

IL COMPORTAMENTO COMUNICATIVO

La grammatica del linguaggio corporeo

Esiste un insieme di movimenti che fanno parte di una grammatica del linguaggio del corpo legata all'espressività complessiva della persona:

● I movimenti del corpo

La postura: il modo di stare in piedi seduti o distesi è rivelatore di stati emotivi, stili di comportamento, ruoli vissuti e varia in ogni cultura e contesto sociale. Gli individui si muovono, occupano spazio, gestiscono il proprio corpo, sono pertanto, una fonte costante di segnali analogici. Attraverso il proprio corpo manifestano la propria personalità e i propri stati affettivi.

Se tutti gli uomini sono in grado di stare in posizione eretta, non tutti lo fanno nello stesso modo.

Che cosa si guarda quando si vogliono osservare gli atteggiamenti posturali?

1 – la dislocazione del peso lungo i vari tratti della colonna vertebrale e degli arti inferiori. I soggetti che riescono a distribuire correttamente i carichi su entrambe le gambe assumono di conseguenza una posizione rilassata e dritta e vengono percepiti come individui sicuri di sé e aperti al mondo esterno.

2 – la maggiore o minore apertura della postura globale in relazione alla posizione delle braccia.

I soggetti che tengono **la testa piegata verso il basso** a coprire il collo, incassandola tra le spalle – Messaggi di sé come introverso, remissivo; **sbilanciamento indietro della testa**, protendere la parte anteriore del torace e arretrare il collo – Suggestisce immagine di accentuata sicurezza, desiderio di dominanza.

● L'espressione del volto

Il volto è il più importante canale della nostra espressività, principale fuoco dell'attenzione altrui nelle interazioni dirette. Attraverso il volto si veicolano messaggi di diversa natura e con un diverso livello di sicurezza (volontari/involontari).

L'Italiano spesso esprime le proprie impressioni e sensazioni più con il viso che con le parole, attraverso una mimica facciale molto articolata. Non funziona sempre così presso gli altri popoli, come ad esempio in Oriente dove si educano i bambini fin da piccoli ad una certa imperscrutabilità, alla riservatezza riguardo i propri sentimenti.

● Lo sguardo

Il contatto oculare: per quasi tutte le culture il fissare la persona che sta parlando è segno di attenzione e interesse per quello che sta dicendo; gli orientali, invece, esprimono la propria concentrazione abbassando gli occhi o addirittura chiudendoli, in una sorta di meditazione. E' una delle forme principali attraverso cui gli individui prendono contatto tra loro. E' il mezzo con cui si fanno allusioni, promesse, rifiuti

Movimenti oculari – miglior indicatore della coerenza tra stati psicologici e contenuti verbali ("occhio specchio dell'anima") – Forniscono indizi preziosi sulla sincerità dell'altro.

- Sguardo sfuggente – timidezza

- Sguardo ben posizionato in avanti – sicurezza

- Si dice che si capisce se due persone sono innamorate da come si guardano

- Lo sguardo fisso sugli occhi dell'interlocutore esprime la sua forza

- Abbassare gli occhi è forma di sconfitta, provare un senso d'inadeguatezza

- Uno sguardo eccessivo è una forma di violenza

● Le mani

● I cenni del capo