمامهم الشديد. إن التصفيق الذي يعقب الكلام في الاجتماع العام السنوي لشركة أو جمعية من المحتمل أن يكون ضعيفاً وذلك بإرخاء اليدين وبالكاد تلتقيان مع بعضهما بعضاً. من جهة أخرى يحتمل

أن يكون الهتاف في حفلة موسيقية كان الجمهور قد استمتع بها كثيراً باستخدام التصفيق بحماس. ربما يعود هذا الاحتفاء وذلك بوقوف الجمهور والهتاف عالياً. عندما يكون التصفيق بطيئاً وإيقاعياً فإن عامل توتر طفيف يمكن أن يحدث، لكن التصفيق البطيء يمكن أن يكون إشارة إلى نضاد الصبر من جهة الجمهور إذا كان الشخص مملاً مثل ممثل كوميدي فشل في الاستحواذ على اهتمام الجمهور. في بعض البلدان مثل بعض الدول الأوروبية يمكن أن لا يكون التصفيق البطيء الإيقاعي إشارة إلى نضاد الصبر أو الملل من جهة الجمهور. ربما يهتف الجمهور بنفس وقت إيقاع الموسيقى خاصة. إذا كانت التسلية المزودة هي التزلج أو الرقص على الجليد.

على الأغلب يكون التصفيق مفسراً نفسه بنفسه ولا يحتاج إلى الكلام وإذا وجد الكلام يأخذ عادة شكل «برافو» أو «أعد الغناء» أو «المزيد».

الإيماء بالرأس وهزه:

إن الإيماء بالرأس وهزه يعتبر من أكثر الإيماءات شيوعاً في لغة الجسد ويجب التسامح مع أحدهم إذا اعتقد بأن الإيماءات واضحة من نفسها، حيث يكون الإيماء بالرأس عادة إشارة إيجابية وهي إشارة الموافقة، ويكون هز الرأس عادة إشارة سلبية وهي إشارة عدم الموافقة، في الحقيقة يعتقد أن الإيماءات تقلد الطفل على التوالي بقبوله صدر الأم ورفضه له.

في بريطانيا، إن الإيماء بالرأس وهزه بشكل عام تحدث حسب توقعات الشخص عنها كإشارات على التوالي للموافقة والقبول أو للإنكار أو الرفض. لكون كلتا الإيماءتين بالرأس وهزه تستخدمان بقصد وبشكل لاشعوري يمكن تصنيفها كإيماءات إرادية ولا إرادية. تمت معالجتها كإيماءات لا إرادية في الفصل التالي. كلتا الإيماءتين بالرأس وهزه يمكن استخدامهما بالترافق مع الكلام وبالمحصلة يمكن أيضاً تصنيفهما كشكل للإيماء. في هذا الخصوص يكون استخدامهما للتوكيد. هكذا يمكننا مواجهة أحد ما يومئ برأسه بنشاط وبقبول متلهف قائلاً: «نعم، أحب أن أذهب!» أو يهز أحد ما رأسه وينكر كل معرفته بشيء ما أو شخص ما قائلاً «لا، لم أسمع بهم قط».

الإيماءة المفردة:

تكون الإيماءة المفردة للرأس إشارة للتحية أو الاعتراف بلطف الجيران لبعضهم بعضاً عند المرور في الشارع. إن التفسير الأكثر رسمية لهذا هو الانحناء، وهي الشكل الأكمل للإيماءة.

الاختلافات الثقافية:

لن يكون الأمر سهلاً الإبحار في مجال إيماءة هز الرأس حيث تحدث المشكلات مع تلك الإيماءات عندما تشترك بلدان أخرى وثقافات أخرى فيها. في بعض البلدان مثل بلغاريا ومناطق من اليونان وتركيا، ربما يعني الإيماء بالرأس «لا» ربما يعني هز الرأس «نعم» يمكنك تخيل درجة الاضطراب التي يمكن لذلك أن يسببها.

رفع الرأس «بحركة مفاجئة»:

يمكن لحركة الرأس هذه أن تسبب التوتر. إنها إشارة على التحدي أو الانزعاج في بريطانيا ويمكن تصنيفها كإيماءة، إيماءة إرادية أو لإرادية، فيما يتعلق بكونها تترافق مع كلام تستخدم بصمت لكن بشكل شعوري، أو تستخدم بشكل لاشعوري. يكون المثال النموذجي لها كونها تستخدم عن قصد كإيماءة يمكن أن تكون اندفاع فتاة مراهقة بغضب من البيت بعد إخبار والدتها بالبقاء في البيت وكتابة وظائفها، حيث ترفع رأسها بحركة مفاجئة في هذه الأثناء، وإذا ترافقت بالكلام عندها يكون التعليق في هذه السطور التالية: «سأعمل ما يحلو لي، ولا يمكنك إيقائي!»

رفع الرأس «بحركة مفاجئة» لا تدل عادة على تحدي أو انزعاج شخص ما حيث يمكن استخدامها بشكل شعوري أو لاشعوري في بريطانيا كأجراء جنسي أو ببساطة كدلالة للزهو «الغرور».

هناك بعض الإيماءات يكثر استخدامها من قبل أعضاء جنس واحد أكثر من الآخر. كلا الجنسين يستخدمان هذه الإيماءة كإشارة على التحدي أو الإجراء الجنسي، لكن رفع الرأس «بحركة مفاجئة» هي الإيماءة الأكثر شيوعاً عند النساء أو الفتيات، وتكون الإيماءة مؤثرة بشكل خاص عندما يكون للمرأة أو الفتاة شعر طويل. لكن أحياناً تستخدم الإيماءة من قبل الرجال اللوطيين، غالباً بطريقة متعمدة مبالغ فيها. لذلك تستخدم من قبل الآخرين لعرض الرجال المستهترين بصورة كاريكاتورية.

لرفع الرأس «بحركة مفاجئة» استخدام شائع آخر وهو أحادي الجنس تماماً، في هذا إنها تستخدم عموماً من قبل الرجال والنساء بالتساوي. كما أن إمالة وهز الرأس يمكن استخدامها كحركة دعوة أو إغراء أو كإشارة للدلالة على شيء ما أو شخص ما. لذلك إذا أردنا أن نشير لصديق في حفلة بأن هنالك شخصاً ما قد دخل الغرفة لا تحبه وتريد تجنبه، وربما تهز رأسك «بحركة مفاجئة» باتجاه الشخص الذي دخل للتو عندها سيبعد صديقك نظره ويأخذ الاتجاه المناسب.

بشكل بديل، إذا أردت الإشارة إلى صديق بأنه يتوجب عليه الانضمام إليك عندها ترفع رأسك «بحركة مفاجئة». لكن إذا كان الشخص المدعو ليس صديقاً ولكنه زائر لقريب أو نادل عندها تعتبر الإيماءة غير مهذبة.

من كل ما تقدم، إنه من الواضح أن حركة رفع الرأس يمكن أن تسبب مشاكل عدة، كما يبرز الارتباك بشكل أكبر عند استلزام ثقافات مختلفة. يمكن أن يعني لا رفع الرأس في اليونان ومالطا وبعض البلدان الأخرى، ربما تكون مظهراً من لغة الجسد من المفضل تجنبه إلى أن يتبلور المعنى ويتوضح من سياق النص أو الاستفادة من خلفية الكلام.

إيماءات واضحة:

وضع الإبهام على الأنف:

مع كل هذا المجال للشك. إنه إنصاف إيجابي للتطرق إلى إيماءة تقطع الشك باليقين



إن الإيماءة المعروفة بوضع الإبهام على الأنف من الصعب إساءة فهمها. إنها إهانة واضحة. وهي الإيماءة المحبوبة من قبل الأولاد، يتم إجراؤها بوضع إبهام إحدى اليدين على مقدمة الأنف مع مد باقي الأصابع إلى الخارج مع إجراء حركة التوائية عادة. ومنذ أن كانت الإيماءة تعبر عن نفسها بوضوح فإنه من الصعب أن تترافق بالكلام.

جداً من الأطفال وهي مد شعورية عندها تكون غير هي الحال في حركة وضع أخرى لا تحتاج إلى الكلام. دلالة على الإهانة، فبعضهم عندما يركزون بشكل تكون هذه الإيماءة مثلاً عن معالجتها في القسم الثاني من لا تسببان التشويش عندما



إيماءة أخرى محبوبة اللسان. عندما تكون إيماءة مهذبة ومهينة، تماماً كما الإبهام على الأنف، ومرة لا يكون مد اللسان بالضرورة يمد لسانه بشكل لاشعوري كبير، ولذلك يمكن أن الإيماءة اللاشعورية، التي تمت الكتاب. كتا الحالاتين

يكون أحدهم منهمكاً أو مركزاً في أمر ما.

إيماءات شعورية أو لاشعورية:

لسوء الحظ ليست كل أمثلة الإيماءات الشعورية واضحة كإيماءة وضع الإبهام على الأنف ومد اللسان. حيث يمكن أن تكون الإيماءات الشعورية حقل ألغام للغافل عنها حيث يمكن لواحدة أو اثنتين من التجارب غير الموقفة أن تتركك تفكر أنه كان من الأفضل اللجوء إلى الكلام وإبقاء يديك وذراعيك بعيد عن الخطر، لأنه ليس من السهل فعل هذا حتى أنه أكثر صعوبة في حالة الإيماءات اللاشعورية، وهو موضوع الفصل التالي كنا قد رأينا الاختلاط الكبير بين الإيماء والإيماءات اللاشعورية.

كي نضيف للتشويش الذي يهاجم لغة الجسد، يمكن أن تكون بعض الإيماءات إما شعورية أو لاشعورية بالاعتماد على كون المؤدي للإيماءة يتعمد باستخدامه لها لخلق تأثير مقصود أو كونها إيماءة غير مقصودة تماماً وتستخدم غالباً بحكم العادة.

التخصر باستخدام الذراعين في حالة الغضب:

إن الإيماءة التي يتم فيها استخدام التخصر باستخدام الذراعين هي حالة مهمة. يتم الحصول على هذه الإيماءة، بوضع الذراعين على جانبي الجسم ورفع المرفقين لتشكيل مثلث. وربما يقف الشخص عمداً ومتخصراً لتوكيد درجة الغضب أو الشعور بالغضب كما هو في حالة أم تواجه صبياً مراهقاً أو ابنة مراهقة قد عادت للبيت بعد الوقت المتفق عليه أو الوقت المحدد. هذا ممكن أن يكون بشكل واضح مثلاً عن إيماءة شعورية، وفي الحقيقة هذا نادراً

ما يكون مثلاً على الإيماء بإضافة ملاحظة مثل «وأين كنت؟» من جهة أخرى ربما تبني شخص ما نفس الإيماء لاشعورياً أيضاً في استجابة لمشاعر الغضب.

سواءً كانت الإيماء مقصودة أو لا، لا يعرف هذا إلا مستخدم الإيماء، فقط لكنها يحدث أن تكون الرسالة المحمولة واضحة تماماً لمتلقي الإيماء. عندها يكون الوقت قد حان للاعتذار بإسراف أو إجراء تراجع مستعجل، ربما كلاهما.

تكون وضعية «التخصر» أي وضع الذراعين على الخصر في الكوميديا المحلية على المنصة أو على شاشة التلفاز علامة على الزوجة الغاضبة المهتاجة. بعضهم يستخدمون الإيماء خارج المنصة لأنه قد يترك أثراً هزلياً أو هجائياً. هكذا ربما لا يكون أو تكون غاضبة في الحقيقة وإنما تقلد إيماء الغضب، حيث تتوضح المشاعر الحقيقية من التعابير الوجهية.

يتم التعبير عن الغضب باستخدام ذراع واحدة في حالة التخصر. يمكن أن تكون من هذه الإيماء تعبيراً مقصوداً عن غضب الشخص أو عدم الرضا. لكن يمكن أن تستخدم لاشعورياً من قبل الشخص المعبر عن نفس المشاعر وهذا هو مثال أيضاً عن الإيماء اللاشعورية وتمت معالجتها في الفصل التالي.

لا بد من تذكر أن الذراع المفردة على جانب الجسم ورفع الحاجب يمكن أن تكون في الحقيقة ترجمة لوضع اليد على الورك مع رفع المرفق. كلتا الإيماءتين يتم استخدامهما بشكل متكرر من قبل عارضات الأزياء عند عرض الأزياء. وهكذا حالات هي إيماءات إرادية بشكل واضح. كما يمكن استخدام كلتا الإيماءتين المتخالفتين أيضاً من قبل النساء لجذب أفراد من الجنس الآخر. في هذا الخصوص تكون الإيماءات مقصودة، لكن تكون عادة لاشعورية وهذه أمثلة من الإيماءات اللاشعورية وتمت معالجتها في الفصل التالي.

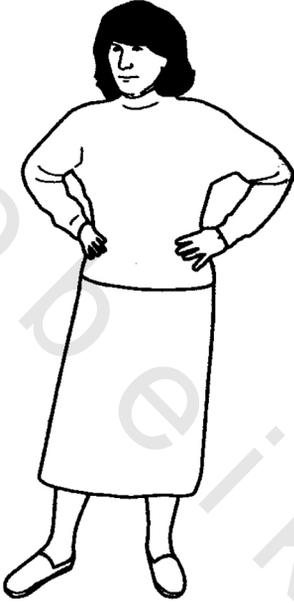
نقر القدم:

يمكن استخدام نقر القدم أيضاً إما بشكل شعوري أو لاشعوري. تستخدم الإيماء بشكل متكرر ومقصود تماماً على الأغلب من قبل النساء لتوكيد نفاذ صبرهن أو غضبهن ولتوضيح مشاعرهن للآخرين. فالمرأة المنتظرة خارج السينما مرافقاً غير حريص، ربما تنقر الرصيف بمقدم حذاءها. بغضب كبير ولكن لا أحد يعرف غيرها فيما إذا كانت الإيماء شعورية أم لا.

مهما حدث ربما تترافق الإيماءة بنظرات متكررة على الساعة.

تكون الإيماءة مذكرة كفاية من دون استخدام الكلام، مع ويمكن أن تحدث

مرفقة بعبارة: «في أي جهنم يكون؟» يتم إطلاقها من خلال أسنان مثبتة.



على سبيل المصادفة، يكون استخدام الأسنان المثبتة شائعاً في لغة الجسد لكن على الرغم من أن الإيماءة يمكن استخدامها بشكل مقصود تماماً من قبل أحد ما يريد التعبير عن الغضب أو التخويف، فإنها على الأغلب مثال عن الإيماءة اللاإرادية وتمت معالجتها في الفصل التالي.

على غرار إيماءة «التخصر» فإن نقر القدم يمكن استخدامها لإحداث أثر هزلي أو هجائي للإشارة بأن الشخص المؤدي للإيماءة له الحق أن يكون غاضباً أو نافذ الصبر، على الرغم من كونه في الحقيقة ليس غاضباً. كما يمكن استنتاج الوضع الحقيقي من التعابير الوجهية أو من السياق.

طي الذراع:

ما تم قوله عن إيماءات التخصر ونقر القدم ينطبق أيضاً على إيماءة طي الذراع عندما تدل على الغضب. ربما يكون الشخص المؤدي للإيماءة إما واعياً أو غير واعٍ وربما يفعل هذا لإثارة المرح. إذا كان الشخص الطاوي الذراع يؤدي الإيماءة بشكل مقصود، عندئذ يمكن استخدام الكلام تماماً مثل أم غاضبة تحيي الوصول المتأخر لأحد أولادها بذراعين مطويتين وتعليق بارد: «وماذا تدعو هذا الوقت؟»



لا يكون طي الذراع عادة إشارة على الغضب، عندما

لا يكون هكذا فإنه مثال عن الإيماءة اللاإرادية مفترضة موقعاً دفاعياً أو موقفاً انسحابياً، وهذا تمت معالجته بعمق في فصل الإيماءات اللاإرادية.

حك الرأس:

إيماءات أخرى يمكن استخدامها بشكل متعمد ويمكن وصفها إما إيماءات إرادية وإما لإرادية مشتملة على حك الرأس. أو تلك تدل على الحيرة ويمكن استخدام حك الرأس عمداً لتوكيد نقص المعرفة أو الحيرة، وتنفذ أحياناً بشكل هزلي أو يمكن أن تصدر بشكل غير واعي أو كعادة. لإظهار التردد أو الحيرة. بخاصة عند استخدامها لأثر هزلي عندما يمكن أن يترافق حك الرأس بالكلام وعندها تصيح مثلاً على الإيماء. على سبيل المثال: ربما يقول جد لحفيدته: «لقد أتيت لك بهدية، الآن أين وضعتها؟» حاكاً رأسه بحيرة مبالغ فيها وناظراً حول المكان فقط ليغيبها.

إمرار الأصابع في الشعر:

إن إمرار الأصابع في الشعر هي إيماءة أخرى يمكن وصفها إما إيماءة إرادية وإما غير إرادية عند تأديتها بشكل غير واعي، فإن صانع الإيماءة يأمل أن يعبر عن الإحباط الشديد والغضب واليأس وأن الأشخاص من حوله ممن سببوا الإحباط والغضب له في المقام الأول لا يمكن معرفة مدى استجابته لهم. على عكس المكافئ اللاشعوري الذي تمت معالجته في الفصل التالي في الإيماءات اللا إرادية تؤدي غالباً بشكل مدروس بطريقة تمثيلية أو مسرحية.

صفع الرأس:

يكون صفع الرأس بشكل محتمل مدروساً لكونه بطبيعته إيماءة تمثيلية على الرغم من احتمال استخدامها في لحظات الإجهاد بشكل غير واعي. تستخدم الإيماءة، بشكل متكرر عندما يتذكر شخص ما شيئاً ما قد نسيه. على سبيل المثال؛ أحدهم قد عاد لتوه من السوق واكتشف افتقاد شيء مهم من مجموعة الأشياء المشتراة ربما تؤدي به إلى صفع رأسه. في هذا النوع من المواقف ربما يترافق صفع الرأس بتعليق ذي علاقة بالموقف: «لم أحصل على معجون الأسنان! أعرف أنني نسيت شيئاً ما!» في هذه الحالة يمكن تصنيف صفع الرأس مثلاً على الإيماءة.

رفع الحاجبين:

أحياناً يكون الاختلاف بين الإيماءة الإرادية واللاإرادية واحداً من حيث المرتبة حيث يمكن أن يعبر أحد ما عن الدهشة أو عدم الموافقة بشكل مدروس برفع حاجبيه بطريقة

ملحوظة وحيث يكون الجبين مثلاً كإشارة على الغضب وعدم الموافقة أو التركيز. إذا كانت الإيماء لاشعورية عندها يميل رفع الحاجبين لأن يكون إلى حد كبير أقل ما يمكن وبذلك يصعب تفسير الإيماء.

عند رفع حاجب واحد فقط عندئذ تكون الإيماء بشكل محتمل مدروسة أكثر من كونها لاشعورية. إنها مناورة وجهية لا يمكن لأي شخص تطبيقها ويمكن استخدامها



بشكل بليغ للتعبير عن التحقيق في موضوع ما أو للتعبير عن الدهشة أو عدم الموافقة.

يكون خفض الحاجبين تعبيراً عن الغضب أو عدم الموافقة، ولكن يمكن أن تشير أحياناً بدلاً منها إلى التركيز العميق. وفي الحالة السابقة تكون هذه الإيماء إيماء إرادية تستخدم بشكل مدروس تماماً من قبل أحدهم ممن هو

أقل سعادة أو رضا عن مجرى الأحداث أو تصرف الأشخاص الآخرين، على الرغم من إمكانية أن يرفقها بملاحظة كالتالي:

«هذا العمل ليس جيداً كفاية!» وبذلك تكون مثلاً عن إيماء، أو ربما تكون مثلاً على الإيماء اللاإرادية، التي تستخدم بشكل غير واعٍ لعرض احتياج شخص ما. عندما تكون الإيماء دلالة على التركيز العميق عندئذ تكون مثلاً على الإيماءات اللاإرادية ما لم تستخدم لإحداث أثر هزلي، وعندما تصنف إما كإيماء إرادية أو باستخدام الكلام عندئذ تكون مثلاً عن الإيماء.

وضع حافة اليد على الحاجبين:

إن وضع حافة اليد فوق الحاجبين تميل لأن تستخدم كإيماء إرادية فقط، وتستخدم للدلالة بأن الشخص المؤدي للإيماء يحاول أن يرى شيئاً ما بشكل أوضح، وعادة شيئاً ما على مسافة معينة، تماماً مثل حماية العيون من الشمس أو عندما يحاول شخص ما الرؤية من خلال الدخان أو الضباب. تستخدم الإيماء أحياناً في سياق هزلي عندما يتظاهر أحدهم بصعوبة رؤية شخص ما أو شيء ما قريب بشكل واضح.

وضع اليد فوق العينين:

تستخدم اليد فوق العينين بشكل متكرر كإيماءة إرادية لمنع شيء ما لا تريد رؤيته، هذه إيماءة شائعة عند الأولاد عندما يشاهدون برامج التلفاز التي تخيفهم وتفتنهم. وعندما تظهر المشاهد المخيفة ترتفع الأيدي لتغطي العينين على الرغم من إمكانية اختلاس لمحة ماكرة غالباً من تحت اليد لرؤية ما يجري. عندما تكون إيماءة إرادية أي

اليد فوق العينين بالطبع فإنها بوضوح إيماءة مدروسة جداً.

أقل ما يمكن، والشكل الأقل وضوحاً لنفس الإيماءة يستخدم أحياناً كإيماءة لإرادية حيث تدل غالباً على الرغبة للتخلص من الوضع من حولك وهذه الإيماءة تمت معالجتها في الفصل التالي.

يمكن أن تدل الإيماءة أيضاً على الإحباط والغضب أو خيبة الأمل. وعندما تحمل هذا المعنى تتحول الإيماءة أحياناً إلى مثال عن الإيماءة من قبل مؤدي الإيماءة قائلاً



شيئاً ما عبر هذه السطور: «آه لا لماذا حدث هذا الآن؟».

يمكن تصنيفها أيضاً كإيماءة وضع لإرادية عندما تكون سطحية وإيماءة أقل تحديداً وهذا تم معالجته في الفصل التالي.

إن إيماءة وضع اليد فوق العينين هي واحدة من الإيماءات التي تحمل عدة معاني. يمكن أن تكون أيضاً إشارة على التعب الشديد. وبهذا تكون بشكل متكرر مثلاً على الإيماءة الإرادية ولكن بشكل أقل تحديداً، ويمكن أن نجد الشكل الأكثر سطحية كمثل على الإيماءة اللاإرادية. عند إجراء الإيماءة من قبل أحد ما يرتدي النظارات عندها تكون عادة لدى هذا الشخص أن يحركها. مثل أولئك الذين يعانون من حول العين.

الأصابع على الأذنين:

أحياناً يجد بعض الأشخاص أنه من الضرورة الامتناع ليس فقط عن مشاهدة شيء ما ولكن أيضاً عدم سماع صوت أو ضجيج شيء ما. في هكذا حالات يمكنهم وضع أصابعهم في أذانهم، وهي إيحاءة يكثر استخدامها من قبل الأولاد عندما لا يكونون هم أنفسهم مصدر الضجة. ما يحاولون منعه يمكن أن يكون إما معلومة ليس لديهم معرفة بها أو ضجة غير سارة تتداخل بطريقة ما مع ما يفعلونه.

يكون التفاعل عادة إيحاءة إرادية ولكن تترافق أحياناً بالكلام، وبذلك يمكن أن تكون مثلاً على الإيحاء. على سبيل المثال يمكن أن يقول أحدهم: «ما هذه الضجة المريعة؟» ويضع إصبعيه في أذنيه. يمكن استخدام الإيحاءة في سياقات هزلية، مثلاً عندما يضع أحد ما أصابعه في أذنيه عندما يعزف شخص آخر على الكمان بطريقة موسيقية هادئة.

اليدان فوق الأذنين:

إن الرغبة في منع سماع صوت أو ضجة يمكن التعبير عنها ليس فقط بوضع الأصابع في الأذنين ولكن أيضاً بوضع اليدين فوق الأذنين. ربما لا تكون الإيحاءة مؤثرة جسدياً كطريقة لإيقاف الضجة، لكن تحمل نفس الرسالة. مرة ثانية إنها غالباً مثال على الإيحاءة الإرادية، ولكن يمكن استخدامها مع الكلام وبذلك تكون مثلاً على الإيحاء. على سبيل المثال ربما تضع يديك فوق أذنيك عندما تصيح: «لأجل الله أطفئ المذياع». على غرار إيحاءة وضع الأصابع في الأذنين يمكن استخدام الإيحاءة بطريقة هزلية.

كما هي الحال في وضع اليدين فوق العينين كذلك وضع اليدين فوق الأذنين يمكن أن يكون مثلاً على الإيحاءة اللاإرادية «انظر» مرة أخرى كإيحاءة لاإرادية فإنها إيحاءة سطحية. في هكذا وضع يمكن أن تدل الإيحاءة أكثر من كون اليد فوق العينين بأن الشخص المؤدي للإيحاءة يحاول منع حدوث كل مجموعة الظروف المحيطة بها.

الغمزة:

إن الغمزة بشكل اعتيادي إيحاءة إرادية. يمكن أن تكون أحياناً إيحاءة غير إرادية «انظر» لكن عندئذ تأخذ شكل التشنج اللاإرادي العصبي. ربما تترافق من حين لآخر بالكلام ولكن في الحقيقة تميل لأن تعتمد في تأثيرها على السرية أو المكر ولذلك فهي

أكثر الأحيان صامته. على سبيل المثال ربما يغمز شخص ما آخر خلف ظهر شخص ثالث حيث الشخص الأول على علم بحقيقة أن الشخص الثالث جاهل بهذا الشيء حيث يعرفه الاثنان الآخران.

ربما لا تدل الغمزة على سر مشترك بالضرورة. يمكن أن تكون أيضاً إغراءً جنسياً أو محاولة للدردشة الصامته. على خلاف هز الرأس كإغراء جنسي فإن الغمزة تميل أكثر لأن تكون من اختصاص الرجال أكثر من النساء. على الرغم من أنها غير محبذة ولا بأي وسيلة للمرأة أن تغمز رجلاً مفتونة به لذلك من المحتمل للرجل أن يغمز امرأة.

فالأشخاص الذين يغمزون بشكل فاسق أو يوحون إلى قبله فاسقة بشفاه مدورة يكونون في خطر لكونهم الجهة التي تتلقى لغة الجسد كاستجابة مع توقع تلقي صفة على الوجه. إذا كانت الصفة مدوية عندئذ لا حاجة للكلام ولكن إذا تم استخدام الكلمات عندها تكون قصيرة عادة مثل «خذ هذه»!

هكذا إيماءات يمكن أن تفشي بالكثير عن شخصياتنا للآخرين، لكن على الأقل يمكننا التحكم بها. إنها غالباً الإيماءات التي نجربها بشكل غير متعمد التي تعطي الآخرين البصيرة الحقيقية عن ذاتنا الحقيقية، على الرغم من أننا لا نريد أن يعرفوها. تلك الإيماءات في هذا الكتاب معينة إيماءات لإرادية وتمت معالجتها في الفصل التالي.

تم وصف عدد كبير من إيماءات لغة الجسد في هذا الفصل. ولسهولة الإشارة تم وضع الإيماءات الإرادية في قائمة في الأسفل مرتبة من أعلى الرأس حتى أخمص القدمين.



أمثلة على الإيماءات الإرادية

الرأس

- هز الرأس: تدل على الموافقة أو القبول.
- الإيماء بالرأس: تدل على الرفض أو النكران أو الإنكار.
- أحناء الرأس: تدل على التحية الرسمية.
- التربيت على الرأس: تدل على تهنئة النفس.
- حك الرأس: تدل على الحيرة أو التشويش.
- صفع الرأس: تدل على الغضب من كون أحدهم نسي شيئاً ما أو قد تذكر شيئاً ما في وقت متأخر.
- إمالة الرأس: إيماءة تستخدم كبديل للتأشير بالأصابع.
- هز الرأس بحركة مفاجئة: تدل على التحدي أو العدوانية أو تدل على حركة تأشيرية أو إغراء جنسي.

الشعر:

إمرار الأصابع خلال الشعر: تدل على الإحباط أو الغضب.

الحاجب:

- الحاجب المقطب: يدل على القلق أو الغضب.
- مسح الحاجب: يدل على الحرارة العالية أو على التهرب والتملص.

العينان:

- اليدان فوق العينين: تدل على الرغبة في عدم رؤية أحد ما أو شيء ما أو تدل على الغضب أو الإحباط أو خيبة الأمل.

اللسان:

مد اللسان بعيداً: يدل على إيماء الوقاحة.

مد اللسان بشكل جزئي: يدل على التركيز.

الذقن: يدل على التفكير العميق.

الحنجرة:

سحب اليد عبر الحنجرة: تدل على مشكلة أو الموت.

الأكتاف:

الاستهجان: يدل على الجهل بمعرفة شيء أو عدم المبالاة.

الذراعان:

طي الذراع: يدل على الغضب أو تدل على الشعور بالبرد الشديد عند حضن النفس.

إسناد الذراعين إلى الأوراك: يدل على الغضب.

إسناد ذراع واحدة على الورك: تدل على الغرور أو الإغراء الجنسي.

تحريك الذراع: تدل على إيماء التحذير «ابتعد من هنا».

تحريك الذراع: تدل على المرح والاحتفال.

تحريك الذراعين بشكل أوسع: يدل على نقص في المعرفة.

اليدين:

تحريك اليدين: تدل على إيماء تقليدية للوداع أو تدل على وجود شخص للفت الانتباه.

التصفيق: يدل على شكل تقليدي للموافقة أو التقدير.

رفع اليدين: يدل على وجود شخص للفت الانتباه.

فرك اليدين: يدل على البرد الشديد أو يدل على السرور أو توقع شيء ما.

المصافحة: تدل على شكل تقليدي للتحية.

تحريك اليدين: تدل على إيماء «تفضل» أو تدل على إيماء «ابتعد من هنا».

وضع اليدين فوق: تدل على عدم الرغبة لرؤية أحد ما أو شيء ما أو تدل على الإحباط

الأذنين: أو الغضب.

وضع اليدين فوق العينين: تدل على عدم الرغبة لرؤية أحد ما أو شيء ما.

القبضات:

رفع القبضة «راحة اليد للداخل»: تدل على العدوانية أو التخويف.

رفع القبضة «راحة اليد للخارج»: تدل على القوة والنصر أو الاحتفال.

الأصابع:

رفع الأصابع: يدل على إثبات وجود شخص لفت الانتباه أو للدلالة على طلب شيء

من الأشياء أو للدلالة على الإيماء الهجومية.

الإصبع على شفاه مطبقة: تدل على الحاجة للهدوء أو الصمت.

الأصابع على شفاه مزمومة: تدل على الموافقة أو التقدير.

الأصابع على الشفاه: يدل على الإيماء الشكلية للوداع كإرسال قبلة بنفسجية.

الأصابع على شكل حرف V «راحة اليد للخارج»: تدل على النصر أو السلام.

الأصابع على شكل حرف V «راحة اليد للداخل»: تدل على إيماء هجومية.

الأصابع المتشابكة: تدل على تمني الحظ الجيد.

الإبهام:

وضع الإبهام على الأنف: يدل على إيماء الوقاحة.

التأشير بالإبهام: يدل على إيماء تأشيرية كبديل للتأشير بالأصابع.

رفع الإبهام: كإشارة طلب التوصيل.

الإبهام والإصبع لتشكيل حلقة: يدل على أن كل شيء على ما يرام OK.

رفع الإبهام: يدل على القبول والموافقة أو بأن كل شيء على ما يرام.

دوران الإبهام للأسفل: يدل على الرفض وعدم الموافقة أو بأن لا شيء على ما يرام.

الأقدام:

نقر القدم: يدل على الغضب أو نفاذ الصبر.

ضرب القدم: يدل على الغضب.

ركلة للأمام: تدل على إيماء «ابتعد».

الإيماءات الإرادية

العادة والتقليد والنفس الحقيقية:

ربما يكون من الصعب منع أنفسنا من إجراء الإيماءات الإرادية النوع الموصوف في الفصل السابق لأنها أصبحت عادة لدينا وغالباً ما تكون جزءاً من التقليد المتبع في التواصل مع الآخرين.

ربما يكون أكثر صعوبة حتى أن نشفي أنفسنا من الإيماءات اللإرادية فهي موضوع هذا الفصل، كما يدل التعبير عنها أنها تحدث بشكل غير مقصود من دون وعينا. حيث نشفي من خلالها عن ذواتنا الحقيقية أكثر من تلك التي نود أن نريها للعالم.

إن التبصر في أفكار ومواقف ومشاعر الأشخاص الآخرين تكون ذات قيمة لنا فيما إذا كان هذا يساعدنا على التنافس معهم بنجاح، أو فيما إذا كان هذا يساعدنا ببساطة لأن نكون أكثر تفهماً لهم. إن معرفة ما يجول في خاطر أحدهم يمكن أن يجنبنا سوء التفاهم.

ما لا يخبرنا به الأشخاص:

عادة يكون الجزء الكبير من فهمنا للأشخاص الآخرين من خلال ما يخبروننا به. وهذا يصبح عيباً كبيراً إذا قام الناس بإخبار كل شخص في حياتهم الحقيقة الكاملة عن أنفسهم.

بالطبع نعلم شيئاً ما عنهم من أفعالهم ومن خلفيتهم وتاريخهم الشخصي، لكن إذا كنت تريد أن تعرف شيئاً ما عن ذواتهم الداخلية أكثر من الشخصية العامة، عليك أن تدرس باهتمام الإشارات والإيماءات حيث إن لغة الجسد تكشف عن الشخصية.

يصعب تفسير الإيماءات اللإرادية أكثر من الإيماءات الإرادية التي تمت معالجتها في الفصل السابق لأنها في الغالب أقل وضوحاً للعيون غير المدربة، وإذا رفع أحد ما قبضته باتجاهنا - إيماءة إرادية - ربما نترك في حيز من الشك حول موقف الشخص المؤدي للإيماءة.

ربما نلاحظ بأن الشخص الذي نتحدث عنه يثبت قبضته أولاً كإشارة غير واعية على القلق. شخص ما يقف يتكلم مع آخر حيث قدمه تشير بعيداً عنا ربما لا يدرك بأن ذلك الشخص ربما يفضل الذهاب.

بشكل مشابه إذا تأخرنا على موعد مع إحداهن ووصلنا لنجدها تنقر بقدمها على الأرض عندئذ سيكون واضحاً لنا بأنها غاضبة أو نفذ صبرها، أو كلاهما. ولكن إذا كنا نقف متكلمين إلى أحدهم ممن قدمه تدور بعيداً عنا فمن غير المحتمل أن نعتمد على حقيقية بأن الشخص يود مغادرة صحبتنا إلى أن تصبح هذه الحقيقة واضحة من اللغة أو التعابير الوجهية، إذا لم نكن نعرف شيئاً ما عن لغة الجسد.

التفسير:

يكون تفسير الإيماءات اللاإرادية بوصفها جزءاً من لغة الجسد أكثر صعوبة لأن الإيماءات اللاإرادية تقول شيئاً ما مختلفاً كلياً عما تحمله الأشكال المختلفة من التواصل- كما تم رؤيته فوق- مثل الكلام والتعابير الوجهية والإيماء والإيماءات الإرادية. إنه جزء من الصراع بين ما يوده المرء لنا أن نؤمن به وبين حقيقة الوضع في الواقع، والمقارنة بين الشخصيات العامة والنفس الخاصة.

كيف تكون الإيماءات الإرادية واضحة؟

تعتمد سهولة تفسير الإيماءات اللاإرادية إلى حد ما على الدرجة التي يستعملها الشخص المهتم وعلى درجة وضوحها. إذا كان المرء عصبياً عندئذ تكون هذه العصبية الواضحة أكثر صعوبة لكشف فيما إذا كانت ببساطة تعدل يافة قميصها أكثر من كونها تلف شعرها بيد واحدة، وتسحب تنورتها بأخرى، بينما تحرك قدمها بنفس الوقت للأعلى وللأسفل وخلف الرجل الأخرى. هذا بالطبع يبدو مثل المبالغة، ولكن تميل الإيماءات اللاإرادية عند بعض الأشخاص على شكل عناقيد جاعلة منها أسهل للحصول على صورة عن الحالة العقلية للشخص المؤدي للإيماءات.

إيماءات طويلة:

إذا ظهرت إيماءة لإرادية وحيدة وليست كجزء من العنقود، أو في الحقيقة من دون أن يكون لها خلفية معينة، عندئذ يكون تفسيرها أكثر صعوبة، على سبيل المثال، إذا لم يوجد

إشارات جسد أخرى لافتراض الحيرة أو الدهشة عندها إذا حك أحد ما رأسه ربما يفعل هذا ببساطة لأن رأسه مصاب بحكة أكثر من كون لديه مشكلة صعبة.

عناقيد «مجموعات»:

يمكن أن تحمل إشارة الجسد معنى مختلفاً إذا كانت جزءاً من عنقود. حيث يتم في وضعية الجلوس تشابك الأرجل بإحكام وهذا يحمل موقفاً دفاعياً، لكن إذا تبنى المرء هكذا وضعية وأنزل رأسه أو ذقنه للأسفل عندئذ يصبح الموقع الدفاعي عبارة عن عدوأة. هكذا إنه لمن الأهمية بمكان دراسة كل الجسد عوضاً عن عدم معرفة شيء عن حركات الجسم أو وضعيته.

ظروف خارجية:

في حماسنا لتفسير لغة الجسد لأولئك ممن حولنا يجب أن لا ننسى أن نأخذ بالحسبان الظروف الخارجية التي يمكن أن تؤثر على حركة الجسم ووضعيته. على سبيل المثال، ربما يقف الأشخاص على موقف الباص بأذرع متشابكة لشعورهم بأنهم مهددون، أو في موقع دفاع أو كإشارة على أنهم ينسحبون بشكل غير واعي من الآخرين في الطابور. وإذا كان اليوم بارداً جداً ربما يقفون ببساطة هكذا للحفاظ على حرارة الجسم لا سيما إذا انزلوا رؤوسهم وذقونهم مدفونة في صدورهم.

التداخل بين الإيماء والإيماءات الإرادية والإيماءات اللاإرادية:

إن الصعوبة الأخرى فيما يتعلق بدراسة لغة الجسد هي درجة التداخل بين الأصناف المتعددة التي تشملها. كنا قد رأينا في الفصول السابقة في الإيماء والإيماءات الإرادية كيف يمكن تصنيف نفس الإيماءة تحت كل واحدة من تلك التصنيفات بالاعتماد على فيما إذا كانت الإيماءة مصحوبة بشكل ما مع الكلام أولاً. بشكل مشابه يمكن تصنيف بعض الإيماءات الإرادية أيضاً كإيماءات لاإرادية إذا أجرى الشخص المؤدي للإيماءات حركات بشكل لا شعوري.

إن درجة التداخل بين الإيماءات الإرادية والإيماءات اللاإرادية هي لا شيء، كتلك الموجودة بين الإيماء والإيماءات الإرادية ولكن يجب أن تؤخذ بالحسبان. لدينا أمثلة تشمل النقر على الذقن كإشارة على التفكير العميق. تستخدم هذه الإيماءة في أغلب الأحيان من قبل

بعض الأشخاص لاشعورياً ولكن يمكن استخدامها بشكل مقصود تماماً حيث تحمل نفس المعنى، وغالباً تكون لإحداث أثر هزلي. هذه الإيماءة تمت معالجتها بشكل مفصل في الفصل السابق «الإيماءات الإرادية».

مثال آخر على الإيماءة التي يمكن أن تكون إما غير شعورية أو غير مقصودة هي حك الرأس، وهي الإشارة التي يجريها الشخص تعبيراً عن الحيرة أو الدهشة. عندما تكون الإيماءة مقصودة عندئذ تستخدم لإحداث أثر هزلي على الرغم من أنها يمكن أيضاً أن تدل على الحاجة لإراحة الرأس المصاب بالحكة- كما تم ذكره- وتم التعامل معها في الفصل السابق أو الإيماءات الإرادية.

الإشارات:

إن موضوع لغة الجسد لاسيما تلك المساحة التي تتعامل مع الإيماءات اللإرادية هي من دون شك معقدة تماماً. كما تمت الإشارة له في المقدمة، لكن تفسير إشارات جسد الشخص اللاشعورية يمكن أن تكون ذات استعمال كبير لنا في حالات متعددة لحياتنا. يمكن أن تكون مساعدة عندما نشترى أو نبيع شيئاً ما أو عندما نجري مقابلة للعمل أو في الحقيقة في استنتاج الموقف الحقيقي للشخص تجاهنا في العلاقة الشخصية. هكذا إنها تستحق التعلم شيئاً ما عن الإشارات التي تقشي أسرار الأشخاص لنا.

الوجه:

يكون الوجه عادة الجزء الأول من جسم الشخص الذي نلاحظه وفي الحقيقة إنه الجزء الذي نستطيع من خلاله إدراك الأشخاص جزئياً. لأنه يحوي على العينين اللتين تمثلان مرآة مشاعرنا كما أنه الجزء الأكثر تعبيراً في الجسم. لكن لا تخبرنا التعابير الوجهية أحياناً بكل القصة أو تعطي أحياناً معنى خاطئاً لذلك يجب علينا أن ننظر في مكان آخر للبحث عن الحالة الحقيقية لمشاعر الشخص أو أفكاره.

وضعية الرأس خلال المحادثة:

إن للرأس أيضاً أهمية كبيرة في تفسير لغة جسد شخص ما، وإذا كنت تريد أن تعرف مدى اهتمام أحد مستمعك فيما تقوله مثلاً، يمكنك ملاحظة وضعية رأسه. فإذا كان الرأس في موقع محايد عندئذ هناك القليل مما يمكن استنتاجه. ولكن إذا كان الرأس مائلاً إلى أحد الجانبين عندئذ تدل هذه إشارة على أنك أثرت اهتمام الشخص وهي حافز للاستمرار بما بدأت به.

الإيماء بالرأس:

يجب أن تكون أكثر شجاعة إذا أعطى الشخص الذي تتعامل معه إيماءات طفيفة وذات طبيعة غير مدركة منذ أن كانت تلك الإيماءات دالة على موافقة لاشعورية على ما تقوله، أو تشجيع البائعين الذين أتقنوا فن تفسير إشارات الجسد سوف يكونون في غاية السرور لرؤية هذه الإيماءات، وهذا يعني إمكانية الحصول على فرصة جيدة في الربح. الإيماء بالرأس غالباً ما يكون إشارة على التشجيع من المستمع حيث يقابل المتكلم بالموافقة، ويجب متابعة الطريقة نفسها التي بدأ بها. يمكن أن تكون الإيماء بالرأس إيماء شعورية سواءً كانت إشارة على الموافقة والقبول أو التحية وتمت معالجتها في فصل الإيماءات الإرادية.

هز الرأس:

إن الشخص الذي تدخل معه في نقاش ربما لا يكون على اتفاق معك طويلاً قبل أن تكتشف هذه الحقيقة من خلال الكلام، وربما يمكنك أن تلاحظ هزة الرأس الغريبة التي تكون بالكاد محسوسة، وهي إيماء غير شعورية يجربها المستمع لتدل على عدم الموافقة أو عدم التشجيع.

وضعية الرأس واليد:



ربما تعطي وضعية الرأس المحايد إشارة إذا تم تفسيرها لوحدها، لكن يتم استخدام اليدين في الإشارات التي يجربها الرأس وبذلك يمكن للمتكلم أن يعمل حسناً بملاحظته لوضعية يدي المستمع. وإذا كان رأس المستمع في وضعية محايدة ولكن يده تلامس خذه أو يحكها بشكل خفيف عندئذ فإنه يوازن بشكل غير شعوري ما يقوله المتكلم قبل اتخاذ أي قرار بإبداء الرأي. إذا كان يضرب ذقنه لاسيما بإبهامه مشكلاً مع إصبع السبابة حرف V

كما يتم جعل شكل اللحية عندئذ فإنه يفكر ملياً حول ما تم قوله. يمكن أن تكون إيماءة ضرب الذقن التأملية إيماءة مقصودة تمت معالجتها في فصل الإيماءات الإرادية.

وضعية الرأس المنخفض:

إذا انخفض رأس المستمع عندئذ فهو يعطي إشارات سلبية عما ما يقوله المتكلم وهذه الإيماءة تكون غالباً جزءاً من عنقود الإيماءة وإذا كانت ذراع المستمع مطويتين عندئذ تدلان على السلبية، أو يمكن أن تكون إشارة تدل على الانسحاب.

إرشاد لمعرفة المزاج:

يمكن أن تدل وضعية الرأس أيضاً على مزاج المرء أو الحالة العقلية وإذا كان الرأس منخفضاً عندئذ يمكن أن تكون دلالة على أن المرء يشعر بالكآبة أو الحزن. ربما تكون الكآبة أو الحزن قصيرة الأجل عندئذ تكون الإيماءة بشكل مشابه قصيرة الأجل، على سبيل المثال، يمكن لشخص ما أن يتبنى هكذا وضعية لفترة قصيرة الأجل لمفارقة صديق حميم أو أي عضو من أعضاء العائلة من جهة أخرى إذا كان أحد ما يشعر بإحباط بشكل روتيني عادة عندها يمكن أن يجري وضعية خفض الرأس، والأشخاص الذين يعانون من الكآبة يجرون هكذا وضعية.

إشارات الخضوع:

يمكن استخدامها بالطبع بشكل مقصود كإشارة للتحية الرسمية ولكن يمكن استخدامها بشكل غير واعي كإشارة للخضوع، وهي الإشارة التي يجريها الشخص بإخفاض الرأس لوجود أحد ما يعتبره أهم حتى من نفسه، هذه المعلومة ذات قيمة كبيرة للشخص الذي تهمة المنافسة مع الشخص الذي أخفض رأسه له بشكل لاإرادي. يمكن أن تعني أنه يشعر بالدونية وبذلك فإن منافسه لديه ميزة كبيرة.

الحالة الجدية:

لا تبين إيماءة خفض الرأس بالضرورة الكآبة أو مشاعر الخضوع أو الدونية. فالشخص الذي يمشي لوحده وهو يخفض رأسه ربما لا يكون مكتئباً ولا يشعر بالدونية كما يتبنى الأشخاص عادة هكذا وضعية عندما يذهبون في نزهة للتفكير حول مشكلة تشغلهم. كلنا نصادف من وقت لآخر صديقاً يمشي بشكل مدروس محققاً في الأرض.

هز الرأس بحركة مفاجئة:

إن هز الرأس بحركة مفاجئة هي إيماة يمكن وصفها بأنها إما إيماة إرادية أو إيماة لا إرادية، وتمت معالجتها بإسهاب في فصل الإيماات الإرادية. عندما يهز الرأس لاشعورياً من المحتمل أن تكون إيماة غرور وإغراء جنسي أكثر من كونها تدل على التحدي، وهي المغزى الأولي للإيماة الشعورية، على الرغم من وجود هزه الرأس المتحدية كإيماة لا إرادية عندما تكون الهزة سطحية إلى حد كبير وبذلك لا تكون ملحوظة سواء كانت شعورية أو، لا ويكثر استخدامها من قبل النساء والفتيات أكثر من الرجال والصبيان. كما أشرنا إليه قبل قليل يتم استخدام الرأس مع اليدين لنقل رد فعل غير شعوري يمكن لبعض الإيماات التي تستخدم الرأس واليدين أن تكون إيماات إرادية وقد ناقشنا ذلك في فصل الإيماات الإرادية.

حك الرأس:

تشمل هذه الإيماات حك الرأس والتي تشير بأن الشخص الذي يحك رأسه هو محتار ومندهبس بسبب شيء ما إذا لم يدل حك الرأس على إراحة الرأس المصاب بالحكة. إن حك الرأس بوصفه إيماة إرادية يكون عادة لإحداث أثر هزلي. ولكن عندما تكون الإيماة لا إرادية عندئذ يكون الحك أقل بكثير. في الحقيقة عند استخدام الإيماة بشكل غير شعوري تكون فركاً للرأس بشكل سطحي أكثر من كونها حكاً للرأس بشكل كامل. إذا كان أحد ما يتكلم وشاهد عدة أشخاص من المستمعين وهم يحكون رؤوسهم يتوجب على المحاضر أن يحسن من تقنية أدائه في المحاضرة.

صفع الرأس:

هذه الإيماات تشتمل أيضاً على إيماة صفع الرأس والتي تشير بأن مؤدي الإيماة قد أدرك فجأة بأن شيئاً ما مهماً تم نسيانه أو تذكره في وقت متأخر، تكون صفع الجبهة بنفس الطريقة دالة على نفس الشيء «تمت هذه الإيماة بصفع الجبين تحت الحاجب». يكون صفع الرأس على الأرجح إيماة شعورية أكثر من صفع الجبهة «الإيماة التي تم التعامل معها سابقاً» يقل استخدام هذه الإيماة بشكل لا إرادي وهي الإيماة الأقل وضوحاً. ربما ترى أحداً ما قد ركب سيارته للتو بعد نزهة إلى السوق مؤدياً هكذا إيماة.

إسناد الرأس باليد:

إذا تم إسناد الرأس باليد تستخدم عادة وضعية الجلوس مع اتكاء المرفق على الطاولة أو المقعد- عندئذ يكون الشخص المؤدي للإيماءة متعباً. ربما تأتي الإيماءة في نهاية يوم عمل طويل. كلما كان الأشخاص يشعرون براحة أقل كلما كثرت الحركات في هذه الحالة.

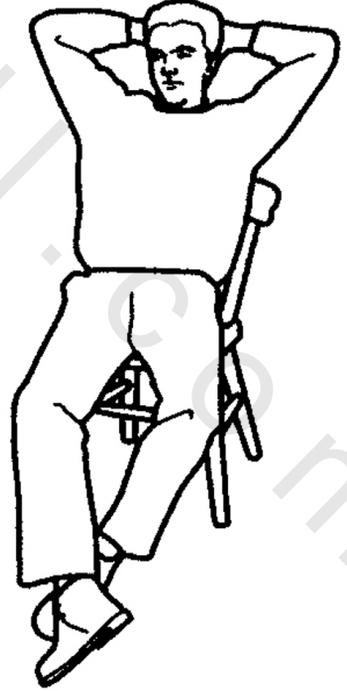
إن الأشخاص الذين يشعرون بالعصبية من المحتمل أن يلمسوا رؤوسهم أو وجوههم بأيديهم بشكل متكرر كإشارة لاشعورية على قلقهم أو عصبيتهم. بشكل عام إن الأشخاص العصبيين أو الأشخاص قليلي الثقة بالنفس نادراً ما يضعون أيديهم على جانبيهم.



تشابك الأيدي وراء الرأس:

من جهة أخرى فإن الأشخاص البعيدين عن العصبية، ولكن ممن هم في الحقيقة واثقون جداً بأنفسهم، يستخدمون رؤوسهم بأيديهم بشكل لاشعوري. فهم يشبكون أيديهم خلف رؤوسهم وإذا جلسوا فإنهم يتكئون للخلف على الكرسي. فهم يشيرون على عكس الأشخاص الذين يطوون أذرعهم بأنهم لا يخافون من تعريض مقدمة أجسامهم وأنهم لا يشعرون بأي تهديد.

إن الإيماءة التي يتم فيها تشابك الأيدي وراء الرأس والتي تدل على أن الشخص يشعر بارتياح تام هي الإيماءة التي يفترضها الأشخاص في موقع السلطة. على سبيل المثال ربما يتبنى مدير البنك هكذا إيماءة بشكل لاشعوري عند إجراء مقابلة مع شخص ما يطلب قرضاً وبذلك يكون هذا الشخص بعيداً كل البعد عن الراحة.



أحياناً يقلد الأشخاص إيماءات الآخرين، لكنه من غير العادي أن ترى عدداً من الرجال يتمتع أفرادها بالمكانة الاجتماعية أو كلهم واثقون بأنفسهم يجلسون مؤدين نفس الإيماءة. من المحتمل أن تفعل النساء هذا أقل بكثير على الرغم من أن أنهم يستخدمون أحياناً نفس الإيماءة في حالات أخرى. على سبيل المثال: ربما يطوي أحد الجنسين أيديهم خلف رؤوسهم إذا اتخذوا استراحة بعد فترة من العمل والإحساس بالسرور والثقة بالنفس مع التقدم بالعمل.

التقليد غير الشعوري:

إن التقليد اللاشعوري للإيماءات ليس محصوراً بالأشخاص الذين يطوون أيديهم وراء رؤوسهم بثقة، إنه أمر شائع للأشخاص الذين يدخلون في نقاش إما محادثة شكلية محببة أو الرسمية منها بدرجة عالية من الموافقة لإجراء نفس النوع من الإيماءات. هكذا سوف تراهم يومئون برؤوسهم فيميلونها، وبشكل عام يؤدون إشارات غير شعورية متشابهة. يكون هذا التشابه في الإيماءات ملحوظاً في السلوك العام للأشخاص الذين يعرفون بعضهم بعضاً لفترة طويلة، والذين يجدون الراحة مع بعضهم بعضاً وعلى علم تام بمواقف وآراء بعضهم بعضاً.

إذا راقبت صديقين يثرثران وهم يشربان القهوة في المقهى سوف تلاحظ بأن إيماءاتهما اللاشعورية متشابهة على نحو رائع. إن فكرة الإيماءات المتماثلة هي حقيقة لا سيما عند المتزوجين لفترة طويلة. يقال بأنهم يصبحون متشابهين جسدياً ولكن إيماءاتهم اللاشعورية أيضاً تصبح مشابهة لبعضها الآخر.

الشعر:

إن الشعر بالطبع يترافق مع الرأس ويكثر استخدامه في إجراء الإيماءات اللاشعورية. عندما يشعر المرء بالعصبية أو المرض فإنه يلمس شعره ويفرغ عصبية حتى ولو بدا أنه واثقاً من نفسه. إذا حضرت مقابلة مع عدة مرشحين والكل يبدي ثقة بالنفس فإنه من المريح مراقبتهم وهم يلمسون شعرهم. أحياناً يكون لمس الشعر عبارة عن ترتيب متكرر له، ولكن هذا ما يزال يدل على قلق أكثر من كونه إشارة على الغرور المفترض.

التربيت على الشعر وتهيئته:

التربيت على الشعر وتهيئته المتكررة مثل دفع الشعر للخلف عن الجبهة يمكن أن يكون إشارة على الغرور المفرط ينفذها الأشخاص الذين يهتمون بمظهرهم الجسدي. إنهم من النوع الذي لا يمر بجانب مرآة أو حتى واجهة محل دون النظر على مظهرهم.



إن تهيئة الشعر اللاشعورية بما فيها التربيت على الشعر ودفعه إلى الخلف عند

إجراء هذه الإيماءة عند وجود عضو من الجنس الآخر يمكن أن تكون إشارة مرادة.

التطلييف مثل تهيئة الشعر يمكن أن يكون المعادل الإنساني لنفش الطيور لريشها كجزء من طقوس التزاوج. مجموعة من الشبان يقفون على زاوية الطريق ينتظرون، سوف يضعون بالتأكيد أيديهم على شعرهم عند مرور مجموعة من الفتيات.

إذا وجدت أي فتاة منهن ما يعجبها في أي شاب سوف تجري بالتأكيد إيماءات تهيئة الشعر المشابهة، وربما تجري إيماءة هز الرأس اللاشعوري بحركة مفاجئة وهي إيماءة تمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية.

لف الشعر:

إن لف الشعر هو دلالة على العصبية الكبيرة أكثر من كونه لمساً للشعر. لا تكون عادة إيماءة معزولة ولكن جزءاً من عادة يصعب تحاشيها. تكون الإيماءة أكثر شيوعاً عند النساء منها عند الرجال ربما بشكل عام لأن لديهن شعراً أكثر. إذا وقفت في غرفة حيث يجري الطلاب الامتحان حيث يوجد غابة من الأيدي التي



تلف الشعر مثل طالبات يقرأن ورقة الامتحان.

بسبب طبيعتها فإنها عادة واضحة جداً حتى أكثر من عض الأظافر. في ضوء هذا فهي تستحق محاولة تحاشيها.

دفع الشعر خلف الأذنين:

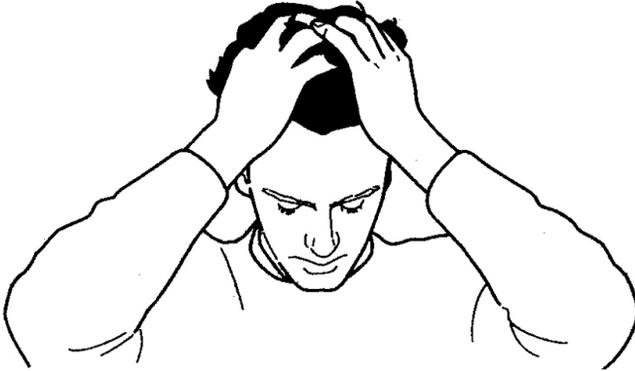
يدفع بعض الأشخاص شعرهم خلف آذانهم وبذلك يثبتون حقيقة قلقهم على الرغم من أنها إيماءة تهيئة الشعر غير الشعورية، بدلاً عن ذلك فهم يظهرون عصبيتهم أو قلقهم بحك أعناقهم ودفع شعرهم بعيداً عن أعناقهم.

مص الشعر:

إشارة أخرى على العصبية أو القلق تستخدم الشعر وهو بالطبع طعام غير شهوي «مص أو مضغ الشعر». هذا بالطبع يتعلق بكون الشعر طويلاً كفاية للوصول إلى الفم والأسنان. كما هي الحالة في لف الشعر فإنها عادة لاشعورية، وذلك بأن بعض الأشخاص، والنساء عادة، يجدن بأنه من الصعب أن يفتطن أنفسهن عنها. يصرح بعض الأشخاص الذين يعضون الشعر بأن حالتهم تصبح أفضل عندما يجرون هذه الإيماءة، ليس عندما يكونون في حالة عصبية ولكن عندما يكونون مركزين في أمر ما. هذا شيء مماثل للتفسير المضاعف الممكن لعض الأقلام.

إمرار الأصابع خلال الشعر:

إمرار أصابع شخص خلال شعر آخر هي إيماءة رومانسية، لكن إمرار أصابع الشخص خلال شعره هي نوع مختلف كلياً. فهي تدل على الكآبة والغضب والإحباط أو مشاعر من هذا القبيل، على سبيل المثال: إذا أخطأ أحد ما في إجراء عمل مهم ربما يُمرّر أصابعه خلال شعره. يمكن أن تكون الإيماءة مقصودة ومصحوبة بالكلام.



الحاجب:

الحاجب المقطب «المثلّم»

يمكن أن يشير الحاجب المقطب إلى عدد من المشاعر، ولتفسير هذه الإيماءة من الضروري النظر إلى إيماءات أخرى. على سبيل المثال تعابير العينين. يعتمد أحياناً التفسير الصحيح ومثالاً على ذلك، ربما يكون لدى شخص ذي مزاج غاضب حواجب مقطبة أكثر من نفس الشخص عندما يكون في مزاج قلق بشكل معتدل- على الرغم من أن هذا يختلف من شخص لآخر. تشمل المشاعر التي يشير إليها الحاجبان المقطبان الغضب والقلق والحيرة والتفكير العميق. بالإضافة إلى هذا يتم تلمّ الحاجب بشكل «أوتوماتيكي» عند استخدام إيماءة رفع الحاجبين من النوع الموصوف في الأسفل.

بعض الأشخاص يقطبون حواجبهم كثيراً وينتهي بهم الأمر إلى ظهور تجاعيد دائمة في الجبهة. هذا يمكن أن يُعزى إلى قدر لا داعي له من المشاعر الموصوفة قبل قليل، لا سيما القلق والاضطراب. إن الميل لرفع الحاجبين أكثر قليلاً ربما يكون لسبب جسدي، مثل شخص يعاني من حسر النظر أو لكونه تحت أشعة الشمس القوية لفترة طويلة.

صفع الحاجب:

عندما توضع اليد على الحاجب بحركة الصفع أكثر من كونها حركة لمس عادية يكون مغزى الإيماءة بأن الشخص المؤدي للإيماءة قد نسي شيئاً ما وقد تذكره لتوه. يُصَفَّع الجبين باللاشعور لوجود الدماغ بقربه، مصدر مشكلة الحاجب المصفوع.

إن صفع الجبين مشابه لصفع مؤخرة أو جانب الرأس «المذكور تحت عنوان الرأس» وقد تمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية. ومثل صفع الرأس يمكن لصفع الحاجب أن يكون إيماءة إرادية بشكل عادي كإيماءة تمثيلية ولكن تكون عادة إيماءة لاشعورية.



الحاجبان:

يكون الحاجبان الميزات الأكثر وضوحاً لبعض الوجوه أكثر من غيرها. لدى بعض الأشخاص حاجبان كثان يبدوان وكأنهما يأخذان مساحة كبيرة من الجبين، بينما لدى آخرين حواجب متناثرة كثيراً كما في حالة النساء، حيث تُشدّب بحذر. سواءً كانت كثيفة أو رقيقة تلعب الحواجب دوراً ذا مغزى في معرفة إشارات الجسد.

رفع أو خفض الحواجب:

يمكن تصنيف كلا من رفع أو خفض الحواجب كإيماءات إرادية ولاإرادية وتمت دراستها بالتفصيل في فصل الإيماءات الإرادية. إن الاختلاف بين الإيماءات المقصودة وغير المقصودة ببساطة في نفس الدرجة لكن يكون التفسير غير المقصود أقل وضوحاً وأكثر رفعة وذا مغزى أكثر من التفسير المقصود.

هكذا، يشير رفع الحاجبين بشكل طفيف بأن الشخص المؤدي للإيماءة هو شخص مندهش أو مصدوم. ويمكن أن يكون رفع الحواجب نوعاً من الاستجابة على سبيل المثال: رد



الفعل على تصرف غير تقليدي. وبسبب هذا يمكن استخدام الإيماءة مجازياً. وهكذا يمكننا وضع ملاحظات مثل: «يوجد تماماً عدة حواجب مرفوعة عندما شوهد رب العمل يتناول طعام الغداء مع السكرتير الجديد» في الوقت الذي لم نجد أحداً قد رفع حاجبيه. ويصبح رفع الحاجبين ببساطة رمزاً للدهشة أو للغضب.

إن الأشخاص المستائين والمحتررين أو القلقين يخفضون حواجبهم. يمكن أن يختلف هذا في الدرجة أحياناً. وإذا رأيت مثل هذه العلامة على رب العمل فإنه عليك تصحيح طريقتك في العمل حيث يدل وجودها بأنك أو عمك تسببان الغضب.

لع الحاجب «تحريك الحاجب حركة خاطفة»

يحدث لع الحاجب عند تأدية التحية اللاشعورية، ويرفع الشخص حاجبه جزءاً من الثانية. إنها إشارة ودية تظهر تلقائياً عند رؤية شخص ما نعرفه ونحبه أو مع شخص لا نعرفه

ولكن نود معرفته وتترافق عادة بابتسامة، إنها لغة الجسد للترحيب بشكل موجز. على سبيل المثال عندما يتعرف الأشخاص على بعضهم بعضاً من خلال الغرفة عندها يؤدون إيماءة مع الحاجب بشكل أوتوماتيكي.

العيون:

تشكل العيون جزءاً مهماً من سمات الشخص وتلعب دوراً مهماً في لغة الجسد.

الابتسامات الحقيقية:

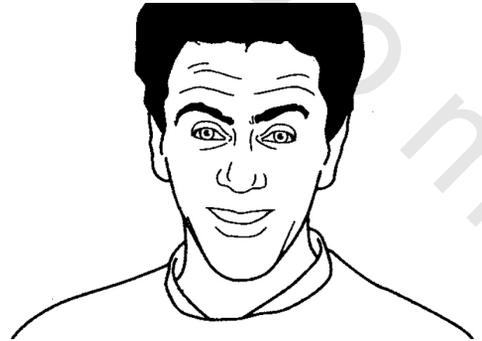
على سبيل المثال: تكون العيون دلالة على ابتسامة الشخص الحقيقية. والابتسامة المزيفة مهما كان السبب أمر مألوف جداً. وتعتبر جزءاً من سلوكنا الاجتماعي ولكن العيون تكشفها عادة. الذي يقصد إجراء ابتسامة اجتماعية «كاذبة» ربما يقلد الابتسامة الحقيقية وذلك يرفع الشفتين وترافقها بابتسامة وربما يضيق ويجعد العينين كما يفعل الأشخاص في الابتسامة الحقيقية، ولكن لا يمكن جعل العينين تتقدان بالدفع الحقيقي والسرور والسعادة كما في الابتسامة الحقيقية التلقائية.

الأسى والحزن:

يتم الدلالة على الأسى والحزن من خلال العيون. حيث لا يتم فقط نقله من خلال تعابير التعاسة في العينين ولكن أحياناً من خلال امتلاء العينين بالدموع. حتى ولو حاول الأشخاص التظاهر بعدم الحزن أو الأذى فإن عيونهم تكشفهم إذا وجدت الدموع فيهما حتى ولو بشكل قليل. بالطريقة نفسها يمكن أن تتشكل الدموع في العيون عند الأشخاص الذين يعانون من الألم حتى ولو حاولوا إهمال الألم.

تفسير المزاج:

كما هو واضح فإن تعابير العينين مهمة لنا في تفسيرنا لطبع الآخرين. كنا قد رأينا كيف يمكنهم التعبير عن السعادة والحزن ولكن يمكنهم التعبير أيضاً عن التسلية والغضب والحب والخوف والدهشة والتعب الخ... حيث تسبب بعض المشاعر لنا اتساعاً كبيراً في العينين بشكل لا شعوري.



هكذا إيماءة والتي يمكن استخدامها كإيماءة تمثيلية شعورية تميل لأن تكون استجابة غير شعورية لمفاجأة أو صدمة يمكن أن تحدث، على سبيل المثال، إذا فتحت الباب لتفاجأ بقدوم صديق قديم لم تكن قد رأيته منذ وقت طويل وغير متوقع. تعكس عادتنا في فتح عيوننا بشكل واسع لغتنا. عندما تتعلم من شيء ما قد فاجأك كثيراً عندئذ يمكنك وصفه «بفتح حقيقي للعيون».

التواصل عن طريق العين:

يمكننا معرفة شيء ما عن الأشخاص من خلال التواصل عن طريق العيون مع بعضنا بعضاً. حيث ينظر الأشخاص في سياق الحديث لبعضهم بعضاً بشكل متكرر. وتختلف مدة التواصل بشكل واضح ولكن كلما زادت فترة التواصل يمكن أن تكون دلالة على معرفة الأشخاص لبعضهم بعضاً. وفي حالة الغرباء يمكن أن تكون فترة قصيرة في الحقيقة. وفي حالة العشاق تكون طويلة جداً وبين الأصدقاء تكون ما بين بين. عندما يكون التواصل بين شخصين أطول من العادة عندئذ يكون إشارة على الشعور الجنسي أو الرومانسي بينهما.

إن كيفية تواصل الأشخاص بالعين في سياق المحادثة تختلف تماماً باختلاف فترة التواصل. مرة ثانية يمكن أن نضع احتمالاً آخر وهو كيفية معرفة الأشخاص بعضهم ببعض حيث يميلون للنظر إلى الشخص الآخر غالباً عند الإصغاء أكثر من كونهم يفعلون هذا عندما يتكلمون.

يوجد شعور عام حول الأشخاص ممن لا يستطيعون النظر إليك مباشرة وجهاً لوجه عندئذ يكونون غير موثوقين أو يخبئون شيئاً ما. بالتأكيد إنها حالة الأشخاص الذين يؤدون تواصلاً أقل بالعين مع الشريك في المحادثة، وهذا يدل على موقف سلبي نوعاً ما. لكن ربما لا يكون شريراً بالضرورة. ربما يكذبون أو يقترفون عملاً غير شريف، ولكن ربما يكونون خجولين أو ببساطة خائفين. لا يميل الأشخاص إلى النظر إلى أحد ما كثيراً إذا كان موضوع النقاش يسبب الضيق.

يوجد اختلافات ثقافية تترافق مع التواصل بالعين. على سبيل المثال: يتحاشى اليابانيون عادة التواصل العيني المباشر كجزء من ثقافتهم، بينما يميل أفراد من العرب لاستخدام التواصل بالعين أكثر مما نفضل في ثقافتنا الغربية.

هكذا، إنه من الواضح بأنه يجب ألا نفترض بسهولة بأن الشخص الذي يتحاشى التواصل بالعين هو شخص ماكر غير شريف أو غير موثوق. بالإضافة إلى ذلك إن الربط بين

تحاشي التواصل بالعين وعدم النزاهة هو أمر معروف بشكل كبير، وإن إقحام النفس على إجراء تواصل عيني بشكل متكرر أمر غاية في السهولة، لذلك إذا قصد أحد ما خداعك يمكنه النظر مباشرة في العين والاستمرار في خداعك.

إذا أدركت وأنت تجري معادثة بأن الشخص الآخر لا يجري تواصلًا عينيًا معك ولا حتى لأي فترة من الوقت، ولكن يبعد عينيه بعيداً ويجري لمحات سريعة من مكان لآخر ربما يكون ذلك لأنه لا يجد فيك شخصاً ممتعاً أو جذاباً، بينما ينظر بشكل لاشعوري إلى الشخص الذي يعتقد أنه يجد فيه ما يعجبه. لا يتوجب عليك أن تكون مكتئباً إذا لمحت هكذا إشارات لا يسببها الملل ولكن العصبية أو كون الشخص كاذباً. إن الأشخاص العصبيين استثنائياً لا يشيرون فقط إلى هذا باللمحات السريعة التي تم وضعها ولكن أحياناً بفتح وإغماض العينين بشكل سريع.

إذا كان الشخص الذي يجري أي تواصل عيني يحدق في السماء عندئذ هذا سوف يسبب قلقاً لك. من المحتمل أن يكون هناك درجة عالية من الملل في هذه الإيماءة. من جهة أخرى إذا كان يحدق في الأرض ربما يكون دلالة على نوع من الخضوع من النوع الذي ربما يترافق مع الشعور بالذنب، على الرغم من أنها يمكن أن تكون إشارة على التأمل وبأن شريكك في المحادثة يفكر بعمق في شيء ما.

التحديق:

إجراء تواصل عيني منتظم هو شيء والتحديق هو شيء آخر. نعلم منذ أن كنا أولاداً بأن التحديق أمر سيئ، وبالتأكيد إذا عرفنا أن أحداً يحدق فينا سنشعر بالإحراج وعدم الراحة إذا كنت تجري مع شخص ما وحدق هذا الشخص فيك عندئذ يمكن أن تكون إشارة بأنه يحاول السيطرة عليك أو ممارسة السلطة عليك.

إذا كان شخص يحدق ليس في الشريكة بالمحادثة ولكن في شخص ما أو شيء ما عندئذ تكون دلالة بأن الشخص مندهش بما قد شاهدته. إذا كان الشخص لا يحدق في شخص ما أو شيء ما ولكن في الفضاء عندئذ فهو شارد أو مستغرق في أحلام اليقظة.

فرك العين:

كنا قد رأينا كيف يلمس الأشخاص أجزاء من وجوههم أو رؤوسهم عندما يكونون في حالة عصبية وعندما يشعرون بالرغبة حول ما قد قيل أو عندما يكذبون.

كل ما قيل أعلاه ينطبق على العينين، وأحياناً يتم لمس العيون وأحياناً يتم فركها على الرغم من أن فرك العين هو أيضاً إشارة تقليدية بأن الشخص المؤدي للإيماء متعب. يؤدي هكذا إيماءة الأولاد عادة عندما يشعرون بالنعاس.

إغماض العيون:

يغلق الأشخاص عيونهم بشكل متكرر عندما يشعرون بالتعب، لكن يمكن أن تفترض نفس الإيماءة الضجر. إنها في الحقيقة الإشارة على أن شخصاً ما يريد إغلاق العالم من حوله لبرهة من الزمن ويمكن أن تكون إشارة على الغضب أو الإحباط. تكون الإيماءة المشابهة هي في وضع اليدين على العينين التي تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية يترافق إغلاق نصف العين أحياناً بالمشاعر الجنسية، بالتأكيد تكون مشاهد الحب الحار في الأفلام عرضة لتصوير مشاعر في وجوه الأشخاص. يمكن لإغلاق نصف العينين أحياناً أن يكون إشارة على شيء ما أكثر دنيوية. إن تضيق العيون يمكن أن يكون إشارة على الغضب أو إشارة بأن شخصاً ما يحاول تذكر شيء ما قد نسيه مثل رقم هاتف.

النظر من تحت رموش العين:

إن النظر من تحت رموش العين على شخص ما هي إيماءة تترافق عادة بنوع من الأنوثة يمكن أن تفترض التواضع أو الخجل ولكن غالباً ما تكون إيماءة مغازلة أو إغراء جنسياً.

الغمز «بالعينين»:

يكون غمز شخص ما غالباً إيماءة جنسية على الرغم من أنها يمكن أن تكون دلالة على السرية. ما لم تكن ذات منشأ عصبي وهي بشكل عام إيماءة شعورية كما تم مناقشتها في فصل الإيماءات الإرادية.

الخدود:

تمسيد الخدود:

إن الخدود أيضاً سمة في لغة الجسد. إن الأشخاص الذين يمسدون خدودهم بالاشعور هم من الممكن أن يكونوا في مزاج مدروس. ربما يحالون موازنة الموقف أو الشخص أو يحالون حل مشكلة كما هي الحالة في بريطانيا على الأقل، ولكن في بعض البلدان الأوروبية الأخرى مثل اليونان وإيطاليا أو أسبانيا فإن الإيماءة التي يؤديها الذكور تعبر عن إعجابهم بفتاة أو امرأة جذابة.

القلق:

كما تم ذكره يميل الأشخاص ضعاف الثقة بالنفس لإجراء حركات جسدية أكثر من أقرانهم الواثقين بأنفسهم. ربما يكون الأشخاص الذين يلمسون خدودهم باستمرار في حالة قلق. على سبيل المثال. ربما تبدي المضيفة في حفلة عشاء كل ما بوسعها لتكون سعيدة ولكن إذا كانت أصابعها على تواصل مستمر بخدودها عندئذ تكون قلقة حول شيء ما.

ربما تكون قلقة بعد سقوط الحلوى أو لعدم عودة أولادها في الموعد المحدد. في كلا الحالتين فهي مؤهلة لأن تتعامل مع مناورات المحادثة وجزء من فكرها في مكان آخر.

الأذان:

حك شحمة الأذن:

ليس فقط الخدود التي يلمسها الشخص العصبي في لحظات الإجهاد. بعض الأشخاص العصبيين أو القلقين يضعون أصابعهم على شحمة آذانهم بشكل لاشعوري وربما تجد نفسك بحاجة للسفر في رحلة جوية مع رفيقة، إذا كانت تجلس في قاعة المغادرة وتحك شحمة أذنها بشكل محموم عندئذ ستدرك أن رفيقتك تشعر بالخوف من الذهاب بالطائرة.

لمس حافة الأذن:

إيماءة أذن أخرى تدل على العصبية وهي إمرار الإصبع لأعلى وأسفل مقدمة حافة الأذن بشكل إيقاعي، ويمن بعض الأشخاص ذوي المزاج القلق على هذه العادة اللا شعورية. حيث ينتهي بهم الأمر بأذن دائمة الاحمرار. إن لمس الأذن مفتوح لتفسير آخر، ربما يكون إشارة على العصبية أو القلق، ولكن تدل على عدم الراحة من حقيقة الشخص المؤدي للإيماءة والشك في حقيقة ما يقوله المتكلم. إن البائعين الذين يلمحون هذه الإيماءة في الزبون المحتمل يجب تعديل الحديث الخاص بالمادة المبيعة. من جهة أخرى ربما يكون لمس الأذن إشارة بأن الشخص المؤدي للإيماءة هو شخص كاذب.

تغطية الأذنين بالأيدي:

إيماءة غير شعورية أخرى تتعلق بالأذن وهي تغطية الأذنين باليدين، ربما يظهر هذا في لحظات الإجهاد عندما يكون الشخص المؤدي للإيماءة راغباً في إيقاف ما يحدث حوله

والهروب والمواجهة. إن الأشخاص الذين يغطون آذانهم بأيديهم هم يغلغون العالم من حولهم أكثر من كونهم يوقفون الضجة ، وربما يؤدون الإيماءة في نهاية سلسلة من الكوارث أو سوء الحظ ، وهذا يدل بشكل لاشعوري بأن هذه هي القشة التي قصمت ظهر البعير.

تغطية الأذنين باليدين هي واحدة من الإيماءات التي تمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية. يستخدم الناس الإيماءة الشعورية لإيقاف الضجة أو للدلالة على كراهية صوت ما. أقل شكل ممكن لهذا يمكن أن يكون مثلاً على الإيماءة اللإرادية حيث لديها نفس مغزى الإيماءة المقصودة ، وهكذا إذا غطيت أذنيك بيديك يمكن إيقاف أصوات أو ضجة غير مرغوب فيها أو إيقاف العالم بأكمله بشكل عام.

وضع الأصابع في الأذنين:

إيماءة أذن أخرى تدل على الرغبة في إيقاف الضجة هي وضع الأصابع في الأذان. تكون هذه الإيماءة عادة إرادية وكما تمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية.

إن الترجمة غير الشعورية لهذا تحدث عندما يرم شخص ما إصبعه للخلف والأمام داخل الأذان مشيراً بأنه قد سمع ما فيه الكفاية مما قد جرى حوله أو مما قاله أحد ما له. ربما تدل بأنه متعب من كونه المستمع ويتمنى أن يصبح في دور المتكلم. تجد إيماءة مشابهة بنفس المغزى عندما يطوي أحد ما صيوان الأذن بحيث يعلق فتحة السمع وذلك لإيقاف كل الأصوات أو ما يحدث حوله.

الأنف:

كما في باقي سمات الوجه يستخدم الأنف في لغة الجسد. وله إيماءاته التي تمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية. ومنها تلك تجعيد الأنف وهي إيماءة لاشعورية شائعة.

تجعيد الأنف:

تدل على الاشمئزاز أو النفور والاستياء حيث بالكاد يمكن إدراك هذه الإيماءة وهي مفردة لوحدها ، ولكن لأهميتها كمؤشر على رد الفعل أو استجابة شخص ما لشيء ما أو لشخص ما ، إنها تستحق التمعن فيها. كإيماءة إرادية تكون إيماءة تجعيد الأنف دلالة على أن أحداً ما يتحرى وجود رائحة كريهة على الرغم من أنها يمكن أن تكون إشارة على الاشمئزاز أو عدم الموافقة.

إمساك الأنف:

إن إمساك الخياشيم وإغلاقها هي إيماءة إرادية للدلالة على وجود رائحة كريهة تتطلب هذه الإيماءة هكذا رد فعل محدد ومن غير المحتمل أن تكون إيماءة لإرادية. يوجد عدة إيماءات خاصة بالأنف لكن يتم تأديتها تماماً بشكل غير شعوري. هذه تشمل حك وخدش أو لمس الأنف. ومنذ أن كان له عدة تفسيرات فإن أولئك الذين يرغبون في كشف وضع خاص يجب عليهم النظر إلى إيماءات أخرى لتوكيد تفسيرهم.

حك أو لمس الأنف:

يجب عليهم اعتبار إمكانية أن الشخص الذي يحك أنفه أو يلمسه أو في الحقيقة الذي يلمس جزءاً من الوجه تحت الأنف وفوق الفم هو شخص كاذب. بنفس الطريقة التي يضع فيها الأولاد أيديهم في أفواههم غالباً عندما يكذبون أو عندما تكشف كذبهم هكذا يفعل العديد من البالغين إذ يلمسون جزءاً ما من وجوههم أو رؤوسهم عندما لا يخبرون بكامل الحقيقة. يحك الناس أحياناً أنوفهم عندما يكونون محتارين، كالأخرين يمكن لهم أن يحكوا الرأس في ظروف مشابهة، لكن يضع الأشخاص أيديهم على أنوفهم عندما يشعرون بعدم التأكد أو عدم الراحة. إن مشاعر عدم الراحة غالباً ما يسببها الشك في أن المتكلم لا يقول الحقيقة. كما تم وصفه في الأسفل فإن لمس الذقن تماماً كالذقن يمكن أن يدل على قلة تصديق ما يقال. وهكذا يمكن أن يدل لمس الأنف على الكذب أو الشك بأن شخصاً ما يكذب. بالإضافة إلى هذا يمكن أن تكون كأشكال أخرى للمس الوجه إشارة على شعور الشخص بالعصبية أو القلق. هذه العادة لوضع الشخص يديه على وجهه أو رأسه تم وصفها في الأعلى.

إن إيماءات الأنف التي تم وصفها يجب ألا تختلط مع إيماءة نقر الأنف كإيماءة إرادية فيتم التعامل معها في الفصل السابق حيث تدل على السرية والتحفظ». على سبيل المثال تستخدم عندما يغتاب أحدهم بالحديث شخصاً آخر.

الفم:

إن للفم والشفاه واللسان أهمية مركزية في الكلام. على الرغم من أن دورها في لغة الجسد ليس مهماً جداً بوجود أقسام عديدة تستخدم في لغة الجسد أكثر من وجودها في الكلام ولكن ما تزال تلعب دوراً ذا مغزى.

التثاؤب:

يلعب الفم دوراً مهماً في التعابير الوجهية مثل الابتسام أو التكشير، ولكنه جزء من الجسد المستخدم في التثاؤب. إن التثاؤب إشارة على التعب أو الملل وهي إيماءة يمكن إجراؤها بشكل إرادي. كما تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية. كما يمكن أن تكون إيماءة لإرادية بنفس المعنى، على الرغم من أنها غالباً الشكل الأكثر قمعاً للفعل. تكييف الناس على تغطية أفواههم بأيديهم عند التثاؤب كسلوك مؤدب، فهم يميلون لرفع أيديهم بشكل لاشعوري لتغطية التثاؤب الأقل وضوحاً. إذا رأيت يداً ترحف باتجاه فم المصغي لك يجب عليك اختصار تعليقاتك.

الفم المفتوح:

لا يدل الفم المفتوح بالضرورة على التثاؤب، إنها استجابة غير شعورية تقليدية لسماع أو مشاهدة شيء ما مدهش مفاجئ. كأن يقرر رجل وإمرأة أن يتزوجا بعد أن عرف عنهما كرههما لبعضهما سيكون وقع هذه الأخبار على الأصدقاء يجعلهم يفتحون أفواههم من هول المفاجأة. يشار للإيماءة مجازياً أحياناً في اللغة على سبيل المثال: أحدهم ربما يقول: «فغرنا أفواهنا دهشة عندما عرفنا أنه ترك كل هذا المال- فقد اعتقدنا أنه مفلس» لا يدل هذا بالضرورة بأن كل شخص قد فتح فمه ولكن ببساطة تدل بأنهم مندهشون.

تغطية الفم باليدين:

لقد رأينا كيف يغطي الأولاد أحياناً أفواههم عندما يكذبون وكيف يلمس البالغون أحياناً أنوفهم وأذانهم أو ذقونهم عندما يكذبون. إمكانية أخرى للدلالة على الكذب هي الإيماءة التي يتم فيها استخدام عدة أصابع لتغطية الفم والإبهام مقابل الخد، وهي الشكل الأقل وضوحاً لليد الكاملة فوق الفم، على الرغم من أن اليد الكاملة يمكن استخدامها من حين لآخر من قبل البالغين الكاذبين تماماً كما يستخدمها الصغار.

وضع الأصابع في الفم:

إذا لم توضع الأصابع على الفم وإنما في الفم عندئذ تكون إشارة على الخداع ولكن على عدم الأمان، وبأن الشخص المؤدي للإيماءة تخضع لشكل ما من الإجهاد أو الضغط. إنها الترجمة البالغة للطفل الشاب الذي يمص إبهامه لأجل الراحة، وهي الإيماءة التي يعتقد

بأن تكون محاولة لاشعورية لإرجاع الراحة والأمان التي يشعر بها الطفل عندما يرضع من صدر أمه. كبدل لوضع الأصابع في الفم، يضع بعض الأشخاص مواد مختلفة مثل أقلام الحبر أو الرصاص في أفواههم، والمدخنون بالطبع يستخدمون الغليون والسجائر.



الشفاه:

أن الشفاه هي الجزء الظاهري الأكثر أهمية من الفم. فقد تمت مناقشة أهميتها في لغة الجسد في الفصل السابق الإيماءات الإرادية حيث تمت مناقشة لعق الشفة وإرسال القبلة عن طريق نفخة.

لعق الشفتين:

إن إيماءة لعق الشفتين الإرادية تعني توقع شيء لطيف لا سيما شيء لذيذ للأكل. هذه الإيماءة يمكن في أقل صورة ممكنة أن تكون مثلاً على الإيماءة اللاإرادية. كما يمكنها أن تكون إشارة جسدية توقعية. ولكن لعق أو ترطيب الشفتين كإيماءة غير شعورية هي غالباً دلالة على الجاذبية الجنسية. على سبيل المثال ربما تشاهد الناس في الحفلات يربطون شفاههم عند تقديمهم لأشخاص من الجنس الآخر ممن يودون معرفتهم أكثر. إذا كان ترطيب الشفتين واضحاً جداً وغير شعوري. عندئذ يمكن أن يكون إشارة على شخص فاسق، وهو الشخص الذي يبتعد عنه أفراد الجنس الآخر آلياً.

اللسان:

تدل إيماءة مد اللسان على الوقاحة على الرغم من أن استخدامها لإهانة الناس ينحصر غالباً في سلوك الأطفال ما لم يؤد البالغون هكذا إيماءة لإحداث أثر هزلي.

من الواضح أن هذه الإيماءة إرادية وتمت دراستها في فصل الإيماءات الإرادية كإيماءة غير



شعورية فإن مد اللسان بشكل طفيف بين الأسنان يدل على التركيز والاستغراق.

مرة أخرى نرى هذه العادة عند الأولاد ولكن الأشخاص البالغين لا سيما الذين ارتبطوا بعمل ما لم يعتادوا عليه يظهرون تركيزهم من خلال هكذا إيماءة ولكن في شكل أقل وضوحاً.

الأسنان:

كما تم وصفة قبل قليل، تستخدم الأسنان أحياناً مع اللسان في الإيماءة الدالة على التركيز.

المضغ:

إنهم يستخدمون مضغ أقلام الحبر أو الرصاص في الإيماءة الدالة على التركيز أو التفكير، ولكن تدل أيضاً أحياناً على العصبية أو التوتر. إن أكثر الآباء كانوا قد مضغوا أقلاماً من حقيبة المدرسة. بعض الأشخاص يمضغون العلكة كثيراً وهذه يمكن أن تكون إشارة على العصبية أو التوتر على الرغم أنها يمكن أن تكون مجرد عادة. أشخاص آخرون ينفسون عن عصبيتهم أو توترهم من خلال إجراء إيماءة المضغ والشد على أسنانهم.

قضم الأظافر:

بالطبع لا تستخدم الأسنان فقط لمضغ أقلام الحبر والرصاص ومواد أخرى. كما تم ذكره قبل قليل في التعليق على الشعر، يبدي الأشخاص العصبيون أحياناً عدم ارتياحهم من خلال مضغ نهايات الشعر. تلعب الأسنان دوراً رئيسياً في معظم العادات العصبية العامة، ومنهال قضم الأظافر. إن بعض الأشخاص عندما يكونون في حالة عصبية أو تحت الضغط سوف يضعون أصابعهم في أفواههم حالاً وبيباشرون القضم بشكل محموم. إنها واحدة من الإيماءات اللاإرادية العديدة التي يمكن بقوة الإرادة التخلص منها وبخاصة النساء، حيث ينجحن في التغلب عليها ببساطة لأن قضم الأظافر ليس منظراً جذاباً وبالتأكيد لا يمكن طلاء الأظافر المقضومة.

الأسنان المطبقة «المشدودة»:

يمكن أن تشترك الأسنان مع أجزاء أخرى من الجسم أو مواد أخرى إصدار بعض إيماءات الجسد، لكن يمكن استخدامها وحدها. غالباً عندما يكون الأشخاص في مزاج

سيئ فإنهم يشدون أسنانهم في محاولة لضبط غضبهم. هكذا نسمع أحياناً شخصاً ما تكلم من خلال أسنان محكمة الإطباق ويكاد أن ينفجر ولكن لسبب ما فإنه يتصرف هكذا ويتكلم بطريقة متعقطة.

الذقن:

لا تتحرك الذقون خارج حساب صورة لغة الجسد. فقد تمت الإشارة إلى نقر الذقن في سياق وضعية الرأس الحيادية. كما تم وصفها فإنها إشارة على التفكير العميق، ولكن يمكن أن تكون إشارة على الإعجاب. يتم إجراء الإيماءة على الأغلب من قبل النساء والرجال، ويمكن أن يكون موضوع إعجابهم هو شخص من الجنس الآخر أو شيء ما عزيز على قلبهم مثل نوع خاص من السيارات.

تمسيد على الذقن:

تتفد إيماءة تمسيد الذقن التي تم ذكرها بالإبهام والسبابة، الإيماءة التي تأخذ شكل اللحية. تفترض هذه الإيماءة التأمل ولكن حك الذقن البسيط يكون معبراً عن الشك أكثر من كونه تأملاً، وإذا تعتقد بأن تفعل حسناً في عملية الإقناع «في المبيعات» أو في شكل آخر من الكلام أو المحادثة وفجأة بدأ المستمع يحك ذقنه عندئذ عليك التفكير ثانية بطريقة أخرى للإقناع. لأنه عندئذ أخذ يساوره الشك في حقيقة ما تقول.

إتكاء الذقن على اليد «على شكل كأس»:

إذا جلس أحد ما وذقنه وفكه متكئان على يده وهذا ما نسميه طريقة جلوس رودن والمسماة «المفكر» إنها إشارة بأن الشخص قد استغرق في تأمل عميق. إذا تم استخدام كلا اليدين في دعم الذقن عندئذ يكون التفكير هو التفسير الممكن، ولكن يجب على الشخص المفسر للغة الجسد أن يبحث في إشارات أخرى أو يقرأ ما تقوله العيون ليقرر ما تعنيه الإيماءة. يمكن أن تكون إيماءة اتكاء الذقن أيضاً إشارة على أن الشخص الذي يستخدمها هو شخص مكسور الخاطر.



بروز الذقن:

إذا برز الذقن والفك بشكل غير شعوري «ولا نعني هنا السمة التشريحية» حيث يمكن أن تكون إشارة بأن الشخص المعني هو في مزاج محدد وعدواني أو تحت ضغط نفسي ولذلك هي عبارة عن إفراط في التعويض.

الذقن المنحسر:

إذا كان الذقن مدسوساً في الرقبة عندئذ يكون إشارة على قلة الثقة والتكتم. إنها كما يفعل الأشخاص المعنيون حيث يتراجعون ليتجنبوا الاحتكاك بالمحيط كي ينطووا على ذاتهم. لذلك فهم غير واثقين في أنفسهم. يمكن أن تكون هذه الإيماء مفشية بسر صاحبها المضطرب الذي يحاول إخفاء مشكلته وراء كلمات رنانة توحى بالانزان والثقة.

العنق:

مد العنق:

إن للعنق أيضاً حصته في إشارات الجسد، وإن الأشخاص الذين يؤدون إيماءة مد العنق وثم إرجاعه لوضعه الطبيعي وفي الوقت نفسه يعدلون ياقاتهم تدل غالباً على القلق أو العصبية. يمكنك أن تلمح أحياناً الأشخاص الذين تجرى معهم مقابلات على التلفاز فيؤدون هذه الإيماءة بعصبية واضحة.

لمس الرقبة:



إن لمس الرقبة كما هي الحال في لمس أجزاء من الوجه والرأس يمكن أن تكون إشارة بأن الشخص المعني يشعر بعدم الراحة، ويمكن أن يكون كاذباً لكن إذا كان الشخص في الحقيقة يمسك رقبته بيده عندئذ يمكن أن تكون إشارة على الغضب إذا لم يكن الشخص المعني يعاني ألماً في الرقبة. إنه

من الأفضل أن تعلم كيفية تفسير إمساك الرقبة حيث أصبح لديك الاستجابة الصحيحة وتحاشي المرحلة التالية والتي يمكن أن يصب عليك جام غضبه.

صفع جانب الرقبة:

إن صفع الرقبة لا يشبه الإمساك بالرقبة، حيث هي إشارة على أن الشخص المؤدي للإيماءة قد تذكر شيئاً ما لا يمكن نسيانه ويصفع نفسه بغضب. بالطبع في هذه الحالة يمكنه سحق بعوضه قد لسعته.

حك الرقبة:

عندما يحك إصبع السبابة الرقبة بشكل متكرر تحت شحمة الأذن أو يخرش جانب الرقبة. إنها بشكل اعتيادي إشارة بأن مؤدي الإيماءة يشعر بعد التأكد ويعبر عنها بشكوك صامتة. هذه الإيماءة كما هو الحال في إيماءات الشك اللاشعورية تتجلى من قبل شخص ما يعبر عن موافقته أو قبوله لشيء ما شفهيّاً على شيء تم قوله وبذلك تكون إشارة الجسد والرسالة المحكية متناقضة.

سحب الياقة:

إذا كان أحد ما يرتدي رداء ذا ياقة لا سيما إذا كان الشخص المعني بالسؤال ذكراً ويشعر بالعصبية ربما يمد يده بين ياقته ورقبته ويسحب الياقة لتخفيف آثار الحر.



إنه نوع من الإيماءات التي يؤديها العريس وهو بانتظار عروسه.

لا تعبر الإيماءة بالضرورة عن

العصبية وإنما على نوع ما من عدم الارتياح أو القلق. على سبيل المثال إذا كان أحد ما يشعر بالإحراج عندئذ ربما يجري إيماءة سحب الياقة.

هز الكتفين بشكل لا مبالي:

تم التعامل مع إيماءة هز الكتفين كإيماءة شعورية في فصل الإيماءات الإرادية والتي يمكن أن تدل إما على نقص المعرفة أو المعلومات حول شيء ما وإما الشعور باللامبالاة. نادراً ما توجد مثل هذه التفسيرات كإيماءات لإرادية وبنفس المعنى وربما بميل كبير تجاه اللامبالاة. إذا كنت تبحث عن متطوعين متحمسين هذا يستحق منك مراقبة كتفي ضحاياك المقصودين.

الذراعان:

تستخدم الذراعان في لغة الجسد كثيراً حيث يميل الأشخاص المتقاعدون والمستقيلون إلى استخدام أذرعهم كثيراً في سياق الحديث. يكون قليل من حركة الذراع شعورياً وذلك عندما يستخدم الأشخاص أذرعهم لمساعدتهم في وصف شيء ما، ولكن يكون معظم استخدامه غير مقصود وهو ببساطة جزء من شخصياتهم المنفتحة. يبقى أكثر الأشخاص تحفظاً أذرعهم قريبة من أجسامهم.

كنا قد رأينا في فصل الإيماءات الإرادية استخدام سمة الأذرع كثيراً في الإيماءات الشعورية، وهذه تمت دراستها بالتفصيل هناك. تشتمل هكذا إيماءات على تحريك الذراع والتي يمكن أن تدل إما على التحية أو محاولة الإشارة إلى وجود شخص ما للفت الانتباه وإما التحذير بالابتعاد.

إن هذه الإيماءات بطبيعتها لا تؤدي بشكل لاشعوري.

التخصر «إسناد الذارعين إلى الخاصرتين»:

يتم إجراء الإيماءة المعروفة بالتخصر من خلال وضع اليدين على الخاصرتين. وإحناء المرفقين بعيداً حيث يشكلان مثلثين على جانبي الجسم وتستخدم في أكثر الأحيان من النساء حيث تدل على الغضب أو العدوانية. وفي هذا تقليد للطير عندما ينفش ريشه حيث يبدو أكبر، وبذلك يصبح مخيفاً أكثر. تستخدم الإيماءة غالباً كإيماءة شعورية وتم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية. لكن يمكن أن تكون عادة وتصبح غير شعورية تماماً عندما يكون مزاجهم سيئاً ويشعرون بالعدوانية.

كما أن استخدام ذراع واحدة في حالة التخصر حيث تسدل اليد الأخرى على الجانب أو عادة على الورك يمكن أن تدل أيضاً على الغضب، وهي الإيماءة المستخدمة بشكل رئيسي من قبل النساء والفتيات، كما يمكن إجراؤها بشكل مقصود تماماً وتمت دراستها في الإيماءات الإرادية. كما يمكن استخدامها بشكل لاشعوري تماماً كالاستجابة لشيء ما أو شخص ما سبب الغضب للشخص المؤدي للإيماءة.

مثلما تدل على الغضب إذا تم وضع اليد على الورك فإنها يمكن أن تدل على الإغواء الجنسي. كما يمكن لليد عندما تكون على الورك أن تدل بأن الشخص المؤدي للإيماءة هو شخص متكبر يتباهى بشكله وجماله.

تشابك أو طي الذراعين:

كما تمت الإشارة إليه أن الأشخاص الذين لديهم شخصية كتومة يميلون لإبقاء أذرعهم قريبة من أجسامهم وهم الأشخاص الذين يشابكون أو يطوون أذرعهم. إنها حالة دفاعية وانسحابية على عكس المقياس الذي يتعامل به الأشخاص المتقاعدون الذين يرمون بأذرعهم بشكل واسع. يصرح بعض الأشخاص بأنهم يثنون أذرعهم ببساطة لأنهم يجدون فيها وضعية مريحة ، ولكن هذا يتضمن شيئاً آخر فالأشخاص الذين يثنون أذرعهم تستحوذ عليهم مشاعر سلبية.

الناس الذين يقفون ويجلسون ويتجولون جيئةً وذهاباً بذراعين مطويتين يدلون بشكل غير شعوري بأنهم يودون خلق نوع من الحاجز بينهم وبين ما يحدث حولهم. فهم يقومون بحماية مقدمة جسمهم بشكل غير شعوري ضد هجوم ما ، ولسبب أو لآخر يقومون بتبني وضعية دفاعية. ربما يشعرون بالتهديد بطريقة ما من شخص أو شيء ما وربما يودون لاشعورياً أن يبعدوا أنفسهم عن مجموعة من الظروف المكروهة.

وربما يعانون من أفكار سلبية حول شخص ما على تواصل معه أو ربما يشعرون فقط بعدم الراحة. يميل الأشخاص الذين يشعرون بعدم الأمان أو العصبية إلى لمس أنفسهم كثيراً- الأشخاص الذين يشعرون بعد الأمان يلفون أذرعهم حول أنفسهم.

يوجد درجات مختلفة في طي الذراع حيث يمكن طيها بشكل طليق أو يمكن طيها جداً بإحكام. تعكس درجة الشدة عادة قوة المشاعر التي تسبب طي الذراع. إذا شعر الشخص بالتهديد والقلق لدرجة كبيرة عندئذ سوف تشد الذراع المطوية بقوة وإذا شعر الشخص بأنه مضطرب بشكل مبهم فقط عندئذ يكون طي الذراع أكثر طلاقة ونوعاً ما أكثر استرخاءً. إذا كان الأشخاص الذين ينوون طي أذرعهم يرتدون معاطف أو سترات فإنهم يسحبون تلك بشدة وهي إيحاءة تؤكد وجود حواجز ومشاعر عدم الأمان.

تم التعامل مع طي الذراعين في الفصل السابق من فصل الإيماءات الإرادية ولكن تستخدم إيحاءة طي الذراع كإيماءة شعورية ، وهي الإيماءة التي يسببها عادة الغضب. على الرغم أنها ممكنة في حالة الإيماءات غير الشعورية إلا أنها تتضمن تفسيراً ممكناً واحداً والأقل شيوعاً من تلك التي تم ذكرها.

يوجد بالطبع سبب جسدي لأولئك الذين يثنون أذرعهم. في البرد القارس يجرون معانقة للنفس للمحافظة على درجة حرارة الجسم وإبقاء أنفسهم دافئين. لذلك قبل أن تفترض بأن شخصاً ما ذو شخصية كتومة أو في مزاج دفاعي فقس درجة الحرارة.

الأذرع المثنية والقبضات المحكمة:

عندما يؤدي الشخص إيماءة الذراعين أو تشابك الذراعين بقبضتين محكمتين وبأسنان مطبقة ربما يشعر بموقع دفاعي أو انسحابي، ولكن تترافق هذه المشاعر بالشعور بالعداوة. وتكون القبضة المحكمة دلالة على العدوانية والتخويف. إن اتحاد الذراعين المثنيتين والقبضات المحكمة تدل على وجود إمكانية الهجوم عند الشخص الذي يؤدي إشارة الجسد.

الذراعان المثنيان والإبهامان منتصبان للأعلى:

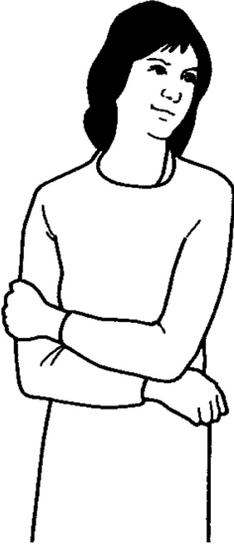
إذا استخدم الشخص ثني الذراعين أو تشابكهما والإبهامان للأعلى عندئذ تكون دلالة بأنه الشخص على الرغم من شعوره بأنه في موقع دفاعي ويشعر بالحاجة لحماية نفسه فإنه أيضاً عنده ثقة بنفسه. بشكل عام إنها تدل على أنه مصمم على الدفاع عن رأيه بقوة. إن إشارة رفع الإبهامين للأعلى كإيماءة شعورية هي إشارة القبول أو الموافقة أو الإشارة الدالة بأن كل شيء على ما يرام. وتم التعامل معها في الفصل السابق للإيماءات الإرادية.

ثني الذراعين مع قبضتين تمسكان بالعضدين:

تجد أحياناً الناس يشابكون أذرعهم في هكذا طريقة حيث كل يد تمسك الذراع الأخرى. إنها إشارة على شعور الأشخاص بالحاجة لتعزيز الحالة الدفاعية والخائفين من تهديد ما. إن الأشخاص الذين يخافون من طبيب الأسنان ربما يتبنون هكذا وضعية عند الجلوس في غرفة الانتظار.

تشابك الأذرع الجزئي:

إن ثني أو تشابك الأذرع أو إمساك الذراع الواحدة باليد الأخرى هي إيماءة لا يتم ملاحظتها، الشخص المؤدي للإيماءة لا يشعر بموقع دفاعي أو مهدد أو عصبي كالشخص المؤدي للإيماءة الكاملة «أي استخدام كلتا الذراعين». لكن هذا هو سؤال يتعلق بدرجة مشاعر الشخص المعني بالإيماءة، ولكن الأشخاص الذين يؤدون إيماءة أقل من هذه بكثير فهم ما يزالون يشعرون بحالة دفاعية وقلة ثقة بالنفس. ربما يمكنك لمح هذه الإيماءة عند أفراد مجموعة من الناس ممن ينتظرون مقابلة للحصول على العمل.



إن الذراع التي تم وضعها عبر الجسم لتلمس الذراع الأخرى تشكل مانعاً لاشعورياً لحماية الشخص المؤدي للإيماءة مما يجري حوله. يمكن لهذه الإيماءة الوقائية أكثر من كونها إيماءة تشابك الأذرع الدالة على العصبية أن تستخدم الساعة أو طية القميص بدلاً من الذراع الأخرى وهي الإيماءة المستخدمة عادة من قبل الأشخاص الذين تُجرى معهم مقابلات تلافزية.

ثني الأذرع كحالة دفاعية:

كما رأينا سابقاً يميل الأشخاص للمس أجزاء من الوجه عندما يكذبون وعندما يشعرون بالعصبية وعدم الأمان. في نفس الطريقة يميل البعض إلى طي أو تشابك أذرعهم عندما يكذبون، وهذا يجب أخذه بالحسبان إذا كنت تحاول تفسير الإيماءة. فمن الممكن للأشخاص الذين يشابكون أذرعهم قد فعلوا هذا كشكل من التقدم والدفاع المتوقع لتحدٍ ممكن لأكاذيبهم. هكذا تفسير لتشابك الذراعين من المحتمل أن يكون صحيحاً إذا كان ثمة تشابك جيد في الأرجل. إن إجراء كلا الإيماءتين تجعل الأشخاص الذين يؤدونها يزيدون من خلق الحواجز غير الشعورية بينهم وبين الآخرين.



إسدال الذراعين بشكل طليق على الجانبين:

إن الأشخاص الذين لا يحتضنون القسم الأعلى من أجسامهم بأذرعهم ولكن يقومون بإسدال أذرعهم بطلاقة على الجانبين فهم يعبرون عن الإحساس بالراحة. فهم يعرضون مقدمة أجسادهم بشكل غير شعوري لأنهم غير خائفين من هجوم أي شيء. هذا الشعور من الراحة والثقة يتوضح أكثر عندما يشبكون أذرعهم خلف ظهورهم، حيث راحة كل يد تمسك اليد الأخرى. وهذه الإيماءة التي يتبناها الذكور عادة تدل على الفوقية أو السلطة تماماً، كما تدل على الثقة. ويتبنى هذه الإيماءة الأعضاء الذكور للعائلة المالكة والشخصيات الأخرى للسلطة مثل الرؤساء.

إن شعور الثقة والراحة نفسه يؤديه الأشخاص الذين يرفعون أذرعهم ويضعون أيديهم خلف ظهورهم. تم وصف هذه الإيماءة قبل قليل عند التعليق على إيماءات الرأس.

فتح الذراعين بشكل واسع:

إن ثني أو شبك الأذرع هي إيماءة التوتر والانغلاق. وعكس هذه الإيماءة هو إيماءة بسط الأذرع بشكل واسع وهي إيماءة إرادية تدل على أن الشخص المعني هو بريء من معرفة أو التورط في أي شيء وهي دلالة غير شعورية على لا شيء فجأة ولا يحتاج الجسم للحماية من أي شيء. تم التعامل مع إشارة الجسد هذه في فصل الإيماء.

اليدان:

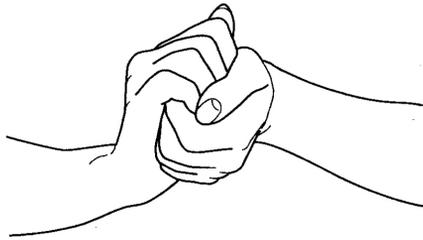
تلعب اليدين بالطبع دوراً مهماً في لغة الجسد. حيث تستخدم عدة إيماءات اليدين فيما يتعلق بالتحية إشارات جسدية مشابهة أخرى. تشمل هذه تحريك اليد لإشارة إلى الوداع وهز اليد للإشارة إلى كلمة مرحباً في طريقة أكثر رسمية والتصفيق كإشارة إلى التقدير العام. تجرى هكذا إيماءات بشكل مقصود وهذه وتلك تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية.

شبك الأيدي:

إن إشارات الجسد من طبيعتها عند استخدامها لليدين فإنها تستخدم أقساماً أخرى من الجسم أيضاً وبعضها يقتصر فقط على اليدين. تظهر الإيماءة التي يتم فيها استخدام اليدين لوحدهما فقط عندما يشبك الأشخاص أيديهم ببعضهما بعضاً في طريقة يبدون فيها وكأن كل شخص يمسك يديه بيديه. هذه هي الإيماءة التي يشعر فيها الأشخاص بالعصبية وعدم الأمان ويبحثون عن الأمان بنفس الطريقة التي حصلوا فيها عليها عندما كانوا أولاداً عندما أمسكوا يدي والديهم.

عصر الأيدي:

أكثر بدرجة واحد فقط عن هذه الإيماءة هي إيماءة عصر الأيدي عندما تكونان معاً ولكن بحركة ثابتة. هكذا إيماءة تشير إلى العصبية أو القلق. إذا ركوب الطائرة ولكن نزهة فيها في الهواء ربما حيث يضع يديه في حضنه بحذر كمحاولة غير شعورية لإبقاء عصر اليدين مقلوعاً وبذلك يتم قمع العصبية.

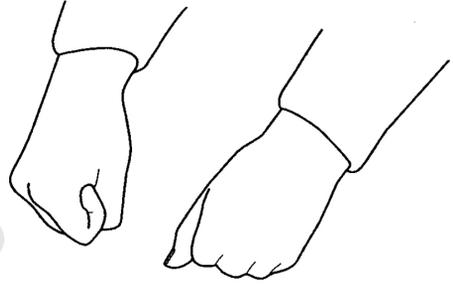


فرك الأيدي:

يتم تأدية إيماءة فرك اليدين بفرك راحتي اليدين بالتناوب مع بعضهما بعضاً، وهي إيماءة إرادية. وهي بذلك إيماءة توقعية أو إيماءة تشير إلى البرد القارس وتمت معالجتها في فصل الإيماءات الإرادية. ولكن الإيماءة الأقل حدة والأقل وضوحاً لها تستخدم بشكل لاشعوري. على سبيل المثال، توقع شخص ما حصوله على ربح ممتاز من مغامرة من عمل ما ربما تؤدي إلى إيماءة فرك اليدين في أقل شكل لها.

الأيدي المثبتة «المشدودة»:

إن الأيدي المثبتة مثل الأسنان المطبقة هي إشارة التوتر نوعاً ما، وإشارة بأن الذي يثبت أو يشد يديه يجري نوعاً ما من ضبط النفس. ربما يكون الشخص غاضباً جداً ويحاول جاهداً أن لا يفقد السيطرة، وربما يشعر الشخص بإحباط شديد ويحاول أولاً أن يجعله واضحاً أمام الآخرين أو ربما يعاني من الألم الكبير أو الحزن ولكن قد تربي أن لا يظهر هكذا مشاعر. على سبيل المثال؛ إذا تأذى شخص ما أو جرح فعند تثبيت الضماد عليه أن يشد يديه بدلاً



من الصراخ. توضع الأيدي المشدودة- والتي تكون غالباً إشارة على مدى مشاعر الشخص والتي تم وصفها قبل قليل- في الحزن في منأى عن مشاهدة الآخرين.

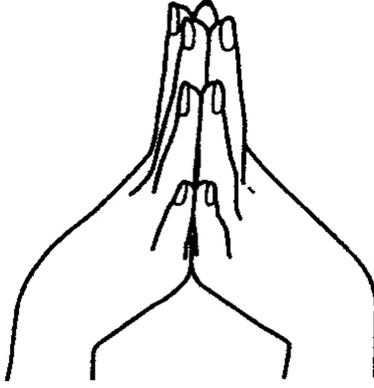
إذا كنت تجري محادثة مع أحدهم وكما يبدو أنه موافقاً على ما تقول ولكن يقبض يديه بشدة عندئذ يكون الاحتمال وجود موقف سلبي تجاهك أو لرأيك في هذه الحالة سيقوم الشخص بجعل الآخرين يرون يديه المشدودة.

توضع أحياناً في مقدمة الوجه. كلا الإيماءتين مثل الأذرع المثبتة تشكل حاجزاً بين الشخص المؤدي للإيماءة والشخص الذي يتكلم. كلما ارتفعت اليدين كلما كبر الحاجز وكلما كبرت درجة المشاعر السلبية.

جعل اليدين على شكل برج الكنيسة:

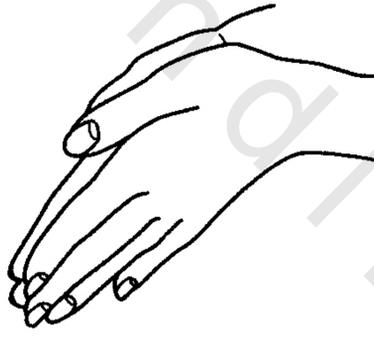
إيماءة يد أخرى لا تعتمد على الأجزاء الأخرى من الجسم لتنتقل إشارتها الجسدية هي جعل اليدين على شكل برج أو جعل الأصابع على شكل برج. تؤدي هذه الإيماءة من خلال وضع

اليدين مع بعضهما بعضاً ووضع أطراف أصابع كل يد مع بعضهما وبذلك عمل شكل كبرج الكنيسة. يمكن أن التأمل لا سيما إذا وضعت ولكنها إيماءة التفوق إنها نوع من الإيماءات التي مدرسة يؤديها عندما وعدم موافقته على خرق تستخدم هذه ما يتكلم ويكون متفهمة «تشعر الشخص الذي يتكلم معه بالدونية» - المترجم - مثل ما يلي: «حسناً، حسناً» سوف نفكر بالموضوع».



جعل اليدين على شكل برج ولكن للأسفل:

إن الإيماءة الموصوفة قبل قليل يمكن وصفها كبرج مرتفع. والشكل البديل لها هو البرج المنخفض. في هذه البرج ولكن تتجه الأصابع إن إيماءة البرج المنخفض أكثر من الشخص الإيماءة بأنها استجابة ولكن هكذا إيماءة مجموعة الإيماءات. وتظهر نتائجها من الإيماءات المؤدية لها. هكذا إذا أتت بعد سلسلة من الإيماءات الإيجابية الأخرى مثل الإيماء بالرأس بشكل طفيف أو هز الرأس عندئذ فإن مؤدي الإيماءة يؤدي استجابة إيجابية. وإذا أتت الإيماءة بعد سلسلة من الإيماءات السلبية مثل فرك الأنف أو طي الذراعين عندئذ فإن مؤدي الإيماءة يؤدي استجابة سلبية.



إيماءة برج الكنيسة لا سيما الشكل المنخفض يمكن أن تكون إيماءة تقييمية، يتم تأديتها عندما يوازن الشخص الوضع قبل اختيار الاستجابة الإيجابية أو السلبية. يوجد عنصر التقييم هذا في الإيماءة إذا كانت أصابع اليد المشكلة للبرج تفترق وتلتقي مع بعضها بشكل ثابت.

ضغط اليدين سوية:

إن الإيماءة التي تستخدم اليدين مشابهة في طريقة ما لإيماءة البرج، وهي الإيماءة التي يضغط فيها الشخص على يديه مقرباً إياها بأصابعه، وراحتا يديه تكونان مسطحتين مقابل بعضهما بعضاً. تدل هكذا إيماءة بأن الشخص المؤدي للإيماءة يؤكد أمراً في محاولة لإقناع شخص ما بصحة هذا الأمر.

الأصابع المتشابكة:

على ما يبدو أن الإيماءة الأكثر استرخاءً من المحتمل أن تكون هي طي اليدين مع تشابك للأصابع، ووضع على الطاولة أو أي سطح تشجيعاً للأطفال الشباب، الصف.

الأطفال النشيطين وكثيري من الوقت واضعين أيديهم في محاولة لجعل الأذى يجلسون بهدوء لفترة حيث يمكن للمدرس رؤيتهم.



يمكن رؤية الإيماءة عند البالغين بشكل متكرر عند الجنس الأنثوي حيث لا تفترض الاسترخاء ولكن التقليدية. إذا جلس أحد ما بيدين موضوعتين في الحوض بشكل رزين فهو يعرض بلا شك ميولاً للالتزام بالخط.

وضع اليدين خلف الرأس:

الإيماءة التي تستخدم اليدين ولكن تستخدم أيضاً الرأس هي واحدة من الإيماءات التي يتم فيها وضع اليدين خلف الرأس. هذا يدل على شعور الشخص المؤدي بالثقة العالية وبالأحرى الغطرسة.

تم وصف هذه الإيماءة سابقاً في التعليق على إشارات الجسد المستخدمة للرأس. يشعر الأشخاص الذين يشبكون أيديهم خلف ظهورهم بالثقة والراحة. تم وصف هذه الإيماءة سابقاً عند التعليق على إشارات الجسد المستخدمة للذراعين.

استخدام اليدين في دعم الفك:

إيماءة أخرى يتم فيها استخدام اليدين والذقن والفك أيضاً. يمكن أن تدل هذه الإيماءة إما على التأمل وإما على حالة الاكتئاب والإحباط. وتم التعامل معها تحت عنوان الذقن. كما تمت معالجة إيماءة مشابهة تحت عنوان الذقن حيث يتم دعم الذقن والفك بيد واحدة وتشير إلى التفكير العميق. عندما يتم دعم الرأس أكثر من الذقن باليد عندئذ هذه دلالة على التعب أو الملل هذه الإيماءة تم التعامل معها عند التعليق على الإيماءات التي يستخدم فيها الرأس.

اليدين والوركين:

هناك إيماءتان تستخدمان الأيدي والوركين. واحدة منها هي الإيماءة المعروفة بالتخصر والثانية هي استخدام يد واحدة في التخصر. تمت الإشارة لكلا الإيماءتين عند التعليق على الذراعين وتمت معالجتها بالتفصيل في فصل الإيماءات الإرادية.

الأصابع:

التأشير بإصبع السبابة وهزه:

إن أكثر إشارات الجسد أهمية والتي تستخدم فقط الأصابع هي التي تشير بإصبع السبابة. للإشارة إلى مكان شيء ما بهز الإصبع أو على سبيل المثال لتحذير أحد ما. إن كلا الحالتين هي إيماءات مقصودة تترافق بالكلام وتم التعامل معها في فصل الإيماء لا يعرف التأشير بالإصبع ولا بأي وسيلة كإيماءة غير شعورية في لغة الجسد. إن الشخص الذي يشير بطريقة غاضبة أو عدوانية جداً ربما يشير بالإصبع إلى الشخص المسبب للغضب بشكل متكرر لزيادة التوكيد. إن الأشخاص الذين يؤدون هذا النوع من الإيماءات هم في الغالب أشخاص ذوو شخصية مهيمنة أو سلطوية.

اللمس:

تلمس الأصابع غالباً دوراً في لغة الجسد بالارتباط مع أقسام أخرى من الجسم. كما تم ذكره في وقت سابق، إن العديد من الأشخاص لا سيما الذين يشعرون بالتوتر والقلق لسبب ما يلمسون بشكل متكرر أجزاء من أجسادهم وبخاصة تلك الأقسام من الوجه. هكذا إيماءات على الرغم من استخدامها للأصابع أو اليدين قد تم التعامل معها عند التعليق على الأقسام المرتبطة بالجسم مثل نقر الأنف وفرك الأذن.

كيف ترينا الأصابع العصبية والتوتر:

هناك إشارتا جسد مهمتان تستخدمان الأصابع وتشتملان على قضم الأظافر، وتدلان على العصبية أو القلق. ووضع الأصابع في الفم هي إشارة على العصبية والشعور بعدم الأمان. هذه تم التعامل معها تحت عنوان الأسنان والفم على التعاقب.

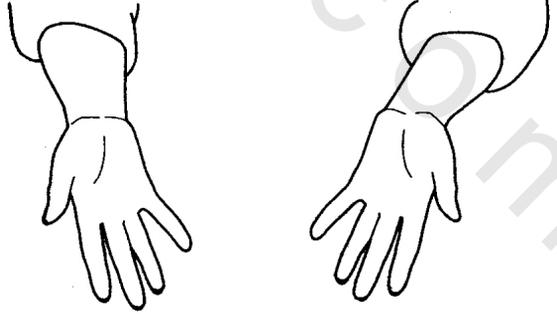
لا يظهر معظم الناس عصبيتهم أو قلقهم من خلال قضم الأظافر ولكن من خلال النظر إلى الأظافر بحذر ربما تكون هكذا إيحاء إشارة على الملل أكثر من العصبية عندما لا يكون لدى الشخص المعني أي شيء يفعله.

تستخدم الأصابع كثيراً في لمس أجزاء الجسم لا سيما تلك الأقسام من الوجه أو الرأس. لكن تستخدم أيضاً كجزء من لغة الجسد للمس مواد أخرى. على سبيل المثال. لأن يستخدم الشخص القلق أصابعه ليكشف عن مشاعره من خلال تدوير كعب زجاجة النبيذ في اليدين والنقر بالسيجارة على الطاولة أو إعادة ترتيب لوازم المائدة على طاولة العشاء. ربما يستخدم الأشخاص القلقون أيضاً أصابعهم للتقاط قطع وهمية من الزغب عن معاطفهم أو ستراتهم وإجراء أي مجموعة من الإيماءات الأخرى.

الراحتان المفتوحتان:

كنا قد رأينا في فصل الإيماء بأن الأشخاص يرمون بأذرعهم بشكل واسع عادة على جانبي أجسامهم وبراحتين مفتوحتين للأمام عندما يودون إنكار كل معرفة أو مسؤولية عن شيء ما.

إن الراحتين المفتوحتين في هكذا وضع يترافق مع انفتاح الشخصية وهذا النوع من الانفتاح يعبر عنه براحتين مفتوحتين بإيماءات غير شعورية. إذا رأيت أحداً يبيدين مفتوحتين هكذا عندئذ يمكنك افتراض قوله الحقيقة وبأنه لا يوجد شيء يخبئه، على الرغم من أنه يجب عليك أن تأخذ بالحسبان أن هناك أشخاصاً يعيشون على خداع الآخرين وتعلموا كيف يسيطرون على إيماءاتهم غير الشعورية



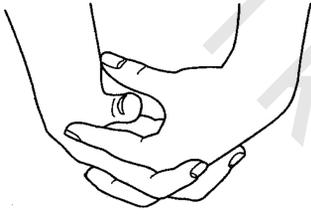
مثل إيماءاتهم الشعورية وكلامهم.

الإبهام:

إن دور الإبهام في لغة الجسد بالارتباط مع الإيماءات الإرادية أو الإيماء قد تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية هذه تشتمل على إيماءة رفع الإبهام للأعلى مشيراً بأن كل شيء على ما يرام، وإيماءة طلب التوصيل التقليدية. وقد تم وصف دورها بالارتباط مع الذراعين المطويتين كإيماءة لإرادية ولكن لها أدواراً أخرى.

تدوير الإبهامين:

نميل للتفكير بإيماءة تدوير الإبهامين وهي الدوران الثابت لإصبعي الإبهام حول بعضهما بعضاً كإشارة على الملل أو نضاد الصبر، ودلالة بأن الشخص ليس لديه شيء ليعمله. في



الحقيقة يتم استخدامها مجازياً في اللغة للدلالة بأن شخصاً ما قد ترك دون أي شيء أو ترك لوحده لفترة طويلة من الوقت كما في: «عندما ذهبنا إلى البلدة لم نجد أي مكان للتزهر والبقية ذهبوا للتسوق وتركوني أتحمّل مسؤولية السيارة لوحدي وأدير أصابع الإبهام عندي».

يميل الأشخاص بالتأكيد للعب بأصابع الإبهام عندما يشعرون بالكسل لا سيما عندما ينتظرون بنفاد صبر شيئاً ما. إن الأشخاص المشغولين وممن لا يستطيعون تحمل البقاء طويلاً يمكن مشاهدتهم يجرون الإيماءة في غرف انتظار الأطباء.

الإبهام بين السلطة والسيطرة والعدوانية:

إن لإصبع الإبهام علاقة بالسلطة. يقول أحدهم وهو في موقع السلطة: «أخفضوا أصابع الإبهام» إذا لم ينجح المشروع. وإذا سيطر أحد ما على شخص آخر نقول بأنه «تحت إبهامه». هكذا نجد بأن الإبهام في لغة الجسد يترافق غالباً مع السيطرة والتفوق أو السلطة وأيضاً العدوانية. فالمدرس الذي يضع يديه حول جوانب رداًئه أو حول طيات رداًئه ويظهر إصبعي الإبهام للأعلى هي توكيد غير شعوري للتفوق والسيطرة.

إن الإيماءة التي يتم فيها استخدام يد واحدة وإصبع إبهام واحد هي الإيماءة المفضلة لدى المحامين في المحكمة على الأقل فيما يتعلق بالمسلسلات التلفازية.



إن الإيماءة التي تستخدم اليدين بثقة عميقة من خلال وضعهما في الجيوب وغالباً جيوب السروال مع إظهار لإصبعي الإبهام يمكن أن تكون إشارة على السيطرة أو التفوق. كما يمكن أن تكون إشارة على العدوانية. عندما يتحدى الشخص المؤدي للإيماءة العالم من حوله فإن إبراز أصابع الإبهام من الجيوب يمكن تكون أن إيماءة التودد للزواج وهي نوع من الإغراء كما في السطر التالي:

«انظر إلي».

إيماءة أخرى تفترض أيضاً هذه الإشارات الثلاث للتفوق والعدوانية والجنس حيث تظهر عندما توضع أصابع الإبهام في الحزام.

إن الجزء الأسفل من الجسم يلعب أيضاً دوراً في لغة الجسد. إن لإيماءة وضع اليدين على الوركين - والتي تم ذكرها سابقاً والتي تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية، لكن للوركين مغزى هاماً لوحدها. فهما يستخدمان كنوع من الإغراء الجنسي غير الشعوري. إن هذا الجهد غير الشعوري لجذب شخص من الجنس الآخر ربما يترافق بجزء من الشعر أو إيماءة تنظيف أو ترتيب الشعر. والإيماءة الأكثر عدوانية هي التي يتم فيها إظهار أصابع الإبهام من الجيوب الخلفية للسروال أو تلك التي يتم فيها وضع أصابع الإبهام في حزام البنطال. تم التعامل مع هذه الإيماءات عند التعليق على أصابع الإبهام.



الساقان:

مصالبة الساقين واحدة فوق أخرى:

كما يفعل الأشخاص حيث يشابكون أذرعهم عندما يودون بشكل لاشعوري خلق حاجز بينهم وبين الآخرين أو بين الوضع الدائر حولهم، لذلك بعض الأشخاص يصابون ساقهم للغاية نفسها.

إذا شعروا بحالة دفاعية ربما يشابكون كلا الذراعين والرجلين على الرغم من أن بعض النسوة يتبنين هكذا حالة لا سيما عندما يودون الإشارة أنهن غاضبات جداً. إذا شابك أحد ما ذراعيه ورجليه فهذا يجعل الكرة في ملعبك وتدل على أن الشخص المؤدي للإيماءة يكذب. انظر إلى إشارات أخرى.

إذا كانت الذراعان غير مشتبكين فلا يفترض أن تدل الساقان المتصالبان على حالة دفاعية أو موقف سلبي إذا كان مؤدي مصالبة الساقين يجلس على الأرض. إن الأشخاص من كلا الجنسين يصالبون أرجلهم على غير عادة أحياناً أو فقط للاستراحة لا سيما إذا أحبوا الجلوس لبعض الوقت. في الحقيقة، العديد من الأشخاص الجالسين لوقت طويل يصالبون ويفكون أرجلهم عدة مرات في محاولة للحصول على درجة معقولة من الراحة. يمكن أن تدل إيماءة المصالبة وعدمه هذه أيضاً بأن الشخص الجالس عندما يكون جزءاً من الجمهور في محاضرة قد مل مما يقال أو مما يجري.

تشبك النسوة أرجلهم غالباً بشكل تلقائي، حيث تتذكر بعضهن بشكل لا شعوري الدروس التي تعلمنها في الصغر بأنهن يجب أن يكن مثل السيدات وعليهن مراعاة أصول الجلسة المهذبة للفتيات وأنه من غير المقبول كلياً للنساء الجلوس ساقياً متباعدين. وهذا يعتبر عدم تواضع بخاصة في الأيام الماضية عندما كان من غير الشائع للنساء ارتداء السروال. على عكس الرجال فإن النساء يقمن بلف قدم واحدة على بطة الساق السفلى عند الجلوس وإجراء مصالبة الساقين. يمكن أن يكون هذا دلالة على شعور المرأة بالحالة الدفاعية أو القلق منذ أن كان لف القدم على الرجل تأكيداً لوضعية مصالبة الساقين.

وبعيداً عن أي موقف دفاعي تقوم بعض النساء عند جلوسهم بمصالبة الساقين بشكل إرادي وذلك لعرض جمال الساقين ولتحقيق أفضل فائدة لا سيما إذا كانت الساقان المزعومتان مغلفتين بجوارب جذابة أو جوارب نسائية.

وتُشبك الأرجل بعناية أو بشكل رائع على الركبتين وعادة الرجل اليمنى فوق الرجل اليسرى، وتوضع الرجلان قريبتين من بعضهما. إن هذا الأسلوب الذي تعرض فيه المرأة بشكل لا إرادي رجلها يكون ذا مغزى إذا بقيت المرأة تنظر إلى رجلها. وأكثر من هذا إذا استمرت بلمس رجلها أو ضرب الجوارب النسائية التي ترتديها. ربما تستمر بشبك الرجلين وفكهما وهكذا يمكن أن يكون تشابك الرجلين إيماءة جنسية وإغراء جنسياً غير شعوري وهو ما يخص النساء.

مصالبة الكاحلين:

إن الترجمة الأقل جنسية لإيماءة جلوس سيدة هي وضعية الجلوس التي ما تزال تستخدم إيماءة مصالبة الساقين ولا سيما عند الكاحلين. تبدو كإيماءة « التزمت وفرط الاحتشام» ويمكن أن تكون إشارة على أن الشخص هو أنثى وبالأحرى تقليدي في فكره وأرائه. على سبيل المثال، اعتاد المواطنون البريطانيون على رؤية ملكتهم تجلس بالطريقة نفسها ولكن ليس الشباب من العائلة المالكة، والذين يحبذون مصالبة الرجلين على الركب.

الكاحلين ببساطة دلالة على يستخدم الرجال هذه الإيماءة أكثر عند الرجال مما هي عليه الموقف الدفاعي أو السلبي. في هكذا أكثر من الإيماءة التي المتصالبة على الركب لا سيما كما لو أنها تخلق حاجزاً شديداً الكاحلين وبقية العالم من حوله. الكاحلين الذي يتم تبنيه من قبل الذي تم تبنيه من قبل النساء. تميل البعض عند مصالبة الكاحلين مفتوحة عند تشابك كواحلهم.

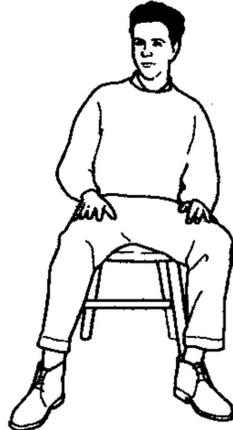


لا تكون مصالبة التزمّت أو تقليدية الأنثى. تماماً كالنساء، وتكون أحياناً عند النساء وهي إشارة على الحقيقة من المحتمل أن تكون يتم فيها استخدام الأرجل إذا تصالبت الكواحل بشدة. بين الشخص الذي يصالب إن أسلوب مصالبة الذكور عادة يختلف عن ذلك النساء لإبقاء ركبتها مع بعضها ولكن ييقي الرجال ركبتهم

يميل الرجال إلى مصالبة أرجلهم على الركبة أكثر من النساء لأسباب دفاعية أو سلبية، على الرغم من أنه يفضل النظر إلى إيماءات أخرى لتوكيد هذا. ما تزال إيماءة مصالبة الأرجل الأكثر شيوعاً بين الذكور الأمريكيين أكثر من الذكور الأوروبيين وما تزال غير شائعة عند النساء وضع الكاحل على أعلى ركبة الرجل الأخرى. هكذا إيماءة ربما تدل على شخصية مجادلة أو منافسة. يكون تفسير هذه الإيماءة صحيحاً إذا كان الشخص الذي يصالب ركبتيه يضع يداً أو كلتا اليدين على أعلى الرجل كما لو أنه يقفلها. هذا يؤكد الافتراض القائل بالشخصية العنيدة أو المجادلة.

الجلوس مع إبعاد الرجلين عن بعضهما:

اللواتي يفكرن بالحفاظ على بساقين مفتوحتين. إذا كانت يمكن أن تكون إشارة بأن هو شخص متغطرس وعدواني. ربما تكون هذه إشارة على أن الجنسية وبذلك يمكن أن تدل من التقنية الخاصة بالزواج.



على عكس النساء، الحشمة، يجلس الرجال غالباً الساقان مفتوحتين بشكل واسع الشخص الجالس بهذه الطريقة وإذا وجد في المكان بعض النساء الذكر يلفت الانتباه إلى أعضائه على الإغواء الجنسي أو على جزء

الجلوس بساقين متلاصقتين:



نظرياً إن الجلوس والسيقان متلاصقة بارتياح يجب أن يكون وضعاً مريحاً. ولكن قلة منا يقومون بتنفيذها تحت ضغط ما وعلى سبيل المثال: إذا كنا نجلس خلف مقعد أو ما لم نكن في وضع رسمي بشكل خاص. إذا كانت اليدين مطويتين في الحضن عندئذ تكون الوضعية أكثر من كونها مريحة وهي وضعية التزمت والتزام الحشمة حيث يكون الشخص قلقاً. ربما تذكرنا الوضعية بالجلوس طويلاً في صفوف المدرسة عند أحد صورة في الصف.

الوقوف:

إن كل أوضاع الرجلين الموصوفة سابقاً ترتبط بوضعية الجلوس، لكن الرجلين تصدران إشارات الجسد عندما يقف الأشخاص. فإذا وقف أحد ما برجلين متشابكتين فهذا يمكن أن يكون دلالة على موقف دفاعي أو سلبي أكثر مما يكون عندما يشبك الشخص رجليه في الجلوس. يكون هذا صحيحاً بشكل خاص إذا تصالبت الأذرع تماماً مشكلةً حاجزاً مضاعفاً. وسوف ترى الأشخاص الغرباء عن بعضهم وهم يقفون بهكذا طريقة، على سبيل المثال على موقف الباص. فالأشخاص الذين يذهبون لحفلة أو وظيفة دون معرفة أي شخص سوف يتبنون هكذا حالة إلى أن يتعرفوا إلى واحد من الضيوف الآخرين ممن يشعر بارتياح له وبذلك يمكنه الاسترخاء. إنها طريقتهم غير الشعورية في الإشارة بأنهم يودون الحفاظ على مسافة بينهم وبين الآخرين يمكن أن تشير الإيماءة بأن الأشخاص المعنيين يشعرون بالبرد على الرغم من ضعف هذا الاحتمال بالمقارنة مع إيماءة احتضان النفس للحماية من البرد. ويمكن أن تشير بأن الشخص المعني يود الذهاب إلى الحمام.

إقفال الرجلين سوية:

لقد تم وصفها سابقاً تحت عنوان وضعيات الجلوس كيف تلف النساء قدماً واحدة حول بطة ساق الرجل الأخرى عند الجلوس برجلين متصالبتين وكيف يمكن لهذا أن يدل على موقف دفاعي أو مشاعر القلق.

يتم تبني وضعية مشابهة من قبل النساء عندما يقفن. حيث يقمن بلف قدم واحدة حول القسم الأكثر انخفاضاً من الرجل الأخرى بشكل لاشعوري، مع التمسك بالباب عادة أو بشيء ما، ويمكن لهذا أن يكون إشارة على أن الشخص في حالة دفاعية وقلق. ربما لا يكون الحاجز ضد العالم واضحاً تماماً كالحواجز الأخرى ولكنه موجود.

حك قدم إحدى الساقين ببطن الساق الأخرى:

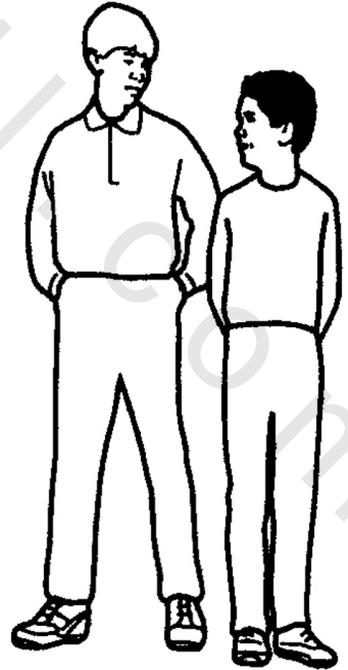
وهي إيحاء أخرى تنفذ أثناء الوقوف ويمكن أن تفترض قلة الراحة وتعبر غالباً عن العصبية وعدم الراحة. مرة ثانية هذه الإيحاء تؤديها النساء كثيراً.

مباعدة الساقين:

كما أشرنا إليه سابقاً، يمكن أن يشير جلوس الرجل مباعداً ساقيه عن بعضهما إلى العدوانية. إن إشارات العدوانية يمكن نقلها من قبل أشخاص يتبنون وقفة مشابهة. على عكس وضعية الجلوس، ويمكن للمرأة تبني هكذا وقفة على الرغم من عدم ابتعاد رجليها تماماً كتلك التي عند الرجال. وربما تقف امرأة غاضبة بساقين متباعدين مع إمكانية التخصر أيضاً عند مجابهة زوج متأخر جداً عن المنزل وعن موعد العشاء.

تستخدم إيحاء مباعدة الساقين عن بعضهما من قبل الرجال في وجود النساء كإشارة لاشعورية إلى جنسهم ومن الممكن كإشارة إلى سيطرتهم. يمكن أن يكون هذا تفسيراً صحيحاً للإيحاء إذا وضع الرجل إصبعي الإبهام في حزام السروال أو وضع يديه في جيوب السروال مع إبراز إصبعي الإبهام.

في وضعية الوقوف المريحة تبتعد الساقان عن بعضهما عادة بشكل طفيف. وإذا كانتا قريبتين جداً من بعضهما فإنهما تميلان لافتراض أن الشخص الذي يتبنى هكذا وقفة شخص تابع للشخص الآخر الذي يتكلم إليه، أو لكونه محترماً بالنسبة له. وتذكر هذه الحالة بطالب المدرسة الذي يصغي باحترام للمدير.



الأقدام:

يمكن أن تصدر الأقدام إشارات جسد ممتعة. ونقر القدم هو الأكثر وضوحاً. تستخدم للتعبير عن الغضب ونفاد الصبر على الرغم من استخدامها بشكل لاشعوري، تكون غالباً إيماءة إرادية وقد تم التعامل معها في فصل الإيماءات الإرادية.

تم وصف بعض إيماءات القدم الإرادية تحت عنوان إيماءات الرجل. وتشتمل هذه على لف القدم حول الرجل الأخرى وحك القدم لأعلى ولأسفل خلفية الرجل الأخرى. إن إشارات القدم الأخرى هي أكثر رفعة ويمكن أن تكون دلالة جيدة على موقف الشخص.

التأشير بالقدم:

ترتبط إيماءات القدم هذه غالباً بالاتجاه الذي تشير إليه القدم. إذا كنت تجري محادثة مع أحد ما والذي تبدو من تعبيراته الوجهية أنه سعيد بصحبتك ولكن قدمه أو قدميه تشيران باتجاه الباب، عندئذ هذا الشخص يود لسبب ما أن يخرج. ربما يشعر بالملل من المحادثة أو لديه موعد ملح في مكان ما، ولكن مهما كان السبب فالخروج مرغوب فيه.

إن ما قد قيل قبل قليل صحيح سواء كان الشخص جالساً أو واقفاً. عندما يكون الناس واقفين ويتكلمون إلينا من المحتمل أن لا ننظر إلى ما تفعله أقدامهم أو القسم الأسفل من أجسامهم. إذا كان الأشخاص جالسين عندئذ يسهل علينا استنتاج الاستجابة الحقيقية من الاتجاه الذي تشير إليه الأقدام. يمكن أن توجد إشارات أخرى حيث يكون فيها المغادرة الوشيكة مرغوبة. على سبيل المثال. ربما ينحني الشخص للأمام واليدان تقبضان بالذراعين أو جانبي الكرسي أو ربما ينحني للأمام ووضع يديه على ركبتيه كما في حالة الاستعداد للنهوض.

لا تعطي الأقدام عادة إشارات سلبية. يمكن أن تدلان على الاهتمام أو الجاذبية. على سبيل المثال إذا وقف مجموعة من الأشخاص في اجتماع أو مكان ما وقد انهمكوا في الحديث سوف تلاحظ بأن أقدام- إما واحدة أو اثنتان- الأشخاص الذين يجدون المتعة في بعضهم بعضاً ويودون التحدث أكثر مع بعضهم تبدأ بالإشارة باتجاه بعضهم بعضاً بشكل تلقائي. ظاهرة مشابهة يمكن ملاحظتها عند الجلوس وبهذه الحالة يتم

شبكة الريبك تماماً كشبكة الأقدام وتشير بأن الشخص المؤدي للإيماءة مستمتع أو منجذب.

كشف الغموض الماضي:

هكذا يساعد الجسم بأكمله في العملية المعقدة لمعرفة حقيقة الناس أكثر مما يبدو عليه. إن لغة الجسد كمناطق غامضة للدراسة ولكنها على الأقل تقدم بعض الإرشادات لكيفية تفسير إيماءات زملائنا الرجال والنساء، وتجعلنا نجري استبطاناً لشخصياتهم

أمثلة عن الإيماءات اللاإرادية

تم وضعها في قائمة في الأسفل كمرجعية، وهي الإيماءات اللاإرادية وتم التعامل معها بالتفصيل. وتم التعامل مع غيرها من الإيماءات في فصل الإيماءات اللاإرادية وأشير إليها ببساطة سابقاً.

الرأس

الإيماء بالرأس: تشير إلى الموافقة أو التشجيع.

هز الرأس: يدل على عدم الموافقة أو عدم التشجيع.

إمالة الرأس: تدل على الاهتمام.

إخفاض الرأس: تدل على إشارات سلبية أو تدل على الحزن أو الكآبة أو تدل على

التأمل أو تدل على الخضوع.

هز الرأس بحركة مفاجئة: تدل على الغرور أو على الإغواء الجنسي.

دعم الرأس باليدين: يدل على التعب أو الملل.

شبك اليدين خلف الرأس: تدل على السلطة أو التفوق أو تدل على الثقة.

الشعر

الترتيب على الشعر أو لمس الشعر: تدل على الغرور أو الإغواء الجنسي أو تدل على عدم الارتياح.

دفع الشعر للخلف عن الجبهة: تدل على الإغواء الجنسي أو تدل على العصبية.

دفع الشعر خلف الأذنين: تدل على العصبية أو تدل على إيماء ترتيب الشعر كإغواء

جنسي.

دفع الشعر خلف الرقبة: تدل على العصبية.

لف الشعر: تدل على العصبية.

مص أو مضغ الشعر: تدل على العصبية أو تدل على التركيز.

الحاجب:

تدل هذه الإيماءة على الغضب أو تدل على القلق أو تدل على الحيرة أو التفكير العميق.

وضع اليد على الحاجب: تدل على القلق أو التعب أو الألم أو تدل على التفكير العميق أو محاولة التذكر.

صفع الحاجب: تدل على الغضب لنسيان شيء ما.

الحاجب:

لمع الحاجب: يدل على تحية المودة أو الاعتراف.

العينان

تعايير العينين: تدل على السرور والفرح والغضب والحب والخوف الخ..

توسع العينين: تدل على الدهشة أو الصدمة.

التواصل بالعين: تدل على عدم النزاهة أو الخجل أو العصبية.

انقلاب العين: تدل على الملل أو العصبية أو الكذب.

فتح وإغماض العين: تدل على العصبية.

لمس العين: تدل على العصبية أو الشك أو عدم التأكد أو تدل على الكذب.

حك العين: تدل على التعب.

التحديق: يدل على السيطرة أو السلطة أو تدل على استغراق الشخص في أحلام اليقظة.

إغماض العينين: تدل على التعب أو الملل أو تدل على الغضب أو الإحباط.

نصف إطباق للعينين: يدل على العاطفة أو الغضب أو تدل على التركيز.

اختلاس النظر تحت الرموش: تدل على التواضع أو الخجل أو تدل على المغالاة.

الخدود:

لمس الخدود: يدل على التقدير أو التركيز أو يدل على القلق.

الأذنان:

لمس أو حك شحمة الأذن: تدل على العصبية أو الشك أو الكذب.
وضع الإصبع في فتحة الأذن: تدل على الرغبة في إيقاف الصوت أو الضجة أو تدل على الرغبة في إيقاف ما يجري حول الشخص أو تدل على رغبة الشخص في التكلم.

إقفال الأذن بشحمة الأذن: تدل على الرغبة في إيقاف الأصوات أو الضجة أو تدل على الرغبة في إيقاف ما يجري حول الشخص.
حك الأذن: تدل على الرغبة في إيقاف الأصوات أو الضجة أو الرغبة في إيقاف ما يجري حولنا.

الأنف:

حك وخدش ولمس الأنف: يدل على العصبية أو الشك أو الحيرة أو تدل على الكذب.
حك الأنف: انظر تحت عنوان خدش الأنف.
لمس الأنف: انظر تحت عنوان خدش الأنف.

الفم:

الابتسام: تدل على السعادة أو السرور.
التكشير: تدل على الكره أو عدم السرور.
فتح الفم: تدل على الدهشة أو الصدمة.
وضع اليد على الفم: تدل على الكذب.
وضع الأصابع على الفم: تدل على الكذب.
وضع الأصابع في الفم: تدل على الإحساس بعدم الأمان أو تدل على القلق.

الشفتان:

ترطيب الشفتين: تدل على الانجذاب الجنسي أو الفسق.

اللسان:

- وضع اللسان بين الأسنان: يدل على التركيز.
مص الأسنان: يدل على التوتر أو العصبية.
الشد على الأسنان: يدل على محاولة السيطرة على الغضب.
مص الشعر: تدل على العصبية أو التركيز.
قضم الأظافر: تدل على العصبية أو الشعور بعدم الأمان.

الذقن:

- النقر على الذقن: تدل على التفكير العميق أو الإعجاب.
حك الذقن: تدل على الشك.
لمس الذقن: تدل على العصبية أو الكذب.
إسناد الذقن باليدين: تدل على التفكير العميق.
إبراز الذقن والفك: يدل على الوحشية أو الحالة الدفاعية أو تدل على التصميم.
تقريب الذقن والفك من الرقبة: يدل على التكتم أو قلة الثقة.

الرقبة:

- إبعاد الرقبة ثم سحبها مرة ثانية: تدل على العصبية أو القلق.
لمس الرقبة: تدل على العصبية أو الكذب أو الشك.
الإمساك بالرقبة: تدل على الغضب.
حك الرقبة تحت شحمة الأذن: تدل على الشك أو عدم التوكيد.
صفع الرقبة: تدل على إدراك الشخص بأنه قد نسي شيئاً ما.

الذراعان:

- طوي الذراع: تدل على الحالة الدفاعية أو الشعور بعدم الأمان أو الأفكار السلبية أو تدل على الكذب.

طي الذراع والقبضات مشدودة: تدل على الحالة الدفاعية بالاشتراك مع الشعور بالعداوة أو تشير على الحالة الدفاعية بالاشتراك مع العدوانية.

طي الذراع مع إبراز إصبعي الإبهام للأعلى: تدل على الحالة العدوانية بالاشتراك مع الثقة بالنفس.

طي الذراع الجزئي: تدل على مشاعر خفيفة للحالة الدفاعية أو عدم الأمان أو تدل على الأفكار السلبية بشكل طفيف.

وضع الذراعين على جانبي الجسم: تدل على الشعور بالراحة.

وضع الذراعين مع شبك اليدين خلف الظهر: تدل على الشعور بالراحة أو الثقة أو السلطة.

وضع الذراعين خلف الرأس: تدل على الثقة أو الغطرسة.

اليدين:

الإمساك باليدين: تدل على العصبية أو عدم الأمان.

ثني اليدين: تدل على حالة الاسترخاء أو تدل على وضعية التزمت والتزام الحشمة.

عصر اليدين: تدل على التوتر العصبي أو القلق.

اليدين المشدودتان: تدل على التوتر أو محاولة ضبط المشاعر.

رفع اليدين على شكل برج الكنيسة: تدل على التفوق أو السلطة أو تدل على التقدير أو الاستجابة الإيجابية.

خفض اليدين على شكل برج الكنيسة: تدل على التقدير أو الاستجابة السلبية أو تدل على الشك.

الضغط باليدين بشكل مسطح باستخدام الراحتين: تدل على التوكيد أو محاولة الإقناع.

الإمساك باليدين خلف الظهر: تدل على الشعور بالراحة أو الثقة أو تدل على السلطة.

طي اليدين خلف الرأس: تدل على الثقة أو الغطرسة.

وضع اليد على الورك: تدل على الغضب أو الغرور أو تدل على الإغراء الجنسي.

دعم الذقن باليد: تدل على التفكير العميق.

دعم الذقن بكليتا اليدين: تدل على انخفاض المعنويات أو تدل على التفكير العميق.

فتح راحة اليد: تدل على الانفتاح والنزاهة.

الأصابع:

قضم الأظافر: تدل على العصبية.

تفحص الأظافر: تدل العصبية أو الملل.

الإبهام:

إدارة إصبع الإبهام: تدل على الكسل أو نفاذ الصبر.

وضع الأصابع في جيوب السروال مع إبراز لإصبعي الإبهام: تدل على السيطرة أو التفوق أو

تدل على العدوانية أو تدل على الإغواء الجنسي.

وضع إصبعي الإبهام في حزام السروال: يدل على السيطرة أو التفوق أو تدل على العدوانية

أو الإغراء الجنسي.

الوركين:

وضع الأيدي على الوركين: تدل على الغضب أو تدل على الغرور أو الإغراء الجنسي.

تحريك الوركين: تدل على الإغراء الجنسي.

الرجل:

شيك وفك الرجل: تدل على الرغبة في أخذ قسط من الراحة أو تدل عند النساء على الإغواء الجنسي.

شيك الأرجل على الكواحل في وضعية الجلوس والركبتان سوية: تدل على وضعية جلوس

المرأة التقليدية «الجلوس كسيدة» أو وضعية التزمته والتزام الحشمة.

شيك الأرجل مع قدم واحدة حول الرجل الأخرى عند المرأة: تدل على الحالة الدفاعية أو

قلة الراحة.

مباعدة الساقين في وضعية الجلوس مع مصالبة الكواحل عند الرجال: تدل على الحالة

الدفاعية أو الأفكار السلبية.

شيك الأرجل في وضعية الجلوس مع وضع كاحل الرجل الأولى على ركبة الرجل

الأخرى عند الرجال: تدل على الشخصية المجادلة أو الشخصية المزاجية أو التنافسية.

فتح الساقين بشكل واسع في وضعية الجلوس عند الرجال: تدل على الغطرسة أو العدوانية

أو الإغواء الجنسي.

شبهك الرجلين في وضعية الوقوف: تدل على الحالة الدفاعية أو الأفكار السلبية أو تدل على البرودة أو الرغبة في الذهاب إلى المرحاض.

لف قدم الرجل الأولى حول الرجل الأخرى في وضعية الوقوف عند النساء: تدل على الحالة الدفاعية أو قلة الراحة.

حك القدم بربلة الساق الأخرى: تدل على العصبية أو قلة الراحة.

فتح الرجلين بشكل واسع في وضعية الوقوف: تدل على الغضب أو العدوانية أو تدل على الإغراء الجنسي.

فتح الرجلين بشكل طفيف في وضعية الجلوس: تدل على حالة الاسترخاء.

وضع الرجلين بشكل قريب من بعضهما بعضاً والكاحلان قريبان جداً من بعضهما: تدل على وضع التبعية لشخص ما أو تدل على الاحترام الكبير لشخص ما.

الأقدام:

لف القدم حول ربلة الساق الأخرى في وضعية الجلوس: «انظر تحت عنوان الرجلين».

لف القدم حول ربلة الساق الأخرى في وضعية الوقوف: «انظر تحت عنوان الرجلين».

حك القدم خلف الساق الأخرى: «انظر تحت عنوان الرجلين».

التأشير بالقدم أو كلتا القدمين إلى الباب أو الخروج: تدل على الرغبة في الخروج.

التأشير بالقدم أو كلتا القدمين باتجاه شخص ما: تدل بالاهتمام أو الشعور بالجاذبية تجاه ذلك الشخص.

obeikandi.com

إشارات أخرى في لغة الجسد

يوجد عناصر متعددة في لغة الجسد، تماماً كإيماءات أو حركات الجسد، تشكل مفتاحاً ومرشداً لشخصية أو مزاج شخص ما. مرة ثانية كما هو الحال في بعض أشكال لغة الجسد فإن بعضاً من تلك العناصر تختلط مع بعضها الآخر و ببعض الإيماءات.

وضعية الجلوس أو الوقوف:

يوجد شيء ما يجب معرفته من وضعية جلوس أو وقوف الأشخاص تماماً مثل ما يجب معرفته من إشاراتهم الجسدية. فإن دراسة وضعية جلوس أو وقوف شخص ما تتعامل معه قليلاً قبل اللقاء به يمكن أن يكون مفيداً منذ أن كان بإمكانك تعديل نظرتك في ضوء ما تعلمته.

وضعية الوقوف:

على سبيل المثال، إن الأشخاص الذين يقفون بشكل مستقيم و بانصباب من المحتمل أن يكونوا أشخاصاً واثقين من أنفسهم ولديهم رأي جيد عن أنفسهم وعن قدراتهم، ويميلون لأن يكونوا أشخاصاً مهيمنين. وتشير وضعية وقوفهم إلى السلطة والمكانة العالية. وإذا كانت وضعية وقوفهم مستقيمة ومنتصبة إلى درجة كبيرة وغير طبيعية ربما يكونون متغطرسين جداً أو متعجرفين، ولكن ربما يكونون في الخدمة العسكرية لمدة طويلة ووضعية وقوفهم يمكن أن تكون جزءاً من تدريبهم المهني.

وضعية الانحناء:

من جهة أخرى إن الأشخاص الذين يبدوون متدلين أو محدوديين يكون لديهم قلة احترام لأنفسهم وقلة ثقة بالنفس وبقدراتهم. إنها وكأنهم يحاولون تخبئة أنفسهم بالتراخي والضعف. إن وضعية هكذا أشخاص تدل على الخضوع والرضوخ والمكانة المنخفضة.

بالطبع إنهما حالتان متطرفتان. لا تتناسب العديد من الأشخاص أي حالة من هاتين الحالتين، لأن معظم الناس يتخذ وضعية وسطاً بين كليتهما. لذا ينبغي ملاحظة وضعية المرء لفهم شخصيته بدقة كأن تقيم علاقة عمل معه.

توجد عوامل غير نمط الشخصية التي تؤثر على وضعية الوقوف أو الجلوس. يعي بعض الأشخاص حول بعض خاصيات أجسادهم ولكن يمكن لهذا أن ينعكس على وضعية جسدكم بشكل غير شعوري. على سبيل المثال الشاب الطويل جداً والكاره لهذا الطول غير العادي والمخرج منها ربما يتبنى وضعية الانحناء بشكل لاشعوري. ولسوء الحظ إن انحناء الرأس والأكتاف تكون غير جذابة وأسوأ من الطول غير العادي.

بشكل مشابه، ربما تزيد الفتاة المراهقة من إحناء الكتفين لكونها محرجة من بروز ثدييها. مرة ثانية ولسوء الحظ فإن ذلك يسيء إلى جمالها ويجعلها أقل جاذبية وتعتاد التصرف بلا مبالاة دائماً.

المهنة تؤثر على وضعية الجسم:

تؤثر مهنة الشخص من حين لآخر على وضعية الجسم وكنا قد رأينا كيف يكتسب الأشخاص الذين يعملون في الخدمة العسكرية قامة منتصبة بشكل غير عادي. من جهة أخرى إن الأشخاص الذين يمضون أيامهم في معالجات النصوص أو العمل على الآلة الكاتبة أو في دراسة كتاب ينتهي الأمر بهم بتشوهات جسدية كالإنحناء وتهدل الكتفين.

تعتمد وضعية الجسم على الحالة النفسية:

تعتمد وضعية الجسم إلى حد ما على الطبع كاعتمادها تماماً على نمط الشخصية. فإذا شعر أحدهم بالسرور والسعادة ويشعر بالتحسن بشكل عام حول نفسه يمكن أن تظهر هذه في وضعية جسمه. فنراه يمشي بطريقة مضعمة بالحيوية والنشاط رافعاً رأسه أكثر من العادة وبذراعين متأرجحين ويميل للمشي بخطوات طويلة أكثر من المعتاد، فهذه صورة السعادة. وإذا شعر الأشخاص بالكآبة فهذا سوف ينعكس إلى وضعية أكثر تراخياً وتحدياً. وستميل الأكتاف للتراخي والرأس للانحناء فهم يبدوون وكأنهم يحملون أثقال العالم على أكتافهم وهذه هي صورة البؤس.

مرة أخرى ينتمي العديد من الأشخاص إلى ما بين هاتين الحالتين المتطرفتين ولكن من الجيد ملاحظة كيف يؤثر الطبع على وضعية أولئك من حولك. وهذا يفيدك ويمنعك من

تكرار الأخطاء بنفسك، على سبيل المثال إذا كنت تخطط لتطلب من رب العمل ترفيعة كبيرة يمكنك أن تفهم ما يجعله في مزاج مبتهج وعندئذ تطرح عليه طلبك وذلك أفضل من أن تعرض نفسك لمخاطرة الرفض عند طلبك منه وهو في مزاج سيئ.

وضعية الجسم عند الجلوس:

يمكن معرفة الكثير عن المزاج والحالة العامة للعقل من وضعية جسم الأشخاص ومن الطريقة التي يقفون أو يجلسون فيها. على سبيل المثال إذا جلس أحدهم بهبوط على الكرسي ربما يعاني نوعاً من المشاعر السلبية. وربما يكون متعباً أو يشعر بالملل أو عدم الاستمتاع، وربما ينتظر نهاية يوم العمل. كلنا نأتي للبيت من حين لآخر من العمل منهكين ومجردين من الطاقة ونهبط على أقرب كرسي.



هذه هي الوضعية الاعتيادية لما سيصبح معروفاً بأريكة البطاطا، حيث لا يقوم الشخص إلا بتدريب بسيط حيث يشاهد التلفاز أكثر الوقت.

وهكذا يكون الأشخاص الذين يهبطون على الكرسي

وهم في غاية التعب أو غير مستمتعين أو يقومون باسترخاء مضطرب فيه. من جهة أخرى إن الأشخاص الذين يجلسون على حافة كراسيهم من المحتمل أن يشعروا بالتوتر وعدم الارتياح. إنهم يميلون لأن يكونوا أشخاصاً ذوي شخصية متوترة وعصبية بشكل عام أو على الأقل في مزاج متوتر وعصبي.

أولئك الذين يشغلون غرف انتظار أطباء الأسنان يكونون مرعوبين بشكل كبير ويجلسون على الأغلب هكذا، وفي الحقيقة إن نوع المقاعد الموجودة في غرف الانتظار عادة تؤدي إلى هذا النوع من الجلوس أكثر من وضعية الاسترخاء.

إن وضعية الوقوف والجلوس ترتبط غالباً بإيماءات الجسد وهذه تمت الإشارة لها في سياق الجزء المتعلق بالجسد، في فصل الإيماءات اللاإرادية، على سبيل المثال. قد رأينا التعليقات على الإيماءات ووضعيات الجسم التي تستخدم الأرجل وكيف أن وقوف أحدهم برجلين مفتوحتين بشكل واسع يمكن أن يشير إلى الغضب أو المزاج العدوانية. بشكل مشابه كنا قد رأينا كيفية وقوف أحدهم برجلين متصلبتين وأنها تشير للحالة الدفاعية والقلق لا سيما إذا شبك الشخص ذراعيه.

لقد تم التعامل مع وضعية الجلوس سابقاً فهي تعطي مفاتيح عن المزاج والشخصية أيضاً. على سبيل المثال: إن جلوس الرجل برجل واحدة متوازنة على ركبة الساق الأخرى يمكن أن تكون شخصية منافسة أو مجادلة، بينما جلوس المرأة برجلين متصلبتين وبقدم واحدة ملفوفة على ربة الساق الأخرى يمكن أن تشعر بالحالة الدفاعية أو القلق. مرة أخرى إن هذه الحالات وحالات أخرى تمت معالجتها في الفصول السابقة، ولا سيما في التعليق على الرجلين في فصل الإيماءات اللاإرادية.

أحياناً إن الأشخاص وبخاصة الرجال المتمددين على الكراسي ويجلسون ووجوههم تتجه للخلف ويتكئون على أذرعهم المثنية على خلف الكراسي هذا يفترض بأن الأشخاص المتمددين على الكراسي هم أناس عدوانيون ومسيطرين حيث يستخدمون خلفيات الكراسي كنوع من الحماية أو الدفاع.

سرعة المشي:

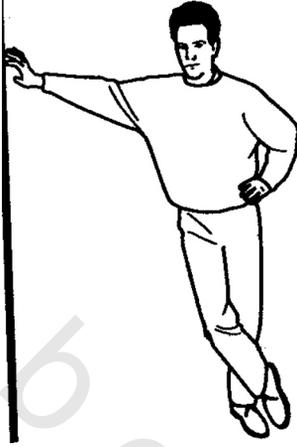
تختلف سرعة المشي من شخص لآخر وتختلف إلى حد ما تبعاً لعمر الشخص وحالته الصحية ولياقته البدنية وحتى مكان إقامته. يمشي الناس في المدن الكبيرة أكثر بكثير من الناس في القرى الصغيرة ربما بسبب سرعة الحياة وربما بسبب المخاوف من احتمالات الخطر والأذى. وكقاعدة عامة، فإن الأشخاص الواثقين بأنفسهم والسعداء يقومون بالمشي السريع ويؤدون خطوات ونطاتٍ مشدودة، بينما الذين يفتقدون للثقة بالنفس واحترام الناس فهم يشعرون بالحزن ويقومون بالمشي البطيء ويسحبون خطواتهم بتناقل.

إن الأشخاص الذين يمشون ويضعون أيديهم في جيوبهم يمكن أن يكونوا شاعرين بالبرد إذا كانت الحرارة منخفضة. وفي غياب البرد يمكن أن نعتبر الشخص الذي يضع يديه في جيوبه يشعر بالانسحاب بطريقة ما. وإذا ركل شخص ما أي حصة أتت في طريقه أو حتى إذا قام بركل مواد مُتَحَيِّلة فإنه يشعر إما بالغضب أو بالتشاؤم أو بنهاية مرة وليست بالتأكيد مُبَشِّرَة. وربما يحني رأسه على الرغم من أنها يمكن أن تكون إشارة على التفكير العميق.

الوقوف:

إن الوقوف بقامة منتصبه هي شيء متعب جداً ولا نفعله في كل الأوقات. أحياناً للالتكأ على شيء قريب. كأن نتكئ على أي دعامة عمودية ثابتة يمكن أن نجدها- الجدران- أطر الأبواب أعمدة المصابيح الخ وأي شيء يمكنه حمل مشاعرنا، هكذا يُقال.

الاتكاء:

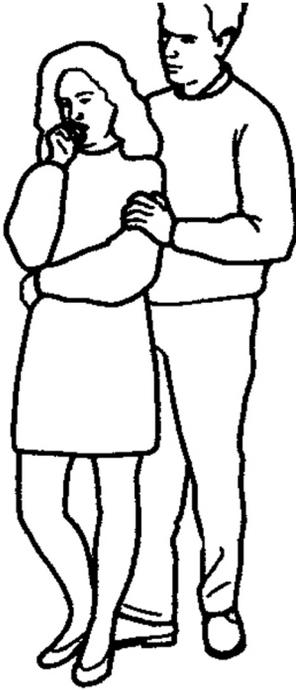


ما نتكئ عليه يمكن أن يكون أحياناً دليلاً على موقفنا ومشاعرنا. ويمكن أن يكون الاتكاء إيماءة امتلاكية غير شعورية. على سبيل المثال ربما نتكئ على إطار باب منزلنا دون نية تركه ولا بأية طريقة. إنها كما لو نود القول: «هذا لي ولا يمكنك أن تمتلكه».

بشكل مشابه إذا كنا مع مجموعة من الأشخاص نقف في موقف السيارات ندردش ربما نجد أنفسنا نتكئ

على سيارات محترمة، مجريين حقوق مالكي السيارات بشكل غير شعوري إلا إذا امتلك أحدهم سيارة ممتازة بينما نحن نمتلك سيارة قديمة في نهاية عمرها.

إن امتداد هذا النوع من الاتكاء يحدث عندما يجلس أحد ما خلف مقعد المكتب واضعاً قدمه عليه. مرة أخرى فهو يفعل هذا لإثبات حقوق شخصية بشكل لاشعوري. يحدث هكذا فعل أحياناً عندما يجعل، الشخص الآخر الذي يجلس على المقعد يشعر بالخوف بطريقة ما عندما يدخل المكتب أو عندما يقف بجانب المقعد، وذلك بوضع قدمه على المقعد عندئذ يشير رئيس المكتب الحقيقي بأنه يمارس حقه ليس فقط في المقعد ولكن في مكانه في الشركة.



ربما يمتد هذا الاتكاء غير الشعوري أحياناً إلى الناس مثل امتداده إلى الأشياء. ربما ترى رجلاً يتكئ على شريكه أو في الحقيقة ربما تتكئ امرأة على زوجها في حفلة أو اجتماع عند وجود مجموعة كبيرة من الأشخاص. ومن المحتمل أن يحدث هذا إذا كانت المجموعة المزعومة تشتمل على بعض الناس المنفصلين. بخاصة الأشخاص الجذابين جسدياً. إذا اتكأ أحد ما على شريكه في هكذا وضعية فهو يقول بشكل غير شعوري: «إنها لي، ابتعد من هنا».

إن الملكية المطبقة على الأشخاص لا تتم بالضرورة باستخدام الاتكاء الحقيقي. ذلك يمكن أن نأخذ شكل

وضعية ذراع الشخص عند الاتكاء على أحد ما أو الإمساك بكوعه أو يده، ولا يعني الاتكاء على شخص ما أو شيء ما حقوق الملكية غير الشعورية بالضرورة. في الحقيقة يمكن أن تكون محاولة للتحدي وجعل المالك للأشياء أو مالك الشريك يشعر بالخوف أو بالتهديد.

وهكذا. إن جلوس أحدهم في مكتب أحد آخر وفجأة يضع قدمه على المقعد، إذا لم يكن صديقاً جيداً جداً ويتصرف بطريقة مريحة جداً، ربما تحاول بهذا التصرف وبشكل غير شعوري أن تخيف المستخدم في المكتب من خلال إبداء حقوقه في المقعد. يمكن أن يحدث وضعاً مشابهاً إذا اتكأ أحد ما على الباب أو إطار الباب لمكتب شخص آخر.

إن إخافة شخص ما بشكل غير شعوري من خلال إجراء الإيماءات الامتلاكية- بشكل غير متعمد- ليست قاصرة على الأماكن والأشياء. إنها تمتد للأشخاص. على سبيل المثال: ربما يضع شخص غير مرتبط بذراعه حول شريكة شخص آخر ليقودها إلى مكان يوجد فيه طعام وشراب ولتقديمها لشخص آخر في الغرفة. ربما يشعر شريكها بالتهديد وبعدم احترام نوايا الرجل الآخر.

بشكل مشابه ربما تؤدي الأنتى غير المرتبطة إيماءة استجابة لشريك امرأة أخرى بالمشاعر الناتجة نفسها في الشريك.

إن الاتكاء على شيء ما ربما له دافع غير شعوري غير إقامة حقوق الملكية أو التخويف. ربما تدل على رغبة غير شعورية في حماية النفس. وهكذا إذ كنت في المصعد مع شخص آخر ربما تتكئ وتبقي ظهرك تجاه المصعد بشكل غير شعوري لحماية ظهرك وإبقاء العدو المتوقع على مرأى البصر. بشكل مشابه إذا كنت تقف في موقف الباص ربما تتكئ على خلفية المظلة أو مقابل القطب المشير لموقف الباص.

إذا قابلت أحداً ما وأدركت بأنه يتكئ تجاهك بشكل طفيف يكون الاحتمال عندئذ بأنه يشعر بلطف نحوك وأنه بمزاج ودي. من جهة أخرى إذا كان الشخص يتكئ بعيداً عنك بشكل طفيف عندئذ يكون الاحتمال بأنه يشعر بدرجة من العدوانية تجاهك وأنه بمزاج غير ودي.

الاستلقاء:

إن الوضعية التي نتبناها عند الاستلقاء تخبر أيضاً عنا. بالطبع، قلة من الناس يمكنهم جمع معلومات من وضعية استلقاءنا من تلك التي يمكن أن يحصلوا عليها من وضعية وقوفنا أو جلوسنا منذ أن كان الاستلقاء مسألة خاصة جداً يتم إجراؤها أمام قلة من الأقرباء.

أوضاع النوم:

إذا كنا ننام بانتظام على شكل وضعية الجنين في رحم الأم المشدودة ونكور جسمنا، حيث تكون الركبتان قريبتين من الصدر والذراعان يعانقان الجسد، عندئذ نكون من الأشخاص الذين لا يشعرون بالأمان.

فنحن نبحث بشكل غير شعوري عن الأمان والحماية التي جربناها قبل الولادة في أرحام أمهاتنا.

الشكل الأقل شدة والأكثر استرخاءً لوضعية الجنين تسمى بالوضعية نصف الجنينية وهي واحدة من الأوضاع الأكثر شيوعاً للنوم.

يكون ذراعا النائمة وركبته في نفس الوضعية كما في وضعية الجنين ولكن تكونان طليقتين وليستا مطويتين بشدة.



تسمح هذه الوضعية للنائم الاستدارة بشكل أكثر سهولة. على عكس وضعية الجنين المشدودة، لا تفترض الوضعية الجنينية الشعور بعدم الأمان العميق ولكن تدل على الرصانة المعقولة. إن الأشخاص الذين ينامون بشكل مسطح على ظهورهم وتبتعد أطرافهم بشكل واسع هم أشخاص واثقون من أنفسهم يحسون بالأمان ومنفتحون تماماً. فهم لا يشعرون بالتهديد أبداً وبشكل غير شعوري وبذلك فهم لا حاجة لهم لحماية أنفسهم.

من جهة أخرى، الأشخاص الذين ينامون ووجههم للأسفل والذراعان والرجلان مشدودة فهم أشخاص يشعرون بالحاجة لضبط حياتهم تماماً. وباتخاذ هذه الوضعية فهم يأخذون الكثير من الفراغ ولكن بنفس الوقت يحمون الجزء الأكثر أهمية من أنفسهم، وبذلك فهم يشعرون بشكل غير شعوري بالتهديد بطريقة أو بأخرى.

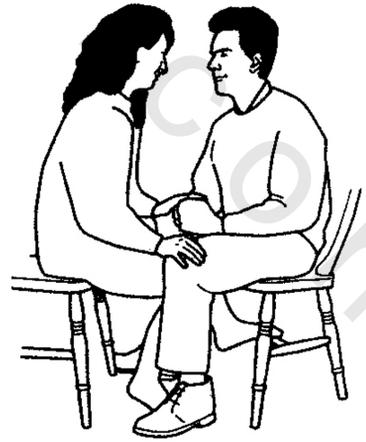
الحدود المكانية:

يرتبط الجزء المهم من التواصل غير الشفهي بالمكان. عندما يلتقي شخصان للمرة الأولى فإن البعد المثالي من الفراغ «المكان» بينهما هو البعد الذي يسمح لهما أن يكونا قريبين من بعضهما كفاية لإبداء اهتمامهما ببعضهما الآخر، ولكن لا أن يكونا قريبين جداً بحيث يجعل أحدهما يشعر بالاضطهاد.

تم تحديد وتصنيف أربعة حدود أو مناطق في علاقاتنا المكانية ببعضنا بعضاً.

المنطقة العميقة أو الحميمة:

تمتد المنطقة التي ترتبط بالأشخاص الذين لديهم علاقة حميمة مع بعضهم الآخر من ٥٠ إلى ٥ سم. يسمي الأشخاص الذين يسمح لهم بالدخول ضمن هذا الحد بالمنطقة العميقة وتشتمل على الأزواج والزوجات، والآباء والعشاق، والأولاد والآباء، وأعضاء العائلة المقربون مثل الأخوة والأخوات، والأصدقاء المقربون. فقط أعضاء هذه المجموعة ستكون أكثر قرباً للشخص المعني ويسمح له بالجزء الأقرب من هذا الحد والممتد من ١٥ إلى ١٨ سم. أحياناً يدخل أشخاص



آخرون ضمن المنطقة العميقة وهم أصحاب المهن الذين لا يمكنهم أداء وظائفهم إذا لم يستطيعوا الدخول إلى هذه المنطقة كالأطباء وأطباء الأسنان أو مصففي الشعر.

المنطقة الشخصية:



تسمى المنطقة التالية والأكثر قرباً من المنطقة العميقة بالمنطقة الشخصية وتمتد من ٥٠ سم إلى ١.٢٥ م. هذه هي المنطقة المكانية التي يشغلها الأشخاص في الحشود الاجتماعية مثل حفلات المشروب. تسمح هذه المسافة للأشخاص الذين لا يعرفون بعضهم بشكل جيد - ربما كانوا قد تعرفوا فقط على بعضهم - للتحدث بشكل مريح والتعرف على بعضهم الآخر دون الشعور بالتهديد من الاقتراب بشكل أكبر.

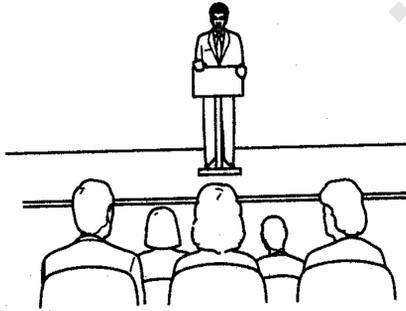
المنطقة الاجتماعية:

تسمى المنطقة الأبعد من المنطقة الشخصية بالمنطقة الاجتماعية وتمتد تقريباً من ١.٢٥ م إلى ٤ م. هذه هي المنطقة التي يشغلها الغرباء عادة ممن نكون على تواصل معهم، أحياناً التواصل المنتظم في سياق حياتنا اليومية. يشمل هؤلاء الناس العمال الذين يعملون حول المنزل، كالباعة وساعي البريد وبائع الحليب والشرطة المحلية الخ...

المنطقة العامة:

تسمى المنطقة الرابعة والأكثر بعداً بالمنطقة العامة، تمتد تقريباً مسافة أكثر من ٤ م من الشخص المعني. على سبيل المثال عند إصغاء الناس لمحاضرة عامة فهذه بعيدة كثيراً عن المحاضر. فقد تم وضع الجمهور على هكذا مسافة بشكل مشابه من الممثلين عند التمثيل على خشبة المسرح.

الأشخاص لأشخاص
من غيرهم. ومع هذا
من دخول الناس ممن
أو أصدقاء أو مهنيين مثل
العميقة «الحميمة».



يسمح بعض
آخرين بالاقتراب أكثر
تميل لرفض الامتعا
ليسوا بأصدقاء مقربين
الأطباء إلى منطقتنا

فهناك خوف غير شعوري بأن أي شخص يدخل هو متطفل ويحمل العدوانية تجاهنا ويخطط لهجوم من نوع ما.

ويكون أحياناً تحرشاً جنسياً غير مرغوب فيه.

انتهاك المناطق:

عندما يدخل أحد إلى منطقتنا العميقة عندئذ تظهر تغيرات فيزيولوجية محددة في أجسامنا وترتفع مستويات الأدرينالين بشكل ملحوظ، وتتسرع ضربات قلبنا ويتم ضخ دم أكثر إلى الدماغ. هذا دلالة على أن جسم الشخص الذي تم اختراق منطقة يحضر نفسه للاستجابة. ربما تتخذ الاستجابة شكل العاطفة الجنسية إذا كان الشخص الذي دخل المنطقة العميقة هو عاشق، ولكن ربما تتخذ شكلاً ما من الهجوم العدواني أو الرفض أو الهروب إذا كان الشخص غريباً متطفلاً.

عندما نلتقي بأشخاص للمرة الأولى يجب أن نكون حذرين من أن ننتهك منطقتهم العميقة. ويصبح هذا الأمر صعباً عند الأشخاص ذوي الطبع الانبساطي حيث يرفعون الكلفة بينهم وبين الآخرين بسرعة، فيضعون أذرعهم على أكتاف الآخرين لمجرد التعارف البسيط. هؤلاء الأشخاص عليهم التذكر بأن ليس كل الناس، يقبلون اللمس الجسدي أو التواصل البدني حتى ولو كان مزاحاً مع الغرباء. فإذا كان الشخص المؤدي لإيماءة التودد المفرط هو بائع ووضعه ذراعه حول كتفي الزبون الغريب فمن الممكن أن يخسر البيعة.

أحياناً لا يمكن تحاشي تجاوز المنطقة العميقة للشخص. على سبيل المثال إذا وقف الناس في حافلة مزدحمة أو قطار فإنه من غير المحتمل أن يكونوا قادرين على حماية مناطقهم العميقة أو مناطق جيرانهم، محدد، ولكن أولئك أكبر قدر من منطقتهم نفسهم كلياً لصد أية هذا يجد طريقة يجعل يتحاشى



هكذا شخص إجراء

تواصل بالعين مع أي شخص آخر يحاول التهديد لإجراء محادثة.

ربما تحاول أن تبدي أي مشاعر حتى ولو داس أحدهم على القدم وهذا يؤكد وجود أحد ما في المنطقة العميقة الثمينة. إن الأشخاص الذين يودون حماية قدسية منطقتهم غالباً سيخبئون أنفسهم خلف كتاب أو جريدة سواء كانوا يقرؤون أم لا إذا وجدوا أنفسهم في مكان مزدحم. وإذا لم يكن لديهم لا كتاب ولا جريدة سيتفحصون أي قطعة كتابة أو إيضاح موجود. إن

الإعلانات الموجودة على الحافلة أو الطرق المختلفة المشار إليها على أرض القطارات هي حالات موضع الاهتمام، مثل أرقام الطوابق الموضوعة على لوحة التحكم في المصعد.

إن المسجلة الشخصية ربما تكون مصممة بشكل واضح لحماية سرية المنطقة العميقة بحيث تعطي أي شخص سبباً مشروعاً لإطفاؤها من قبل الأشخاص الموجودين حولها.

كما تمت الإشارة إليه قبل قليل، تعرف المنطقة التي لا يعرفها الأشخاص المنفصلون الذين لا يعرفون بعضهم جيداً في حفلات المشروب بالمنطقة الشخصية. ومنذ أن كانت الحفلات هي المكان المفضل للأشخاص المنفصلين للتعارف على بعضهم بعضاً وربما لتكوين علاقات قريبة، من المحتمل جداً لشخص ما أن يخترق بشكل غير شعوري قانون المنطقة غير المكتوبة إذا جذب إلى أحد ما في الحفلة. ربما يتحرك الأشخاص في هكذا وضع للأمام بشكل غير شعوري وينحنون للأمام كما يفعلون عادة إذا لم تكن الحركة الأمامية هذه مقبولة للشخص الذي هو موضوع الجاذبية فمن المحتمل أن يحني نفسه للخلف وعندها إذا استمرت الحركة للأمام من قبل الشخص الآخر ستكون الاستجابة بالرجوع للخلف من الشخص والذي هو موضوع الجاذبية في هذه الطريقة يتم حماية المنطقة الشخصية.

يرتبك أحياناً أعضاء من الجمهور أو المستمعين إذا تم خرق المنطقة العامة. ويمكن لهذا أن يحدث إذا أجرى الكوميدي أو المغني الذي يؤدي على خشبة المسرح قفزة غير محددة فجأة من الخشبة باتجاه الجمهور. وإذا لم يدع المؤدي أعضاء من الجمهور للانضمام له- يكون مضمون الدعوة هو التسبب بالإحراج الكبير لمعظم الأشخاص المستقلين- ويوجد شعور عام من القلق بين الجمهور حيث تم خرق منطقتهم.

ترتيبات الجلوس:

يمكن تعلم شيء ما عن الأشخاص من المكان الذي يشغلونه حول الطاولة. إن نقاش الطاولة المستديرة هو الشكل الأكثر ديمقراطية للطاولات. وكل شخص يجلس عليها لديه قدر متساو من المنطقة، حيث لا يكون هناك أي وضع مسيطر بشكل واضح وبسبب هذا من المحتمل أن تروج الطاولة المستديرة نقاشاً مريحاً بين الأشخاص الذين يجلسون عليها.

يكون نقاش الطاولة المستديرة بالطبع ديمقراطياً بحق فقط عندما يكون الأشخاص الذين يجلسون حولها هم ذوو منزلة متساوية. إلا إذا تم إجراء اجتماع مكتبي على طاولة مستديرة وكان مدير القسم أو مدير الإدارة موجوداً حيث يعتبر المكان الذي يجلس فيه بشكل غير شعوري هو رأس الطاولة. قيل أن الملك آرثر كان لديه طاولة مستديرة حيث

يكون لكل فرسانه منزلة متساوية ، ولكن هذا فيه شيء من السداجة حيث كان يعتبر من يجلس قرب الملك له بعض الحضوة عن الآخرين وذلك لقربه الطبيعي من الملك.

إن نظام التسلسل الاجتماعي يكون أكثر وضوحاً على طاولة مستطيلة. وهنا يوجد إمكانية ضئيلة للتساوي بالمنزلة ، على الأقل لمدة الاجتماع المعقود حول الطاولة. فالشخص الجالس في نهاية الطاولة وبعيداً جداً عن الباب يفترض أن يكون الشخص المسؤول بالطبع إنه المكان الذي يشغله رئيس القسم ورئيس الدائرة. فهو في الموقع الذي يعطيه الحق بالنظر لكل شخص ويشعر بشكل غير شعوري وهو يدير ظهره للغرفة بالتحرر من التهديد والهجوم.

يعتقد بعض الناس أن المكان الذي يجلس فيه الأشخاص على طاولة الاجتماعات

على مقدار الطاقة
وهكذا حيثما
يحتمل وجود شكل
الطاقة أو المكائد



المستطيلة تؤثر
التي يستخدمونها.
يوجد اجتماعات
ما من صراع

السياسية ، لذلك تبذل الجهود.

لتجهيز الجلوس وذلك للتأثير على نتيجة الاجتماع.

حيث يوجد بعض المجادلة بين الأشخاص أنه من هو عضو المجموعة الأكثر أهمية بعد الرئيس على الطاولة ، يمكن اختيار العديد من الأشخاص الذين يجب أن يجلسوا إلى يمين الشخص الجالس عند رأس الطاولة. يكون الشعور بأن هذا الشخص ترتيبه الثاني في قاعدة الطاقة وهو داعم كبير للقائد. ولاختصار هذا الافتراض لدينا عبارة مجازية في اللغة : «هذا الرجل هو ساعده الأيمن» أو «هذه المرأة هي يده اليمين» والتي تدل على مساعدة الشخص ودعمه ولا غنى عنه بشكل عام للشخص الذي هو في موقع القوة أو المسؤولية.

ربما يجادل بعض الأشخاص بأن الشخص الجالس على النهاية الأخرى من الطاولة هو الشخص النقيض من حيث تحمله للمسؤولية والأقل أهمية. ويمكن اعتباره قاع الكومة لكونه الشخص الأكثر بعداً عن الشخص الأكثر أهمية في الغرفة ، وبذلك فهو الشخص الأقل طاقة والأقل تأثيراً. لكن يعتمد هذا إلى حد كبير على شخصية الفرد الجالس عند أسفل الطاولة «آخر الطاولة» وعلى الحالة بشكل عام.

يكون الشخص الجالس بمقابل الشخص المسؤول عن الاجتماع في موقع جيد حيث يكون المجابه ويصدر التحديات وجاعلاً من فعل الطاولة مكاناً جيداً للجلوس. إذا كنت قوياً وشخصاً منافساً وتود امتلاك الطاقة من أولئك الذين يجلسون على رأس الطاولة.

إذا كان الشخص الجالس عند أسفل الطاولة هكذا شخص وإذا وجد نوع ما من صراع الطاقة عندئذ يكون موقع أسفل الطاولة بعيداً كل البعد على المكان المتواضع ويكون بذلك الأكثر أهمية ومحورية. يكون الشخص على يمين قائد الاجتماع التالي في الأهمية بعد القائد، وببساطة لكونه ذا قيمة بالنسبة للقائد. إذا فقد القائد الطاقة بسبب الصراع السياسي فإن الشخص الجالس بمقابله مباشرة من المحتمل أن يكون الشخص الذي سيحصل على الطاقة الضائعة ومن المحتمل أن يكون الشخص الذي خطط لصراع الطاقة.

يكون الجلوس على الطاولة المستديرة أو المستطيلة الصغيرة الموجودة في الحانات والاستراحات والمكاتب. الخ، الوضع الأكثر ودياً وتعاوناً بين شخصين هو الجلوس بالقرب من بعضهما بعضاً. تكون هذه الوضعية مناسبة جداً للأشخاص ممن هم أصدقاء جداً وممن يعملون في وظيفة سويةً هناك ويترثرون على أحد سويةً حيث يكون وحاجة للمنافسة، وبخاصة من بعضهما بحيث لا يمثلان تهديداً لمنطقة كل منهما. بعيداً عن هذا التحديد يفترض الجلوس بقرب الشخص بأن هناك جواً من الثقة المتبادلة والدعم وتكون النتيجة بأنه لا حاجة لكما أن تكونا حذرين من بعضكما.



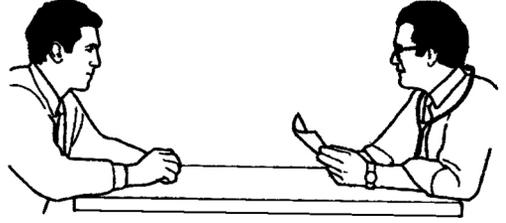
وضعية أخرى ودية جداً يمكن أن يتبناها شخصان عند الجلوس على طاولة مستديرة أو مستطيلة هي وضعية الزاوية القطرية. تسمح هكذا وضعية باقتراب مشابه لوضعية الجلوس بالقرب من الشخص الآخر، ولكن تزود بمناخ كافٍ لشعور

الأشخاص بالحماية وعدم التهديد من القرب المفرط فيه. في وضعية الاقتراب دون وجود أي مانع يشعر بعض الأشخاص بالتهديد، والحالة الدفاعية تكون في وضعية الزاوية القطرية، إذ هي الوضعية الأكمل للمقابلة الودية المريحة.

عندما يجلس شخصان على طاولة مستطيلة أو دائرية يمكن أن يسيطر جو من الشعور بالحالة الدفاعية والتنافسية. تلعب الطاولة غالباً كحاجز يؤكد عدم الوفاق بينهما ومن المحتمل أن يؤدي إلى التعاون والوفاق.

عندما يود الشخص الذي يكون في موقع الطاقة أن يتكلم برسومية للشخص الآخر التابع له «الذي يشعر بتبعية للمتكلم» يحدث اللقاء غالباً من خلال الطاولة. مرة أخرى تعمل الطاولة كحاجز وتبعد الشخصين عند بعضهما بعضاً.

من المحتمل أن يكون موضوع اللقاء هو التوبيخ الذي يجريه الشخص المسؤول ويمكن أن يحدث هذا من قبل رئيس القسم للموظف الذي لا يعمل بشكل جيد، أو إعلامه بأخبار غير سارة مثل تلك التي يعطيها الطبيب للمريض.



كل الموضوعات التي تمت مناقشتها في هذا الكتاب تؤثر على الانطباع الذي نأخذه عن الناس الآخرين، سواء كان هذا مقصوداً أم لا. لا يكون التواصل غير الشفهي سهل التفسير بسهولة معادلة الشفهي- وهو الشيء الوحيد الذي قد تعلمناه منذ نعومة أظفارنا ولكننا لم نتعلم لغة الجسد بشكل تلقائي.

إنه من الممتع تعلم شيء ما عن إشارات الجسد ووضع المعلومات التي تم تعلمها قيد الاختبار لكن منذ أن كان للعديد من إشارات الجسد أكثر من تفسير واحد فمن المهم عدم القفز لأخذ النتائج فوراً.

شيء مهم يجب تذكره وهو إشارات لغة الجسد غالباً تظهر على شكل عنقود بشكل متسلسل- معلومات عن تسلسل الإيماءات تم إعطاؤها في الفصل الثالث تحت عنوان الإيماءات اللاإرادية. على سبيل المثال. إذا كان هناك إشارة على العصبية فمن المحتمل أن يكون هناك واحدة أخرى. إن تذكر مفهوم تسلسل الإيماءات يمكن أن يكون مساعداً في تحاشي سوء التفسير لأي إشارة جسدية.

على سبيل المثال: لا يمثل شبك الرجلين بالضرورة إشارة دفاعية عند الجسد ولكن إذا حدث بالارتباط مع شبك الذراعين عندئذ تكون الحالة الدفاعية هي ما تمت الإشارة إليه. إنه من المغري التفكير بأن معرفة ما عن إشارات الجسد ستساعدك على ضبط لغة جسدك تماماً كما تساعدك على تفسير لغة جسد الآخرين تذكر بأنه من الصعوبة بمكان ضبط اللاشعور. وفي النهاية سيكشفك جسدك.

الفهرس

ما هي اللغة؟..... ٥

الفصل الأول..... ١١

الإيماء

أمثلة عن الإيماء..... ٢١

الفصل الثاني..... ٢٥

الإيماءات الإرادية

أمثلة عن الإيماءات الإرادية..... ٥٥

الفصل الثالث..... ٥٩

الإيماءات اللاإرادية

أمثلة عن الإيماءات اللاإرادية..... ١٠٣

الفصل الرابع..... ١١١

إشارات أخرى في لغة الجسد