

TESTBESZÉD ELEMEI – 2. GESZTUSOK

A **gesztus** a kéznek az emberi kapcsolatban, az interakcióban szerepet játszó, a közlést kísérő mozgása. Érzékeny kifejezője lehet érzelmeknek, szándékoknak, lelki tartalmaknak, a közlés értelmezésének, megerősítésének, utasítások közlésének. Bizonyos esetekben kommunikációt szervező szerepe is lehet.

A gesztusok öt típusba sorolhatók:

- érzelmi állapotot, érzelmi megnyilvánulást kifejezők, emberi viszonyulást kifejezők;
- a beszéd ritmusát követők, a szóbeli közlést megvilágítók, erősítők, illetve ellenpontozók;
- valamit illusztrálók, jelképezők;
- irányítók;
- a szóbeli közlést helyettesítő, szó nélkül érthető jelentésű gesztusok (szignálok, emblémák).

ÉRZELMI ÁLLAPOTOT, ÉRZELMI MEGNYILVÁNULÁST KIFEJEZŐK, EMBERI VISZONYULÁST KIFEJEZŐ GESZTUSOK

Az érzelmeket kifejező gesztusok többnyire a feszültség, szorongás, máskor a nyugalom, megfontoltság kifejezői. Sokszor így jelennek meg a személyiség olyan feszültségei, amelyek nem állnak közvetlen kapcsolatban a személyt az interakció során ért hatásokkal, vagy olyanok, amelyek nem tartoznak szorosan vagy egyáltalán nem tartoznak a verbális közléshez.

22. ábra
Néhány példa az érzelmet, lelkiállapotot jelző gesztusokra I.



23. ábra
Néhány példa az érzelmet, lelkiállapotot jelző gesztusokra II.



Szorongás vagy másfajta lelkiállapot, érzelem mutatkozik meg pl. apró, cselekvést csak utánzó mozgásokban. Ilyen az ujjak dörzsölése, a tárgyakkal (ceruzával, tollal, szemüveggel) való játék, olykor a papír, a kézirat igazgatása, lapozgatás benne, a köröm rágása, a kéz ujjainak tördelése, a kéz görcsös tartása. A kéznek, ujjaknak a szájhoz, a száj elé emelése nemegyszer – főleg gyerekeknél – a füllentés, hazudás jele lehet, az archoz emelése, az áll körülölelése, a fej feltámasztása a figyelemé vagy éppen a fáradtságé. Az orr vagy a fül dörzsölése, a haj, a ruházat igazgatása a zavar jelei, ez utóbbi bizonyos esetekben a nőiesség hangsúlyozása, a figyelemnek erre való felhívása. A homlok, haj végigsimítása az

elgondolkodás, tünődés jele lehet. Az arc nagyobb részének eltakarása a nemtetszés vagy unalom, megvetés jele lehet. Ezekben a mozgásokban kevés a verbális közlés tartalmára, mondandójára vonatkozó információ. A „célalannak” tekinthető kézmozgások rendszerint valamilyen lelkiállapot – szorongás, feszültség, elgondolkodás, döbbenet stb. jelének tekinthetők.

A BESZÉD RITMUSÁT KÖVETŐ, A SZÓBELI KÖZLÉST MEGVILÁGÍTÓ, ERŐSÍTŐ, ILLETVE ELLENPONTOZÓ GESZTUSOK

A beszédet kísérő gesztusokban a kéz és vele együtt a kar mozgásai aláfestik, színezik, olykor szabályozzák (irányítják) a szóbeli közlést. A karnak és a kézfejnek mozdulatai nyomatókat adnak a hangsúlynak, mondanivalónak. Kiegészítik, dinamikusabbá teszik a mondandót. Vannak olyan mozdulatok is, amelyek a beszéd ritmusát érzékeltetik. Mások, például a felülről le irányba mozgó határozott karmozdulat a sulykolás szándékát jelzi.

A gesztusok kapnak szerepet, ha meg akarjuk állítani társunk beszédét, ha meg akarjuk akadályozni, hogy szavunkba vágjanak. Kézmozdulatok segítenek, hogy lekössük vagy felhívjuk mások figyelmét. Jelezhetik a megértés nehézségét, és hozzájárulhatnak ahhoz, hogy érthetőbb legyen a szóban kifejtettek tartalma. Ezeknek a mozdulatoknak az információtartalma rendszerint beleolvad a verbális közlésbe. Ezek a gesztusok többnyire ösztönösek, de felhasználásuk gyakran tudatos, akaratlagos. A túl széles, erőteljes gesztusok magyarázó alkatra, olykor agresszív, ellentmondást nem tűró személyiségre utalhatnak, máskor olyan emberre jellemzőek, aki (csak) korlátozott nyelvi kóddal tudja kifejezni magát.

25. ábra
Néhány példa a beszédet kísérő gesztusokra II.



24. ábra
Néhány példa a beszédet kísérő gesztusokra I.



VALAMIT ILLUSZTRÁLÓ, JELKÉPEZŐ GESZTUSOK

Általában a szóbeli közlés képszerűbbé tételét szolgálják, segítik a szóban kifejtettek jobb megértését. Kifejezésre juttatnak viszonyt, kapcsolatot, helyzetet; megvilágítanak egy-egy

mozzanatot, cselekvést. Vannak olyan illusztratív gesztusok is, amelyek egyes kommunikációs helyzetekben, bizonyos folyamatokban élőszo nélkül is kifejezik a



közlendőket. Ilyen például valami formájának, méretének, irányának, távolságának bemutatása a gesztus segítségével, a valakire, valamire való rámutatás stb. Ezek egyaránt szerepet kapnak mind a két személy közötti, mind a csoportos interakcióban.

IRÁNYÍTÓK GESZTUSOK

Az utasítást, felszólítást, parancsot kifejező, kommunikációt szervező gesztusokkal sokszor verbális közlés nélkül csak mozdulatokkal igyekszünk intézkedni, korrigálni eseményeket.

Ilyenek a hívás, küldés, intés, leintés, tiltás, elutasítás, kérés, leülésre, felállásra, haladásra, megállásra utaló kéz és karmozdulatok. (Ezek egy része katonai vezénylő-mozdulat is.) Gyakran a két kéz és a két kar együttese jelzi pl. a hívást, vagy az ölelés szándékát. Máskor a kéz és a fej együttese. Így például az alvásra is ösztökélő, álmoságra is utaló gesztus: a félrehajtott fej mellé tett tenyér. – A partner felé nyitott tenyérrel oldalt-fentről lefelé irányuló mozdulat a helykínálás gesztusa, a hátul-oldalról előre mozgó kar az előreengedés, a „tessékelés” gesztusa. Ugyanez az értéke, ha valaki a partnere vállát érinti, s így engedi–tolja maga elé. De így csak idősebb „tessékelheti” a fiatalabbat, vagy a magasabb rangú a beosztottat.

28. ábra
Néhány intézkedő, utasító gesztus I.



29. ábra
Néhány intézkedő, utasító gesztus II.



A SZÓBELI KÖZLÉST HELYETTESÍTŐ, SZÓ NÉLKÜL ÉRTHETŐ JELENTÉSŰ GESZTUSOK (SZIGNÁLOK, EMBLÉMÁK)



A szignál- vagy emblémaszerű gesztusok többnyire verbális közlés helyett vagy azzal egyenértékűen adnak információt. Többnyire akkor használjuk őket, ha a verbális közlés lehetetlen, vagy gátolva van.

A szignálok jelentése rögzített.

Használatuk

kulturális, nyelvi és etnikai határokhoz kötött, vagyis jellemzően nem nemzetközi. Egy kisebb csoportnak, közösségnek lehetnek saját (csak a csoporton belüli jelentéssel bíró) szignáljai.



A gesztusok többsége mindig előbb indul, mint a szóbeli közlés. A betanult gesztus sokszor késik: a kar, a kéz ilyenkor többnyire csak a szó kimondásakor mozdul meg, a szóval együtt indul. Emiatt a címzett többnyire zavart érez a közlésben, noha a gesztus késése, mesterkéltége nem tudatosul benne. A betanult gesztus az esetek többségében suta, mesterkéltnek és ezért hamisnak hat. Rontja a verbális közlés hitelességét.

ÖSSZETETT GESZTUSOK: TESTRÉSZEK EGYÜTTES MOZGÁSAINAK JELZÉSEI

A kar, a kézfej és a fej együttesében lelkiállapotra, magatartásformára utalhat – természetesen önmagában nem egyértelműen – a haj végigsimítása, igazgatása. Nyugodt beszédhelyzetben ez lehet a frizura megigazítása. Máskor – többnyire férfiaknál vita, beszélgetés hevében – lehet a zavar, ide-gesség jele is. Nőknél a nőiesség hangsúlyozása.

A haj simogatása beszéd, társalgás közben jellemző a nőies férfiakra is, de zavart is jelezhet.

A száj elé kapott kéz – főleg gyerekeknél – gyakran a füllentés, hazudás kísérője. Felnőtteknél a száj vagy az arc jelentős részének eltakarása a kézfejjel az érzelmek, gondolatok leplezésének, máskor a beszédszándék korlátozásának a jele lehet.

Az orrnak az ujjal való dörzsölése, simogatása éppúgy, mint a fül(cimpa) húzogatása, simogatása is a cselekvő zavarát jelezheti.

Az áll megfogása, a száj elé tett ujj, a száj eltakarása lehet a beszédszándék korlátozásának, de az erős elgondolkodásnak, tünődésnek a jele is.



Az övön aluli gesztus többnyire bizonytalan személyiséget sugall. Ha a kar szorosan simul a törzshöz, sután mozog, a beszélő gátlásos vagy zavarban vagy. Ugyancsak a zavar jelzése a bizonytalanuk mozgó kar és kézfej gesztusa. Többnyire a nem rendszerezett, nem teljesen logikus beszédnek kísérője a beszélő karjának, gesztusának s csak „vízszin-tes” irányú mozgása a törzs előtt deréktájban.

Az előadás közben zsebre vágott kéz lehet nyugalom, magabiztosság, otthonosság jele is, de gyakrabban a lezserség, bizonyos „hatalom” jele, partnerviszonyban pedig a beszédpartnert „lekezelésének”, alárendeltségének kifejezője. Az „alárendeltnek”, beosztottnak, az alacsonyabb rangúnak, a fiatalabbnak nem „illik” zsebre vágnia a kezét.



Ez a tiszteletlenség jele.

A mellkas előtt lazán karba tett kéz kifejezheti a beszélő nyugodt magabiztosságát, jó érzését (némi hatalmi viszonyt és bizonyos mértékű tartózkodást, zárkózottságot is jelezhet). A kissé megemelten és feszesen összefont karok többnyire a hatalom és némileg az agresszió sugallói.

A csípőre tett kéz jelezhet nyugalmat, de hatalmi vagy agressziós szándékot is (a vita, veszekedés közben hátra szorított könyökkel csípőre tett kéz többnyire „kakas-kodásra”, agresszivitásra utal).



Partnerviszonyban a törzs mellett lelógva, esetleg a törzshöz szorított kar majdnem mindig az alárendeltség jele, míg a laza kartartás a magasabb rangú (főnök) vagy az idősebb, a tekintélyesebb testtartásának jellemzője.

Felhasznált irodalom:

Testbeszéd. In: Wikipédia. In.: <http://hu.wikipedia.org/wiki/Testbesz%C3%A9d> (2014. 02. 07.)

Wacha Imre: A nonverbális kommunikáció eszköztára. In:

http://www.kodolanyi.hu/szabadpart/32/32_komm_wacha.htm (2014. 02. 07.)