

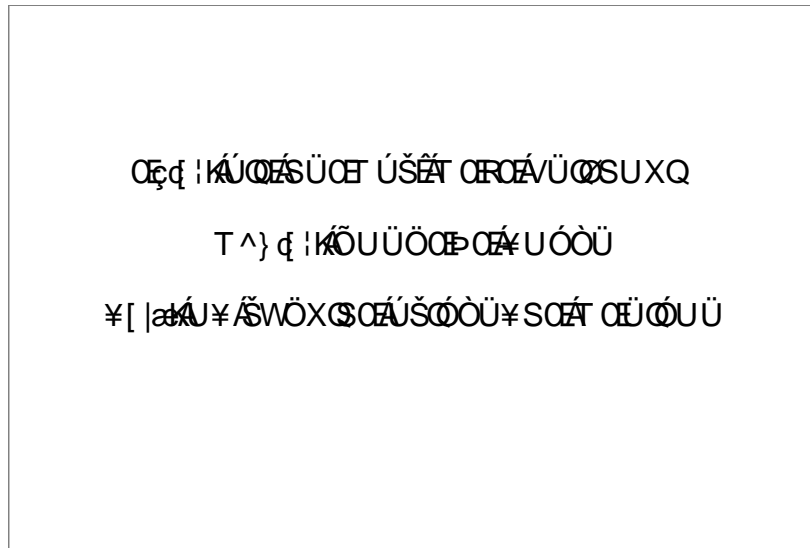
»Mladi za napredek Maribora 2014«

31. srečanje

NE GOVORIMO SAMO Z USTI

Interdisciplinarno: PSIHOLOGIJA IN PEDAGOGIKA, SOCIOLOGIJA

Raziskovalna naloga



Maribor, 2014

»Mladi za napredek Maribora 2014«


31. srečanje

NE GOVORIMO SAMO Z USTI

Interdisciplinarno: PSIHOLOGIJA IN PEDAGOGIKA, SOCIOLOGIJA

Raziskovalna naloga

Prostor za nalepko



Maribor, 2014

1 SPLOŠNI DEL NALOGE

1.1 KAZALO

1 SPLOŠNI DEL NALOGE	2
1.1 KAZALO	2
1.2 KAZALO SLIK.....	5
1.3 KAZALO GRAFOV	5
1.4 POVZETEK V SLOVENŠČINI IN ANGLEŠČINI.....	7
1.4.1 Povzetek in ključne besede	7
1.4.2 Povzetek v angleščini	7
2 TEORETIČNI DEL NALOGE	8
2.1 Uvod.....	8
2.1.1 Namen naloge.....	8
2.1.2 Hipoteze	9
2.2 Metodologija dela.....	9
2.3 Na splošno o govoricu telesa.....	10
2.3.1 Metode preverjanja neverbalnih znakov	12
2.3.1.1 <i>Odprta vprašanja</i>	12
2.3.1.2 <i>Zaprta vprašanja</i>	12
2.3.1.3 <i>Molk</i>	13
2.3.2 Merila za analiziranje govoricu telesa	13
2.4 Najpogostejši znaki govoricu telesa	13
2.4.1 Prikimavanje in odkimavanje.....	13
2.4.2 Različni položaji glave	14
2.4.2.1 <i>Pokončna drža</i>	14

2.4.2.2 Postrani nagnjena glava	14
2.4.2.3 Sklonjena glava	14
2.4.3 Skomig	14
2.4.4 »Pobiranje kosmov«	15
2.4.5 Roke na bokih.....	15
2.5.6 Noge čez naslonjalo stola.....	16
2.5.7 Roke za glavo	16
2.5.8 Položaj »start«	16
2.5 Resnica?	17
2.6 Smeh.....	20
2.7 Osebni prostor	20
2.8.1 Zaupno območje.....	21
2.8.2 Osebno območje.....	21
2.8.3 Družabno območje	21
2.8.4 Javno območje.....	21
2.8 Drža	22
2.9.1 Sedenje	22
2.9.2 Ležanje	23
2.9.3 Drža nog	23
2.10 Razlike med kulturami	25
2.11 Mimika	27
2.12 Kretnje rok.....	27
2.13 Razpoloženje	28
2.14 Zanimivosti.....	29
3 DRUŽBENA ODGOVORNOST	30

4 RAZISKAVA.....	31
1.1 Anketa	31
1.2 Delavnice.....	31
1.3 Intervju	32
1.4 Rezultati anket.....	34
5 HIPOTEZE.....	35
6 ZAKLJUČEK.....	37
7 VIRI IN LITERATURA.....	38
8 PRILOGE	39
8.1 Anketni vprašalniki	39
8.1.1 Vprašalnik za 1. razred.....	39
8.1.2 Vprašalnik za 4. razred.....	40
8.1.3 Vprašalnik za 6. in 9. razred, 1. in 2. letnik	41
8.2 Analiza anket.....	43
8.2.1 Analiza anket 1. razred.....	43
8.2.2 Analiza anket 4. razred.....	46
8.2.3 Analiza anket 6. in 9. razreda ter 1. in 2. letnika.....	50
8.4 Delovni list – delavnice.....	59

1.2 KAZALO SLIK

Slika 1: Žalost (avtor: Pascal Krامل)	10
Slika 2: Veselje (avtorica: Hana Krامل)	12
Slika 3: Veselje (avtor: Pascal Krامل)	14
Slika 4: Pobiranje kosmov (osebni arhiv, februar 2014)	15
Slika 5: Roke v bokih (osebni arhiv, februar 2014)	16
Slika 6: Odkritost (avtorica: Hana Krامل)	18
Slika 7: Tri opice (vir: http://pauper-suka.blogspot.com/2010/09/asrej-hais-aser-lo-halach-baacat-resaim.html kopirano: 2. 2. 2014 ob 14:48)	18
Slika 8: Noga osebe na skrajni levi je usmerjena proti izhodu (osebni arhiv, februar 2014) ..	25
Slika 9: Različne kretnje: iztegnjenih pet prstov, iztegnjen palec, s palcem in kazalcem oblikovan krog (http://www.revijaanja.si/2010/10/mali-slovar-gest/ uporabljen 2. 2. 2014 ob 16: 41)	26
Slika 10: Enakovreden stisk roke (osebni arhiv, februar 2014)	28
Slika 11: Jeza (avtorica: Hana Krامل)	28
Slika 12: Prekrižane roke in noge (osebni arhiv, februar 2014)	29
Slika 13: Anketni vprašalnik (osebni arhiv, februar 2014)	39
Slika 14: Anketni vprašalnik 2 (osebni arhiv, februar 2014)	40

1.3 KAZALO GRAFOV

Graf 1:	34
Graf 2:	34
Graf 3:	36
Graf 4:	36
Graf 5:	43
Graf 6:	43
Graf 7:	44
Graf 8:	44
Graf 9:	45

Graf 10:	45
Graf 11:	46
Graf 12:	47
Graf 13:	47
Graf 14:	48
Graf 15:	48
Graf 16:	49
Graf 17:	50
Graf 18:	50
Graf 19:	50
Graf 20:	50
Graf 21:	51
Graf 22:	51
Graf 23:	51
Graf 24:	51
Graf 25:	52
Graf 26:	52
Graf 27:	53
Graf 28:	53
Graf 29:	54
Graf 30:	54
Graf 31:	55
Graf 32:	55
Graf 33:	55
Graf 34:	55
Graf 35:	56
Graf 36:	56
Graf 37:	57
Graf 38:	57
Graf 39:	58
Graf 40:	58

1.4 POVZETEK V SLOVENŠČINI IN ANGLEŠČINI

1.4.1 Povzetek in ključne besede

Za raziskovalno nalogo o govoricu telesa sva se odločili zato, da bi izvedeli več o tej temi ter o njej poučili še druge. Pri raziskovanju sva uporabili različne metode dela; opravili sva več anket, intervju, izvedli sva delavnice, na katerih smo med drugim eksperimentirali z videi, pomagali sva si tudi s spletnimi viri, za podlago teoretičnemu delu najine naloge pa sva imeli v glavnem pisne vire.

V teoretičnem delu naloge sva opisali govoricu telesa na splošno, najpogostejše znake, kretnje, mimiko, držo, razlike med neverbalnimi znaki med kulturami, prepoznavanje razpoloženja neke osebe, kako ugotoviti, da nekdo z nami ni odkrit, naš osebni prostor, smeh, družbeno odgovornost ...

Izvedli sva tudi anketo z otroki različnih starosti, saj sva želeli ugotoviti, kako govoricu telesa, razne znake vidijo in si predstavljajo oni in tudi, koliko do zdaj že vedo o tem. Zato sva z učenci devetega razreda izvedli delavnice na to temo in naredili intervju s strokovnjakom na tem področju.

Na koncu sva potrdili/ovrgli najine hipoteze in prišli do zanimivih zaključkov. Namen najine raziskovalne naloge je bil dosežen; izvedeli sva veliko več o govoricu telesa in o tem poučili tudi druge.

1.4.2 Povzetek v angleščini/Summary and key words

We decided to do a research project on body language in order to find out more about this topic as well as to inform others. We have used various methods of work, such as questionnaires, an interview, workshops where we experimented with video material. We used internet sites, whereas the bases of the theoretical part represented mostly written sources.

The theoretical part includes a description of body language in general, the most common signs, gestures, mimic, posture, the differences of non-verbal signs in different cultures, the recognition of a person's mood, how to decipher whether someone is not honest with us, our personal space, laughter, social responsibility. We have also carried out an inquiry with children of different ages as we wanted to find out in which ways they imagine various signs

and body language as well as how much knowledge of this they already have. For this reason, we had a workshop for students of the ninth grade and interviewed a professional in this field.

In the end we either confirmed or rejected our hypotheses and came to interesting conclusions. The aim of our research project has been achieved as we have learned a lot about our topic and were also able to teach others .

2 TEORETIČNI DEL NALOGE

2.1 Uvod

Nekega dne sva se pogovarjali o tem, kako zanimivo bi bilo, če bi lahko vedno vedeli, kaj si ljudje v resnici mislijo, kako razmišljajo, kdaj so z nami odkriti in kdaj ne. Zato sva se odločili, da bova o tej temi naredili raziskovalno nalogo. O govorici telesa sva namreč že nekaj slišali in prebrali, in zdelo se nama je, da bi bila to zanimiva tema za raziskovanje.

Ob delanju raziskovalne naloge sva želeli podrobneje raziskati to področje, izvedeti, kaj je že znanega o tem, kako na to gledajo najini vrstniki in drugi.

2.1.1 Namen naloge

Namen najine raziskovalne naloge je bil še bolj podrobno raziskati govorico telesa. Tudi ostale sva želeli podučiti o tej temi, torej, kako prepoznavati različne znake. V ta namen sva izvedli tudi anketo in delavnice.

Najini cilji so bili izvedeti, kaj poleg izgovorjenih besed še morava upoštevati v pogovoru z nekom, da izveva, kaj v resnici misli, kako spregledati nekoga, ki nekaj prikriva, predvsem pa, da se čim bolj poučiva o govorici telesa nasploh in izveva čim več o neverbalnih znakih, ki nam pomagajo pri sporazumevanju.

Prav tako sva želeli raziskati, kako govorico telesa zaznavajo različne generacije ljudi. Zato sva v najino raziskavo vključili učence naše šole različnih starosti in z njimi naredili anketo. Želeli sva tudi ugotoviti, kako različna čustva in znake vidijo mlajši otroci (ti so narisali večino slik v nalogi).

2.1.2 Hipoteze

Hipoteza 1: Večina ljudi ne loči laži in resnice v pogovoru.

Hipoteza 2: Ženske bolj ločijo resnico od laži kot moški.

Hipoteza 3: Pri mlajših otrocih je govorica telesa izrazitejša, prav tako jo lažje prepoznavajo.

Hipoteza 4: Ljudje lažje oz. bolje razlikujemo med znaki govornice telesa pri znanih osebah (družinskih članih, prijateljih) kot pri osebah, ki jih ne poznamo.

2.2 Metodologija dela

Pri izdelavi raziskovalne naloge sva uporabili različne metode dela:

- anketo,
- intervju,
- delavnice,
- eksperimentiranje z videi,
- pisne vire,
- spletne vire.

Pri izdelavi naloge sva anketirali ljudi različnih starostnih skupin: učence prvega, četrtega, šestega in devetega razreda osnovne šole ter dijake prvega in drugega letnika srednje šole. Skupaj sva anketirali 246 otrok. Anketa za prvošolce je vsebovala šest risb in fotografij ljudi ter njihovega počutja. Prisostvovali sva pri reševanju anket, hodili od učenca do učenca, in ker še (večinoma) ne znajo pisati, zapisali, kaj so povedali o posamezni risbi/fotografiji. Četrtošolci so imeli na anketah enake risbe/fotografije, pod katerimi so imeli štiri možne odgovore in so nato obkrožili le enega. Učenci šestega in devetega razreda osnovne šole in skupina dijakov prvega in drugega letnika srednje šole so reševali enako anketo, ki je vsebovala enajst vprašanj z najmanj dvema možnima odgovoroma.

Naredili sva tudi intervju s strokovnjakom na tem področju. Pravzaprav sva mu vprašanja poslali po elektronski pošti, on pa je odgovoril nanja.

Z učenci devetega razreda sva naredili delavnico na temo govornice telesa. Najprej sva malo predstavili temo in rezultate ankete. Nato sva jih razdelili v skupine, v katerih so naredili nekaj eksperimentov. Nato smo eksperimentirali z videi. Pokazali sva jim nekaj odsekov nemih filmov, nato pa so prepoznavali telesno govorico igralcev.

Pri delanju raziskovalne naloge sva uporabljali tako različne knjige kot pisne vire, ki so nama bili podlaga za teoretični del najine naloge, poleg tega pa sva uporabili tudi nekaj spletnih virov.

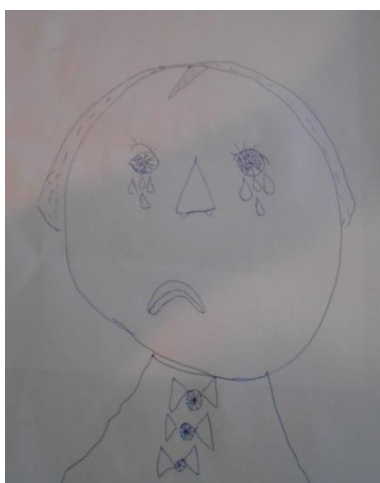
Večinoma sva v teoretičnem delu povzemali iz knjig *Sporočila govorice telesa* avtorice V. F. Birkenbihl, *Neverbalna komunikacija: dopolniti besede in biti prepričljiv* avtorice M. Paladin, ter knjige *Velika šola govorice telesa*, ki sta jo napisala A. in B. Pease.

2.3 Na splošno o govorici telesa

Vedo, ki proučuje govorico telesa, torej telesne gibe in njihovo vlogo pri sporočanju, imenujemo kinezika.

Poznamo dve vrsti znakov: analogne in digitalne. Analogni znaki so pretežno besede, vsebina, verbalni znaki, digitalni pa odnos med sogovorcema in govorica telesa, torej neverbalni znaki. Tem zaupamo bolj kot verbalni komponenti. Analogni znaki posredujejo sporočila, digitalni pa sporočila o sporočilih. Šele ti nam povedo, ali je neko sporočilo mišljeno resno. Neverbalni del komunikacije je bil tudi prvi, ki ga je človek uporabljal za sporazumevanje.

Vsak govori govorico telesa, pa čeprav podzavestno, a le redki jo znajo tudi razložiti, ali pa jo razložijo napačno. Znaki govorice telesa lahko imajo namreč več pomenov. Solze, smeh in stisnjene pesti takoj povežemo z žalostjo, veseljem in bojovito napadalnostjo, vendar ni vedno tako. Poznamo tudi solze veselja, nekdo se lahko smeji oholo ali pa v zadregi, stisnjene pesti pa lahko predstavljajo tudi samopremagovanje, nekaj, čemur se želimo izogniti.



Slika 1: Žalost (avtor: Pascal Krampfl)

Isti znaki govornice telesa lahko pomenijo več stvari. Iz izkušenj vemo, da stisnjene ustnice pomenijo zaprtost vase in do okolja. Verjetnost, da je to res tako, je zelo velika, a vendar ni točnega, 100% dokaza. Zato moramo biti pri prepoznavanju znakov govornice telesa zelo previdni. Dobro je, da potrdimo svoje domneve z vprašanji. En spregledan znak lahko namreč pomen vsega obrne na glavo.

Raziskave Alberta Mehrabiana na tem področju naj bi pokazale, da h končnemu pomenu povedanega 55% prispeva govornica telesa, vokalna komponenta (torej ton in modulacija glasu) 38% in verbalna komponenta (torej to, kar povemo) le 7%. Torej je pri oblikovanju pomena sporočila neverbalna komunikacija pomembnejša. Prav tako je tudi temeljna, ker jo je težje nadzorovati kot verbalno. Če nekdo nekaj zatrjuje z besedami, lahko po njegovi govornici telesa ugotovimo, da to ni res, saj se nekaterih gibov med govorjenjem niti ne zavedamo. Vendar se, tako kot pri skoraj vsaki stvari, vsi ne strinjajo s tem. Po besedah Philipa Yaffe-ja naj bi Mehrabianova raziskava po objavi v strokovnih revijah obkrožila svet preko množičnih medijev v skrajšani obliki in ne pomeni dobesedno tega, da »pravilo 7 odstotkov« velja v vsakdanjem pogovoru. Vseeno pa sva tudi midve mnenja, da je pomen sporočila odvisen tudi od situacije, načina izgovarjave, barve glasu ... Z identičnim besedilom se nas nekdo niti najmanj ne dotakne, medtem ko nas nekdo drug uspe popolnoma prepričati v to, kar govori. Bolj bomo verjeli govornicu, če se bodo analogni in digitalni znaki ujemali. Če bodo skladni, nas bo prepričal. Neskladnost znakov pa bo povzročila nejasen in neprijeten občutek. Ljudi tak govorec ne bo prepričal, ne bodo mu verjeli.

Obvladanje lastne neverbalne komunikacije je lahko tudi velika prednost v poslu, pri pridobitvi službe ipd. To vrsto komunikacije uporabljamo v vsakdanjem življenju, ljudje pa se nanjo tudi nenehno odzivamo.

Nekaterih gibov in kretenj se priučimo, drugi so nam prirojeni. Sesanje je npr. prirojeno oz. podedovano, prirojen pa je tudi nasmeh, prikimavanje in odkimavanje ... Pri branju telesne govornice moramo upoštevati 3 glavna pravila: razlagati moramo kretnje v nizu, iskati skladnost med njimi ter upoštevati okoliščine. Če npr. nekdo sključen in s prekrižanimi rokami ter nogami sedi zunaj, ko sneži in je mrzlo, še ne pomeni, da je do česa odklonilen (razen morda do mraza), ampak le, da ga zebe in se želi zavarovati pred mrazom. Poleg vsega tega pa moramo vzeti v zakup tudi telesne omejitve in prizadetost. Primerjati moramo, kar vidimo in slišimo, upoštevati okoliščine in pri tem pravilno sklepati.

Pri ljudeh je pomemben predvsem prvi vtis, večina ljudi si že po njem ustvari mnenje o nekem človeku. A ne smemo upoštevati le enega znaka, saj je prvi vtis lahko tudi napačen. Oseba ima lahko slab dan, slabe minute, je plašna ...

"Kdor meni, da je »razumel sporočilo govornice telesa kakega človeka«, naj poskuša ugotoviti, ali je dojel prav, namesto da misli, da je človeka spregledal". (Birkenbihl Vera, 1999, str. 26)



Slika 2: Veselje (avtorica: Hana Krامل)

2.3.1 Metode preverjanja neverbalnih znakov

2.3.1.1 Odprta vprašanja

To so vprašanja, na katera ni mogoče odgovoriti z da ali ne. Ta nas dobesedno prisilijo k svobodnemu izražanju svojega mnenja. Kako gledate na to? Kaj menite? Kakšno je vaše mnenje? Pogosteje se uporabljajo v zasebnem življenju.

2.3.1.2 Zaprta vprašanja

Lahko jih uporabimo v poslovnem življenju, če smo v dobrih odnosih s sogovornici. Drugače bi jih lahko razumeli kot poseg v zasebnost. Zdi se, da ste se razjezili? Zgleda, da ti ni všeč? Pogostejša je njihova uporaba v zasebnem življenju.

2.3.1.3 Molk

Večina ljudi začne govoriti, če njihov sogovornik začne molčati. Ta metoda je uspešna predvsem v poklicnem življenju. Če opazimo pri sogovorniku kakšne znake, ki kažejo na njegovo nestrinjanje, skrito mnenje ali kaj podobnega, molčimo, saj bo mogoče čez čas začel govoriti o tem. Ali pa pustimo, da napol izgovorjen stavek obtiči v zraku.

2.3.2 Merila za analiziranje govornice telesa

Govornico telesa lahko zaznavamo in analiziramo na dva različna načina. Bolj se uporablja metoda, kjer opazujemo dogajanje, ki poteka v živo. Zato uporabljamo pet kategorij:

Drža: ki jo govorec zavzema trenutno, tudi razni gibi.

Mimika: izrazi na človekovem obrazu.

Kretnje: govornica rok, dejanja.

Odmik: umik od sogovornika, odmaknjenost.

Ton: vsi pojavi pri govorjenju, razen vsebine; premori, glasnost, način ...

2.4 Najpogostejši znaki govornice telesa

2.4.1 Prikimavanje in odkimavanje

Prikimavanje je v večini kultur znak za »da« ali strinjanje. Pravzaprav je to neko nedokončano priklanjanje. S tem pokažemo svoje strinjanje z mnenjem druge osebe. Ta kretnja je verjetno prirojena za kazanje soglasnosti. Kimanje tudi spodbuja sodelovanje in strinjanje. S počasnim kimanjem poslušalec kaže zanimanje za vsebino govorničevega sporočila, s hitrim prikimavanjem pa sporoča, da je slišal dovolj in želi, da mu govorec prepusti besedo.

Z odkimavanjem pa navadno izražamo svoje nestrinjanje z nečim. Njegov izvor je v dojenju. Kadar nas nekdo prepričuje, da se strinja z nami, medtem pa zmajuje z glavo, mu ni varno zaupati, saj to kaže na neskladnost verbalnih in neverbalnih znakov.

2.4.2 Različni položaji glave

2.4.2.1 Pokončna drža

Ta drža glave je nepristranska. Glava je mirna, včasih govorec poudarja pogovor z rahlim prikimavanjem, roke ima pogosto ob obrazu v »razmišljajoči drži«. Če je glava visoko dvignjena, ta oseba gleda na druge zviška.

2.4.2.2 Postrani nagnjena glava

Če je glava nagnjena postrani, je to znak podredljivosti. Pri tej drži sta izpostavljena vrat in tilnik, tako je oseba videti manjša in manj nevarna. Ta kretnja izvira iz otroštva (počivanje otroške glavice na ramah ali prsih staršev).

2.4.2.3 Sklonjena glava

Sklonjena glava pomeni negativen, kritičen ali napadalen odnos. Če opazimo negativne znake npr. pri svojih poslušalcih, sogovornikih, moramo ukreniti nekaj, da bi jih vključili v razpravo, pridobili za sodelovanje in bi postali udeleženi v pogovoru (če smo uspešni, bodo nagnili glave postrani).



Slika 3: Veselje (avtor: Pascal Krampfl)

2.4.3 Skomig

Pri skomigu si oseba vrat in tilnik, ki sta ranljiva, zaščiti s potegom glave med dvignjena ramena. S tem skuša ustvariti vtis, da je manjša kot v resnici. Ta drža je znana tudi kot »račja glava«. Uporabljamo jo predvsem, kadar gremo mimo koga, ki fotografira ali opazuje razgled, ali pa v službi v pogovoru ali v okolici nadrejene osebe.

2.4.4 »Pobiranje kosmov«

Kadar oseba drugim ne želi oporekati, čeprav ima svoje mnenje, se pojavijo nadomestne kretnje, npr. pobiranje dozdevnih kosmov s svojih oblačil. Takrat ta oseba navadno gleda navzdol in stran od drugih. Najpogosteje ta kretnja pomeni neodobravanje (čeprav ta oseba pravi, da se z vsem strinja – spet neskladnost).



Slika 4: Pobiranje kosmov (osebni arhiv, februar 2014)

2.4.5 Roke na bokih

To je kretnja, ki nam pomaga povečati vtis o dejanski velikosti telesa. S temi znaki zavzamemo več prostora in smo videti večji in opaznejši. Če ima oseba navzgor usmerjene in razširjene komolce, to kaže na gospodovalnost, če pa so komolci in glava nagnjeni postrani, to kaže na podredljivost.

Čeprav je ta položaj poznan tudi kot »položaj pripravljenosti«, je v njegovem osnovnem sporočilu še vedno kanček napadalnosti. Seveda pa moramo pri oceni položaja in sporočila te kretnje, torej rok v bokih, upoštevati tudi okoliščine. Če ima oseba zapet suknjič, to kaže na frustracijo, če pa je suknjič odpet, to kaže na napadalnost (oseba namreč izpostavlja sprednji del telesa brez strahu), prav tako pa kretnjo spremljajo še stisnjene pesti ali razkoračena stoji trdno na tleh.

Te kretnje včasih uporabljajo manekenke, da bi pritegnile pozornost na obleko in da bi poudarile sodobnost in samozavest žensk, ki jim je obleka namenjena. Prav tako kretnjo velikokrat opaziva pri učiteljih in učiteljicah na naši šoli, kadar se jezijo na koga in s tem poudarjajo svojo avtoriteto.



Slika 5: Roke v bokih (osebni arhiv, februar 2014)

2.5.6 Noge čez naslonjalo stola

To kretnjo uporabljajo predvsem moški. S tem položajem se pokaže njihov brezbrizni, neprisiljeni, napadalni odnos in pomanjkanje zanimanja. Ta položaj zagotovo ni primeren za v službo.

2.5.7 Roke za glavo

Tudi ta položaj uporabljajo skoraj samo moški. Je pravzaprav sedeča različica rok v bokih s to razliko, da so komolci tukaj obrnjeni navzven, roke pa so za glavo. Moški jih uporabljajo predvsem za to, da bi zastrašili druge. Takšen položaj običajno zavzamejo osebe, ki (mislijo, da) vse znajo, bi radi pokazali, kako so izobraženi itd. – v glavnem, so vzvišeni. To držo rok za glavo po navadi spremljajo še noge v obliki štirice ali pa razkoračena drža le-teh, kar kaže na to, da se je oseba pripravljena tudi prepirati in prevzeti oblast.

2.5.8 Položaj »start«

To je položaj, pri katerem se oseba skloni naprej z rokami na kolenih ali pa z obema rokama zagradi stol, na katerem sedi. Zdi se, kot da bi bila na startu. Ta položaj kaže na željo po koncu sestanka ipd. Če naš sogovornik to stori na sredi pogovora, je pogovor najbolje končati ali pa ga preusmeriti drugam.

Položaj »start« velikokrat opazava v šoli, ko se približuje konec šolske ure. Učenci začnejo pospravljati svoje šolske potrebščine in sedijo bolj na koncu sedala stola. Ta položaj za naju ni nič posebno novega, vendar zdaj veva tudi to, kako se imenuje in kako ga lahko obvladamo.

2.5 Resnica?

Poznamo dve vrsti laži:

- dobrohotne laži (lažemo drugim zato, da jih potolažimo, nismo do njih nesramni),
- zlonamerne laži (prevara drugega zaradi osebne koristi).

Najbolj nezanesljivi znaki pri prepoznavanju laži in prevar so besede, saj se je te moč naučiti, nad njimi pa imamo ljudje tudi največ nadzora. Iz intervjuja sva izvedeli, da verbalno lažemo kar 7-krat lažje kot telesno. Zato je laž, če upoštevamo le besede, težko odkriti, sploh če z osebo komuniciramo preko telefona ali družabnega omrežja (Facebook, Skype, e-pošta ...).

Najzanesljivejši znaki so kretnje, ki jih ljudje izvajamo nenadzorovano, samodejno. Najpogostejše znake prevare in laži ljudje kažejo na obrazu, saj že majhna neskladnost odkrije naš odnos, mnenje o neki stvari, nasprotje med čustvi.

Številne kretnje izhajajo že iz otroštva. Otrok, ki pove laž, si zakrije usta z rokami. Prav tako tudi najstnik. Zato se te kretnje prenesejo tudi v odraslost, le da so manj očitne kot pri otrocih. Oseba, ki je povedala laž, se rahlo podrgne po ustih oz. okoli ust z rokami ali prsti. Pri laganju so nasploh pogostejše kretnje z rokami po obrazu oz. okoli ust. Prav tako ljudje večkrat pogoltnejo slino.

Ljudi, ki na splošno ne lažejo veliko, pri laži ni težko ujeti, saj so njihove kretnje zelo očitne in jih takoj opazimo. Nasprotno pa imajo "profesionalni lažnivci" že izdelane kretnje, da jih pri laži težko ujamemo. To so npr. igralci, odvetniki, televizijski voditelji ... vendar se pri laži opazijo nekateri znaki le za delček sekunde in jih opazijo le zelo izkušeni poznavalci.

Če lažejo moški, je njihova govorica telesa očitna, roke pa imajo prekrižane ali v žepih. Če pa lažejo ženske, si takoj najdejo zaposlitev, imajo kar naenkrat polne roke dela.



Slika 6: Odkritost (avtorica: Hana Krامل)

Najpogostejše kretnje pri laganju so:

- **Dotikanje ust z roko**

Ta kretnja izhaja iz otroštva, vendar je skozi čas postala manj očitna. Otrok želi s tem, da si prekrije usta, ustaviti laž, ki jo je povedal. Če pa si prekriva usta medtem, ko posluša sogovorca, morda sumi, da ta nekaj prikriva.



Slika 7: Tri opice (vir: <http://pauper-suka.blogspot.com/2010/09/asrej-hais-aser-lo-halach-baacat-resaim.html> kopirano: 2. 2. 2014 ob 14:48)

- **Dotikanje nosu**

Pri laganju se sprošča snov, ki povzroči srbečico v nosu. Ta kretnja je podobna kot pri pokrivanju ust z roko; ta oseba nekaj prikriva oz. laže, ali pa meni, da laže sogovorec.

- **Metje oči**

Z metjem oči želi oseba preprečiti, da bi videla nekaj, česar ne želi videti. Tudi ta kretnja izhaja iz otroštva. Ženske se izogibajo grobim kretnjam, ampak se le rahlo podrgnejo pod očesom, da si ne bi razmazale ličil.

- **Prijemanje uhlja**

Tudi ta kretnja izhaja iz otroštva; ko otrok nečesa ne želi slišati, si zakrije ušesa. Tako se odrasli praskajo po ušesu, se dotikajo ušesne mečice, si upogibajo uhelj ipd. To kretnjo uporabljajo, ko slišijo kaj, kar jim ni všeč oz. menijo, da sogovorec laže ali pa, ko so zaskrbljeni.

- **Praskanje vratu**

S to kretnjo oseba pokaže dvom, negotovost o nečem, popraska se tik pod uhljem.

- **"Vročina za ovratnikom"**

Laži povzročijo tudi ščemenje vratu; ljudje se zato podrgnejo po vratu oz. si zrahljajo ovratnik. Te kretnje se poslužujejo, ko mislijo, da njihovi sogovorci vedo, da so se zlagali.

Šah:

Ko je nasprotnik negotov o naslednji potezi, se pogosto podrgne po ušesu ali nosu. Z dotikom figure lahko ugotovimo, kaj si nasprotnik misli o naši naslednji potezi. Če se dotika nosu ali ušes, se praska po vratu ali si pokrije usta, bo verjetno le s težavo kos naši potezi. Če pa izraža samozavest z rokami v zvoniku, ima že pripravljen protinapad naši potezi.

2.6 Smeh

Pri smehu se izločajo endorfini (naravni telesni zaviralci bolečine, ki jih izločajo možgani). Ti olajšujejo stres, zdravijo telo, dvigujejo razpoloženje.

Ljudje nehote zrcalimo obraze, ki jih vidimo. Težje ostanemo nasmejani ob pogledu na nekoga, ki nas gleda z »ubijalskim pogledom«. Ko so ljudje nedolžni in govorijo resnico, se več smehljajo. Večina lažnivcev (predvsem moških) pa se manj smehlja, ko laže.

Smehljanje nadzorujeta 2 mišični skupini: zigomatična mišica (povezana s kotički ust) in orbikularna mišica (potegne nazaj očesi). Nad zigomatično mišico imamo zavestni nadzor. Razkrijejo se zobje in razširijo lica. Orbikularna mišica pa deluje neodvisno od naše volje. Stisnejo se oči in pokažejo se gubice okoli njih. Pri neiskrenem nasmehu se smejimo le z ustnicami, pri iskrenem nasmehu pa z ustnicami in očmi. Ker lahko zigomatično mišico nadzorujemo, je nasmeh sicer lahko ponarediti, vendar po navadi ne zgleda tako iskren kot pristen nasmeh. Boljši ponarejevalci nasmehov so zagotovo igralci, vendar so tudi sami ljudje in včasih ne morejo povsem prikriti nekaterih čustev, čeprav bi si to morda želeli.

2.7 Osebni prostor

Vsak človek si lasti in ščiti nekaj svojega; tako kot so države opredeljene z mejami, tako ima tudi človek osebno ozemlje, ki si ga lasti.

»... Vsak posameznik ima lastno osebno območje, ki vključuje površine okoli njegove lastnine, kot so dom, ki je obdan z ograjo, notranjost avtomobila, lastna spalnica, osebni stol in določen zračni prostor okoli sebe.«

Allan in Barbara Pease, 2008, str. 190

Ljudje si lastimo nek zračni prostor okoli sebe (predstavljajmo si nekakšen zračni balon okoli svojega telesa), katerega velikost je odvisna od gostote naseljenosti v kraju, kjer smo odraščali. Kadar kdo »nepovabljen« vdre v naš osebni prostor, se lahko počutimo zelo nelagodno. Tako je osebni prostor pogojen s kulturo; tisti, ki odraščajo v gosto naseljenih mestih, večinoma zahtevajo manjši osebni prostor kot tisti, ki take gneče niso navajeni.

Osebni prostor, s katerim smo obdani, delimo na štiri območja. To so zaupno območje, osebno območje, družabno območje in javno območje.

2.8.1 Zaupno območje

To je polmer, ki meri od 15 do 45 cm od telesa. To območje ščitimo kot svojo lastnino, zato vanj dovolimo vstopiti samo tistim osebam, s katerimi smo si čustveno dovolj blizu (ljubimci, partnerji, otroci, zaupni prijatelji, hišni ljubljenci ...). Možno je tudi, da se nam na razdaljo našega zaupnega območja približa kdo, ki je do nas sovražen in gre morda za napad. Obstaja pa še ožje zaupno podobmočje s polmerom do 15 cm od telesa (vanj lahko vstopi samo človek ob intimnem telesnem stiku).

Kadar smo v nekaterih javnih prostorih, npr. v dvigalih, kinematografih, avtobusih, vlakih, koncertih, kjer je velika gneča, se ne moremo izogniti poseganju drugih v naše zaupno območje in tudi sami nenamerno posegamo v zaupno območje drugih; takrat se začnemo ravnati po nenapisanih pravilih in tako rekoč »zamaskiramo« svoj obraz z brezizrazno masko in ga tako »zapremo« pred drugimi (neznanimi) ljudmi, ki so del gneče. Takrat za nas postanejo nekako nevidni, za nas jih ni; to je tudi razlog za to, da v prostorih z veliko ljudmi nenamerne vdora drugih na naše zaupno območje ne razumemo kot napad.

Zasebno območje predstavljata tudi prostor, ki ga oseba redno uporablja ter osebna lastnina. To dvoje bo oseba branila kot svoj osebni prostor; da ji ga kdo ne bi zasedel ali vzel, »svoj« pogosto uporabljeni prostor (za konferenčno mizo, najljubši stol pri mizi, naslanjač v dnevni sobi) označi in s tem nekako zavaruje z osebnimi predmeti, kot so revija, knjiga, svinčnik, pa tudi s kosi oblačil, npr. z jopico.

2.8.2 Osebno območje

To je območje s polmerom od 46 cm do 1,2 m od telesa. V tem območju smo radi predvsem na prijateljskih zabavah, družabnih srečanjih ...

2.8.3 Družabno območje

To je območje s polmerom od 1,2 do 3,6 m od telesa, ki ga upoštevamo ob stiku s tujci oz. z ljudmi, ki jih ne poznamo dovolj dobro (npr. z vodovodarjem, električarjem, prodajalcem, novim sodelavcem ipd.).

2.8.4 Javno območje

To je območje s polmerom več kot 3,6 m od telesa, ob upoštevanju katerega se počutimo dobro, ko nagovorimo večjo skupino ljudi.

Moški pri stikih med seboj povečujejo opisane razdalje, ženske pa jih zmanjšujejo; poleg tega se ženske med seboj več dotikajo in gledajo v obraz kot moški.

Ko zasedemo neko mesto na sedežu v kinodvorani, pri obešanju oblačil in brisač na obešalnike (v skupnih prostorih, kjer je obešalnikov več, npr. v športni garderobi) itd. se po navadi držimo nekih nenapisanih pravil: sedemo na sredino med koncem vrste in najbližjim gledalcem v kinodvorani, brisačo obesimo na sredino med konec obešalnikov in najbližji zaseden obešalnik ipd. Potrudimo se, da ne bi sedli/obesili brisače preblizu, da »sosed« ne bi prestrašili, hkrati pa ne sedemo/obesimo brisače predaleč, da najbližjega »sosed« ne bi užalili.

Pri stikih z ljudmi moramo biti pozorni na njihovo kulturo, saj imajo v nekaterih kulturah potrebo po večjem osebem in zaupnem prostoru, v nekaterih kulturah pa so potrebe po takih območjih manjše. Pri stikih moramo biti torej pazljivi, da se sogovorniku ne bi nenamerno zamerili z vdorom v njegov zaupni ali osebni prostor in pa da ga ne bi užalili s preveliko oddaljenostjo.

2.8 Drža

Veliko lahko sklepamo tudi iz drže človeka. Če je njegova drža odprta, pogled pa usmerjen naravnost, potem to nakazuje na odkritost. Njegova drža pa je lahko tudi zaprta, ima zavarovano vratno žilo, ramena so zgrbljena in/ali glava med rameni.

Če je oseba nagnjena nazaj in usmerja pogled od zgoraj navzdol, to kaže na ošabnost. Če pa je nagnjena naprej, to pomeni negotovost (vendar ni vedno tako – upoštevati moramo tudi telesno višino opazovanega).

2.9.1 Sedenje

Poznamo več značilnih položajev pri sedenju:

- **Bežeči položaj**

Oseba se počuti slabo, negotovo (npr. v zobozdravstvenih čakalnicah), telesna teža je pred boki (hitra možnost pobega, sploh, če so noge v koraku), tudi notranje je na begu, računati moramo na psihološko meglo – ovira dobro sprejemanje informacij (do naslovnika v

položaju bega pridejo le še delčki tega, kar mu kdo pošilja). Vendar moramo svoje domneve preveriti z vprašanji (morda koga boli hrbet ali pa bi rad šel na stranišče).

- **Drža pričakovanja ali pozornosti**

Oseba je pripravljena sprejemati okolje in se mu približati (prožnost, odprtost). Če jo res upoštevamo, povzroča tudi notranjo odprtost, znamenje zanimanja – sklanjanje zaradi zanimanja se od položaja bega ločuje po tem, da je pri slednjem glava nagnjena navzdol in je pogled tako usmerjen od spodaj navzdol, če sploh je stik z očmi, pri nenadni sklonjenosti naprej zaradi zanimanja pa je prisotna še dvignjena glava, torej odprt in zainteresiran pogled naravnost.

2.9.2 Ležanje

Do zdaj se še ni zelo veliko ljudi ukvarjalo z vprašanjem, ali lahko naš položaj telesa, v katerem spimo, kaj pove o nas. Da to o nas res lahko nekaj pove, meni ameriški psihiater Samuel Dunkell. Ugotovil je, da ljudje spimo v različnih položajih:

- **Položaj fetusa** (človek je popolnoma zvit, ima zaprto držo): Preko dneva in tudi ponoči kaže človek, ki tako spi, močno potrebo po zaščiti, po središču oz. jedru, na katerega se lahko opre ob gradnji svojega življenja okoli tega središča.
- **Spanje na trebuhu**: Oseba, ki tako spi, ne mara presenečenj in je pod pritiskom, da sam določa tok dogodkov okoli sebe.
- **Spanje na hrbtu**: Človek, ki tako spi, ima občutek varnosti in zaupa vase; počuti se kot kralj ali kraljica spanja in tudi vsega dnevnega veselja.
- **Polfetalni položaj**: Tako spi 75% ljudi. Pri tem položaju telesa med spanjem se ohranja toplota, kljub temu pa lahko zrak svobodno kroži okoli telesa. Najpomembnejši deli trupa (predvsem psihološko središče, srce) so zaščiteni. Ljudje, ki radi tako spijo, so se svetu pametno prilagodili; so večinoma uravnoteženi ljudje, ki so v sebi trdni in se znajo prilagajati dejstvu brez posebnih psihičnih omejitev.

2.9.3 Drža nog

»Čim dlje od možganov je telesni del, tem manj se zavedamo njegovega gibanja.«

(Allan in Barbara Pease, 2008, str. 205.)

Zato se ljudje večinoma najbolj zavedamo mimike svojega obraza, malo manj rok, še manj prsi in trebuha, najmanj pa nog in stopal – na njih pravzaprav večinoma kar pozabimo.

»To pomeni, da so noge in stopala pomemben vir podatkov o razpoloženju neke osebe, ker se večina ljudi ne zaveda, kaj počnejo z njimi.« (Allan in Barbara Pease, 2008, str. 205.)

Noge so pri človeku mišljene za približanje zelenemu in izogibanju neželenemu. Tako z njimi pokažemo, kam želimo iti oz. noge tudi pokažejo, ali želimo ostati pri pogovoru ali pa bi raje odšli. Tako npr. ženska prekriža roke na prsih in noge stran od moškega, kadar zanjo ni zanimiv, v nasprotnem primeru (ko jo moški zanima) pa se odpre proti njemu.

Z zibanjem z nogami pa oseba nezavedno sporoča, da bi rada pobegnila iz stanja, v katerem se nahaja. To zibanje sva opazili že tudi pri pouku, ko je učiteljica nekoga nekaj vprašala, pa ta oseba ni znala odgovoriti. Učiteljica ni bila zadovoljna, vprašana oseba pa je pod mizo zibala z nogami, kot da bi v tistem trenutku rada pobegnila od tam.

Poznamo štiri glavne stoječe položaje. To so:

- **Stoja v pozoru:**

Je uraden položaj in kaže na neopredeljeno stališče (oseba noče ne sodelovati ne oditi). Tako stojijo npr. učenci v pogovoru z učiteljem, mlajši uradniki v pogovoru s starejšimi, zaposleni, kadar govorijo s šefom ...

- **Razkoračena stoja:**

Tako stojo uporabljajo predvsem moški. Z nogama so trdno vkopani v tla in s tem kažejo, da ne nameravajo oditi. Ker jim daje videz »mača«, je ta položaj pri moških v uporabi za kazanje premoči. Opazimo ga lahko tudi v raznih filmih (npr. v filmih o kavbojih).

- **Z eno nogo naprej:**

Pri tej stoji je teža telesa na enem boku, sprednja noga pa kaže naprej. Navadno jo usmerimo tja, kamor bi radi šli (kot prvi korak proti cilju). Če smo v skupini, je naša vodilna noga usmerjena proti osebi, ki je za nas najzanimivejša. Če pa si želimo oditi, je ta noga usmerjena proti izhodu.



Slika 8: Noga osebe na skrajni levi je usmerjena proti izhodu (osebni arhiv, februar 2014)

- **Prekrižane noge:**

Kažejo na zaprt, podrejen ali obramben odnos. Pri ženski pomeni, da ne bo odšla, temveč, da namerava ostati, poleg tega pa še, da zapira dostop do sebe. Pri moškem ta položaj prav tako pomeni, da bo ostal, vendar ga prekrižane noge nekako ščitijo.

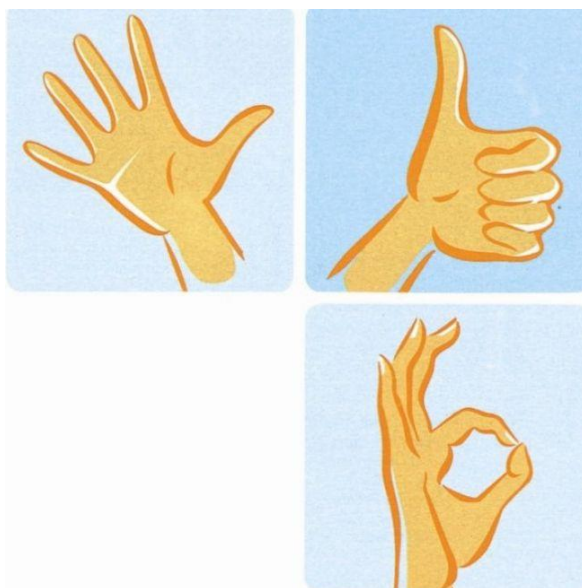
Srečamo se tudi z ljudmi, ki včasih rečejo, da jih zebe ali pa, da jim je udobno, kadar prekrižajo roke ali noge. Če koga zebe, vtakne roke pod pazduhe, da si jih pogreje, prekrižane noge pa so navadno toge, ravne ter stisnjene druga k drugi. To se razlikuje od prekrižanih rok ali nog zaradi negotovosti ali obrambe. Takrat oseba vtakne roke za komolce, prekrižane noge pa so v bolj sproščenem položaju.

2.10 Razlike med kulturami

O tem, ali obstajajo univerzalni znaki govornice telesa, ki bi v vsaki deželi, družbi, državi sporočali isto, si znanstveniki niso enotni. Vendar je zagotovo, da vsi znaki povsod ne pomenijo enako, zato moramo biti pozorni, da ljudi iz drugih kultur pomotoma ne užalimo. Čeprav veliko ljudi misli, da je tudi glede prikimavanja in odkimavanja povsod po svetu

enako, to ne drži. Odkimavanje v večini držav pomeni tudi 'da', prikimavanje pa, npr. v Bolgariji, pomeni 'ne'. Pri Japoncih prikimavanje pomeni »da, poslušam te«; ne nujno strinjanje, gre zgolj za vljudnost.

Ljudje veliko kažemo z rokami. Vendar ti znaki tako kot vsi ostali ne pomenijo v vseh kulturah in državah enako. Če s palcem in kazalcem ustvarimo krog, bodo Evropejci ta znak razumeli kot odlično oz. OK, na Japonskem kot kovanci oz. denar, v Tuniziji, Belgiji, in Franciji bodo to razumeli kot ničlo, v nekaterih državah pa je to celo žaljivka.



Slika 9: Različne kretnje: iztegnjenih pet prstov, iztegnjen palec, s palcem in kazalcem oblikovan krog (<http://www.revijaanja.si/2010/10/mali-slovar-gest/> uporabljeno 2. 2. 2014 ob 16: 41)

Iztegnjena palec in kazalec bosta v Združenih državah Amerike priklicala natarja, v Evropi bosta pomenila 2, v Veliki Britaniji, Novi Zelandiji in Avstraliji 1, Japonca pa bosta užalila.

Dvignjen palec v veliko državah pomeni »v redu«, v Evropi tudi 1, na Japonskem moški ali pa 5, v Grčiji pa je to žaljivka. Pet iztegnjenih prstov pa pomeni v Evropi število 5 ali pa znak za STOP (če je roka dvignjena in iztegnjena). Medtem ko v Aziji, če kdo uporabi to kretnjo v pogovoru, sogovorniku očita, da ne govori resnice.

Prav tako ni dobro, če bi si pred Azijci obrisali nos v robec, saj bi jih naše dejanje ogorčilo.

2.11 Mimika

Mimika so vsi pojavi na človeškem obrazu - poteze obraza, stik s pogledom in njegovo smer, psihosomatski procesi (npr. prebledevanje), vsa gibanja glave (npr. prikimavanje).

Obvladovanja svoje govorice telesa se lahko do neke mere naučimo. Zelo težko pa je obvladovati oz. manipulirati obrazne mišice. Manus po latinsko pomeni roka. Da bi kaj manipulirali oz. obvladali, moramo dobro poznati svoje obrazne mišice, ki pa jih ne poznamo dovolj dobro; običajno niti ne vemo, kako izgledamo oz. kako delujemo na druge.

Študij obraza lahko razdelimo na mimiko in na videz (fiziognomija) – običajne poteze posameznikovega obraza.

2.12 Kretnje rok

Če imajo ljudje, ko poslušajo sogovorca ali predavatelja prekrižane roke, lahko tudi noge (s tem se zavarujejo in skrivajo), si zapomnijo veliko manj povedanega. Roke, prekrižane na prsih, namreč kažejo na odklonilen odnos, odpor do nekoga oz. nestrinjanje z njim.

Dlani, obrnjene navzgor, pomenijo pri ljudeh znak odkritosti ali prošnje. Če pa ima oseba dlani obrnjene navzdol, to pomeni neko avtoriteto, ta oseba želi »vladati« (npr. pri držanju para za roke – tisti, katerega dlan je zgoraj, je običajno »vodilni«).

Tudi iz načina rokovanja lahko veliko izvemo o neki osebi. Če ima oseba dlan obrnjeno navzdol, s tem nakazuje svojo premoč. Če je stisk roke čvrst in usmerjen v zunanji svet, je človek odkrit. Če stisk roke ni čvrst, je človek plašen, nevrotičen, nervozen. Kadar pa želita dve gospodovalni osebi druga drugo roko pri rokovanju obrniti v podrejeni položaj, pride to enakovrednega položaja, ker nobena od oseb ne želi popustiti.

Kadar se rokujeta dva vplivna človeka (npr. predsednika, direktorja, voditelja ...) in ju med rokovanjem fotografirajo, ima prednost tisti, ki je na levi strani fotografije, ker se zdi, da ima vodilni položaj zaradi lažjega dosega zgornjega položaja roke.



Slika 10: Enakovreden stisk roke (osebni arhiv, februar 2014)

Nekateri stiski roke so popolnoma neprimerni in izpadejo kot nespoštovanje do tistega, s katerim se rokujemo. Najpogostejši taki stiski so na primer »mrtva riba« (človek ni zainteresiran za srečanje), »drobilec kosti« (zelo močan in napadalen stisk roke), podoben je tudi železni prijem, pa tudi »stisk prstov« (oseba zgreši roko, ima premalo zaupanja vase) in drugi.

2.13 Razpoloženje



Slika 11: Jeza (avtorica: Hana Krامل)

Vihanje zgornje ustnice in širjenje nosnic pomeni, da je oseba jezna.

Znaki telesne govorice, ki nakazujejo kritično ocenjevanje, so roka na obrazu (iztegnjen kazalec ob licu, drugi prsti pokrivajo usta, palec podpira brado), tesno prekrižane noge, ena roka je pred telesom (kar nakazuje obrambo) in sklonjeni brada ter glava (odklonilno, sovražno).

Če ima človek roke v žepih, ne želi sodelovati v pogovoru. Prekrižane roke, noge ali oboje nakazujejo, da je oseba prestrašena ali pa se želi braniti.



Slika 12: Prekrižane roke in noge (osebni arhiv, februar 2014)

2.14 Zanimivosti

- 7 od 10 ljudi prekriža levo roko čez desno.
- Včasih, ko smo zaskrbljeni, se gladimo po laseh. To izhaja iz otroštva, ko so nas starši za pomiritev božali po glavi.
- Matere so s svojim otrokom na začetku še na nebesednem kanalu, zato so večkrat prav one tiste, ki lažje prepoznavajo nebesedne znake telesne govorice.
- Ženske imajo v svojih možganih 14 do 16 prostorov za presojo ljudi, moški pa 2 do 4.
- Z odkritimi dlani spodbujamo odkritost drugih.
- Prvi vtis o človeku si ustvarimo v prvih nekaj minutah. Nanj vpliva tudi rokovanje.
- Predšolski otrok se zasmeji povprečno 400 - krat, odrasla oseba pa 15 - krat na dan.

- Samo 15% smeha je povezanega s šalami, več ima opraviti s povezovanjem med ljudmi.
- Dojenčice se smehljajo več kot dojenčki; to imajo prirojeno.
- Če se moški poteguje za podbradek, se zaveda, da se je zredil in je v zadregi.
- Če si ženska gladi obleko navzdol, se zaveda svojih premočnih stegen.
- Oseba s trepljanjem po hrbtu pri objemu drugi osebi sporoča, da je objema konec in da naj popusti prijem.
- Pozitivna čustva povzročijo prikimavanje, prikimavanje pa povzroči pozitivna čustva.
- Roka na bradi in glajenje brade spodbujata ljudi, da govorijo še naprej.

3 DRUŽBENA ODGOVORNOST

Vsak človek, skupina in organizacija bi se morali obnašati družbeno odgovorno, sprejeti posledice svojega vpliva na druge ljudi ter delovati predvsem zato, da bi pripomogli k trajnostnemu razvoju človeka.

Tudi najina raziskovalna naloga prispeva k družbeni odgovornosti. Zasnovali sva jo z namenom, da bi kaj več izvedeli o govorici telesa, hkrati pa o njej poučili tudi druge. Upava, da se bo čim več ljudi začelo bolj zavedati pomena govorice telesa, na kar bi lahko vplivala tudi ta raziskovalna naloga. Ena izmed prednosti poznavanja človeške govorice telesa je ta, da pripomore k prepoznavanju poštenosti oz. nepoštenosti našega sogovornika. Tako lahko poskrbimo, da odpravimo nepoštenosti v naših pogovorih in se jih raje lotimo odkrito. Poleg tega lahko z znanjem o govorici telesa lažje prepoznamo morebitno stisko sočloveka, jo hitreje zaznamo in tako tudi hitreje reagiramo in pomagamo človeku, kar je zagotovo neka oblika odgovornosti, ki jo imamo do njega in do družbe. Kdor se spozna na govorico telesa, lahko skozi življenje stopa bolj samozavestno, pomaga pa mu lahko tudi pri iskanju službe, trgovanju ipd. S poznavanjem kulturnih razlik (tudi govorice telesa) si zagotovimo spoštovanje mednarodnih norm obnašanj, ne da bi koga (iz druge kulture) nehote užalili. Poleg vsega tega pa želiva z raziskovalno nalogo opozoriti tudi na to, da se naj znanje o človeški govorici telesa uporablja etično, torej predvsem pošteno in pravično, pri tem pa naj se upoštevajo vse človekove pravice. Obvladanje govorice telesa ne sme biti podlaga za manipulacijo (preračunljivo ravnanje, dejanje) s komerkoli ali čemerkoli.

4 RAZISKAVA

1.1 Anketa

Naredili sva anketo z otroki različnih starosti; učenci prvega (29 deklic in 32 dečkov), četrtega (27 dečkov in 36 deklic), šestega (23 dečkov in 27 deklet) in devetega razreda (24 dečkov in 21 deklet) ter z dijaki prvega in drugega letnika (8 dečkov in 19 deklet). Skupaj sva anketirali 246 otrok; 132 deklic in 114 dečkov.

Izdelali sva tri različne ankete; eno za učence prvega razreda, drugo za učence četrtega razreda. Enako anketo so reševali učenci šestega in devetega razreda ter dijaki prvega in drugega letnika.

V anketi za prvošolce je bilo šest risb, na katerih so bili ljudje z različnimi znaki telesne govorice. Ker večinoma še ne znajo pisati, sva njihove odgovore zapisali midve. Četrtošolci so imeli na anketah enake risbe/fotografije, pod katerimi pa so imeli po štiri možne odgovore in so nato obkrožili enega. Učenci šestega in devetega razreda osnovne šole in skupina dijakov prvega in drugega letnika srednje šole so reševali isto anketo, ki je vsebovala enajst vprašanj.

Odgovori in analiza vseh anket so v prilogi.

1.2 Delavnice

Z učenci devetega razreda sva naredili tudi delavnice na temo govorice telesa. Najprej sva jim predstavili temo, različne neverbalne znake, med drugim sva opisali in prikazali še nekaj značilnih stiskov rok ter znakov pri laganju in jim na kratko povedali še nekaj o rezultatih ankete, ki so jo reševali tudi oni. Nato sva jih razdelili v skupine, v katerih so naredili nekaj eksperimentov. Pred razred sva poklicali nekaj prostovoljcev. Vsak izmed njih je povedal neko zgodbo/anekdoto, ki si jo je lahko tudi izmislil. Učenci so opazovali govorca in njegovo telesno govorico. Vsaka skupina se je nato med sabo pogovorila o tem, ali mislijo, da je govorec lagal, ali govoril resnico. Mnenje skupine so zapisali na delovni list (ki je v prilogi). Na koncu je govorec povedal, ali je govoril resnico ali pa si je opisani dogodek izmislil. Nato so v skupini zapisali še druge znake govorice telesa, ki so jih opazili.

Prav tako smo eksperimentirali z videi. Pokazali sva jim nekaj odsekov nemih filmov. Na delovni list so zapisali znake telesne govorice igralcev in njihov pomen. Tako sva lahko primerjali njihovo prepoznavanje govorice telesa znanih in neznanih oseb.

1.3 Intervju

Opravili sva intervju z gospodom Bojanom Krajncem, univ. dipl. ekon., strokovnjakom na področju govorice telesa.

1. Kaj je pravzaprav Vaš poklic, s čim se ukvarjate?

Ukvarjam se z izobraževanjem in treningi s področja prodaje, komunikacije in vodenja.

2. Kdaj ste se začeli ukvarjati z govorico telesa?

Profesionalno pred petimi leti.

3. Kaj Vas najbolj pritegne pri tem?

Dejstvo, da je telo kompleksen sistem vzorcev, ki ga ni možno »prelisičiti«. Tako je npr. verbalno 7 – krat lažje lagati kot telesno!

4. Kako poteka vaše delo?

Po navadi me naročniki povabijo k sodelovanju, nato pripravimo na osnovi njihovih izzivov in poslovnih problemov načrt delavnice, sledi izvedba in prenos veščin v prakso.

5. Ali tudi, ko niste v službi, zavestno ali podzavestno opazujete in vrednotite telesno govorico ljudi?

Seveda, to je pri meni že samodejni avtomatizem. Nekateri razumejo to kot profesionalno deformacijo.

6. S kom vse sodelujete pri delu (komu svetujete, predavate ...)?

Slovenskim podjetjem, ki se zavedajo, da je učenje neprekinjen proces in ki investirajo v ljudi.

7. Kakšen pomen pripisujete govoricu telesa?

Izjemen. Dejstva kažejo, da predstavlja govoricu telesa (body language) približno 55% celotne sporočilnosti v komunikaciji. Sledi verbalna komunikacija z 38% (kar povemo) in glas z 7% (kako nekaj sporočimo oz. povemo).

8. Mislite, da bi morali ljudi bolj poučiti o govoricu telesa? Menite, da o tem vemo premalo?

Ljudje se naučimo že kot otroci intuitivno brati telesno govoricu in uporabljati tudi t. i. metodo zrcaljenja (prilagajanja telesne govornice sogovornika). Kasneje tekom razvoja to sposobnost nekako opustimo. Vsekakor bi to bilo koristno: najprej se zavedati lastnih telesnih vzorcev in nato še razumeti čustvena stanja ostalih, ki se odražajo skozi telesno govoricu.

9. Kje mislite, da je znanje o govoricu telesa lahko koristno?

Pri vseh oblikah osebne komunikacije, še posebej v tistih poklicih, ki temeljijo na tem (npr. učitelji, prodajalci ipd.).

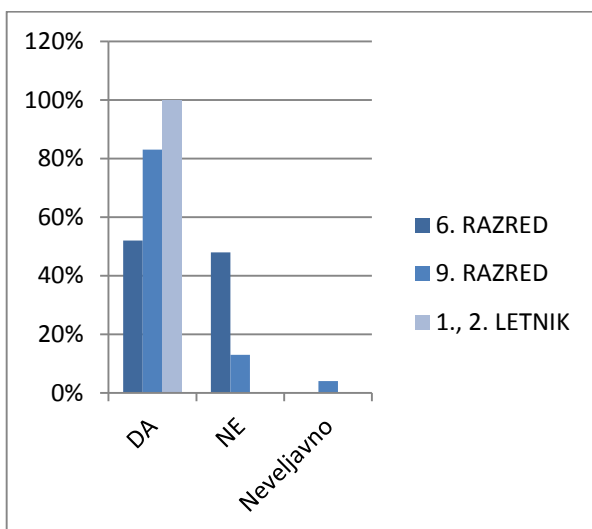
10. Imate še kakšen nasvet za naju?

Opazujta skladnost v komunikaciji (ali telo dejansko tudi odraža to, kar nekdo sporoča) in začnita najprej z opazovanjem vzorcev pri sebi.

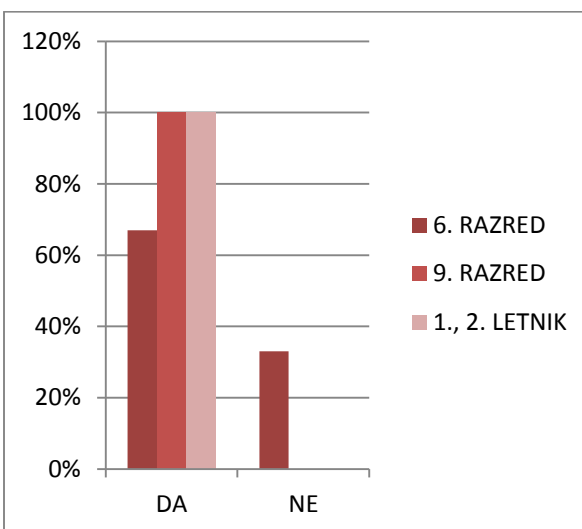
1.4 Rezultati anket

Ob analizi anket učencev prvega razreda sva ugotovili, da jih večina dobro prepozna počutja oseb na slikah, prav tako so se dobro odrezali učenci četrtil razredov. Zanimivi so bili tudi odgovori pri anketi za učence šestih in devetih razredov ter dijake prvega in drugega letnika. Kot sva pričakovali, jih večina še ni slišala za kineziko (torej za vedo, ki proučuje govorico telesa), se pa je odstotek tistih, ki so slišali zanjo, pričakovano povečeval hkrati z naraščanjem starosti anketirancev (največ tistih, ki so že slišali za kineziko, je bilo srednješolcev, najmanj pa šestošolcev). Večina anketirancev pa je že slišala za govorico telesa. Med drugim sva ugotovili tudi, da dosti učencev/dijakov misli, da je znanje o govorici telesa lahko koristno pri poslu in poučevanju, kar nekaj glasov pa je dobilo tudi igranje šaha.

Graf 1:



Graf 2:



Grafa prikazujeta odgovore dečkov (levi graf) in deklic (desni graf) na vprašanje 1 v anketi (Ste že slišali za govorico telesa?)

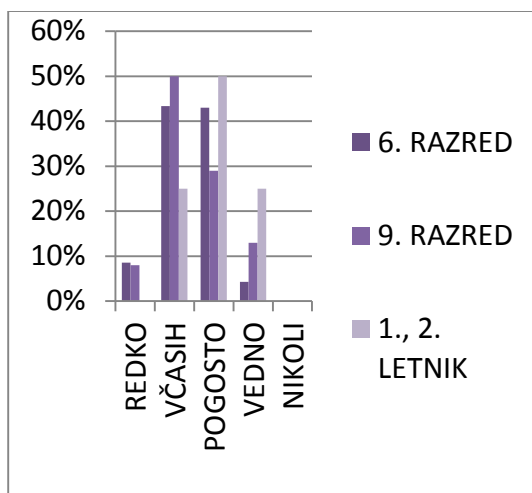
5 HIPOTEZE

Hipoteze	Potrjena/ovržena	Utemeljitev
Hipoteza 1: Večina ljudi ne loči laži in resnice v pogovoru.	Ovržena.	Glede na anketo in delavnice, ki sva jih izvedli, večina anketirancev loči laž in resnico v pogovoru.
Hipoteza 2: Ženske bolj ločijo resnico od laži kot moški.	Potrjena.	Na podlagi rezultatov delavnic so ženske (deklince) večkrat ugotovile, ali gre za resnični ali izmišljeni dogodek.
Hipoteza 3: Pri mlajših otrocih je govorica telesa izrazitejša, prav tako jo lažje prepoznavajo.	Delno potrjena.	Pri mlajših otrocih je sicer, kot sva izvedeli iz literature, telesna govorica bolj izrazita, a jo prepoznavajo slabše oz. enako dobro kot starejši.
Hipoteza 4: Ljudje lažje oz. bolje razlikujemo med znaki govorice telesa pri nam znanih osebah (družinskih članih, prijateljih) kot pri osebah, ki jih ne poznamo.	Potrjena.	Večina ljudi že dobro pozna posamezne znake telesne govorice svojih bližnjih, s katerimi so v stiku vsak dan.

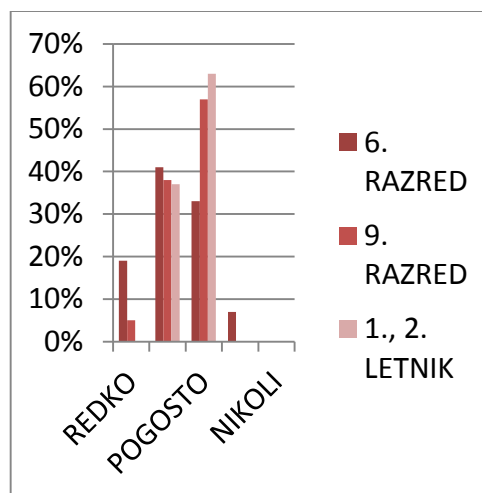
Hipoteza 1: Večina ljudi ne loči laži in resnice v pogovoru.

Hipotezo sva ovrgli. Glede na vprašanje 2 (Ali opazite, če se vam kdo zlaže?) pri anketi in na odgovore na delovnem listu pri delavnicah, ki sva jih izvedli, večina anketirancev loči laž od resnice v pogovoru. V anketi jih je na zgoraj navedeno vprašanje večina odgovorila z *včasih* ali *pogosto*. Tudi pri odkrivanju neodkritosti govorcev na delavnicah se jih je večina dobro odrezala.

Graf 3:



Graf 4:



Grafa prikazujeta odgovore dečkov (levi graf) in deklic (desni graf) na vprašanje 2 v anketi (Ali opazite, če se vam kdo zlaže?)

Hipoteza 2: Ženske bolj ločijo resnico od laži kot moški.

To hipotezo sva potrdili na podlagi delavnic in pisnih virov. Ženske oz. deklice so na delavnicah večkrat pravilno ugotovile, ali si je govorec povedano izmislil, ali pa je govoril resnico. Poleg tega imajo, sodeč po najini literaturi, ženske v svojih možganih 14 do 16, moški pa 2 do 4 prostorčke za presojo ljudi.

Hipoteza 3: Pri mlajših otrocih je govorica telesa izrazitejša, prav tako jo lažje prepoznavajo. To hipotezo sva delno potrdili; glede na to, kar sva prebrali v najinih pisnih virih in sodeč po tem, kar opažava pri najinih mlajših sorojencih ter drugih mlajših otrocih (npr. na naši šoli), je govorica telesa pri njih zagotovo izrazitejša. Če ne odgovorijo po resnici, to težje prikrijejo, poleg tega velikokrat ne skrivajo svoje jeze, žalosti, veselja in drugih čustev. Tako je prvi stavek te hipoteze potrjen, drugega pa sva ovrgli, saj starejši otroci niso slabše prepoznavali govorice telesa kot mlajši otroci.

Hipoteza 4: Ljudje lažje oz. bolje razlikujemo med znaki govorice telesa pri nam znanih oseb (družinskih članih, prijateljih) kot pri osebah, ki jih ne poznamo.

To hipotezo sva potrdili, saj so učenci na izvedenih delavnicah bolje prepoznavali govorico telesa svojih sošolcev, prijateljev, torej ljudi, s katerimi se družijo skoraj vsak dan, kot pa telesno govorico igralcev v nemih filmih, torej govorico telesa njim neznanih oseb.

6 ZAKLJUČEK

Z izdelavo svoje raziskovalne naloge sva dosegli svoj namen. Izvedeli sva veliko več o govorici telesa, kot sva vedeli prej, poleg tega pa sva o tem učili tudi druge na delavnicah. Ugotovili sva, da ljudje kar dobro razlikujejo laž in resnico v pogovoru in tako ovrgli najino prvo hipotezo. Če bi se odločili za nadaljnjo raziskavo, za katero bi potrebovali še več časa, bi jo lahko razširili še na več starostnih skupin, npr. tudi na starostno skupino nad 20 oz. 30 let itd., kar bi nama lahko prineslo še natančnejše rezultate. Pravilno sva predpostavili, da ženske bolj ločijo resnico od laži kot moški, ter da ljudje lažje prepoznavamo govorico telesa pri znancih kot pri neznancih, vendar bi lahko pri tej točki pri nadaljnjih raziskavah še izboljšali najino anketo (za šesti, deveti razred ter srednjo šolo) in drugače zastavili tretje vprašanje o prepoznavanju govorice telesa pri ljudeh. Ugotovili sva tudi, da je govorica telesa mlajših otrok sicer izrazitejša, vendar je ne prepoznavajo bolje kot starejši.

Tako sva spoznali, da je govorica telesa zelo zanimivo in kar zahtevno področje, pri katerem ni pomembna le teorija, temveč predvsem praksa. V nadaljnji raziskavi bi se lahko udeležili kakšnega tečaja ali predavanja na to temo. Sicer pa sva z rezultati najinih raziskav zadovoljni.

7 VIRI IN LITERATURA

PISNI VIRI

Birkenbihl, V. F. 1999. Sporočila govornice telesa. Ljubljana: Center za tehnološko usposabljanje.

Paladin, M. 2011. Neverbalna komunikacija: dopolniti besede in biti prepričljiv. Nova Gorica: Educa, Melior.

Velika šola govornice telesa. 2008. Ljubljana: Mladinska knjiga.

INTERNETNI VIR LITERATURE

<http://ubiquity.acm.org/article.cfm?id=2043156> (uporabljeno: 2. 2. 2014 ob 14:14)

INTERNETNI VIRI FOTOGRAFIJ

Slika 7: <http://pauper-suka.blogspot.com/2010/09/asrej-hais-aser-lo-halach-baacat-resaim.html> (uporabljeno: 2. 2. 2014 ob 14:48)

Slika 9: <http://www.revijaanja.si/2010/10/mali-slovar-gest/> (uporabljeno: 2. 2. 2014 ob 16: 41)

VIR OSTALIH FOTOGRAFIJ

Slike 4, 5, 8, 10, 12, 13, 14: Osebni arhiv avtoric (februar 2014)

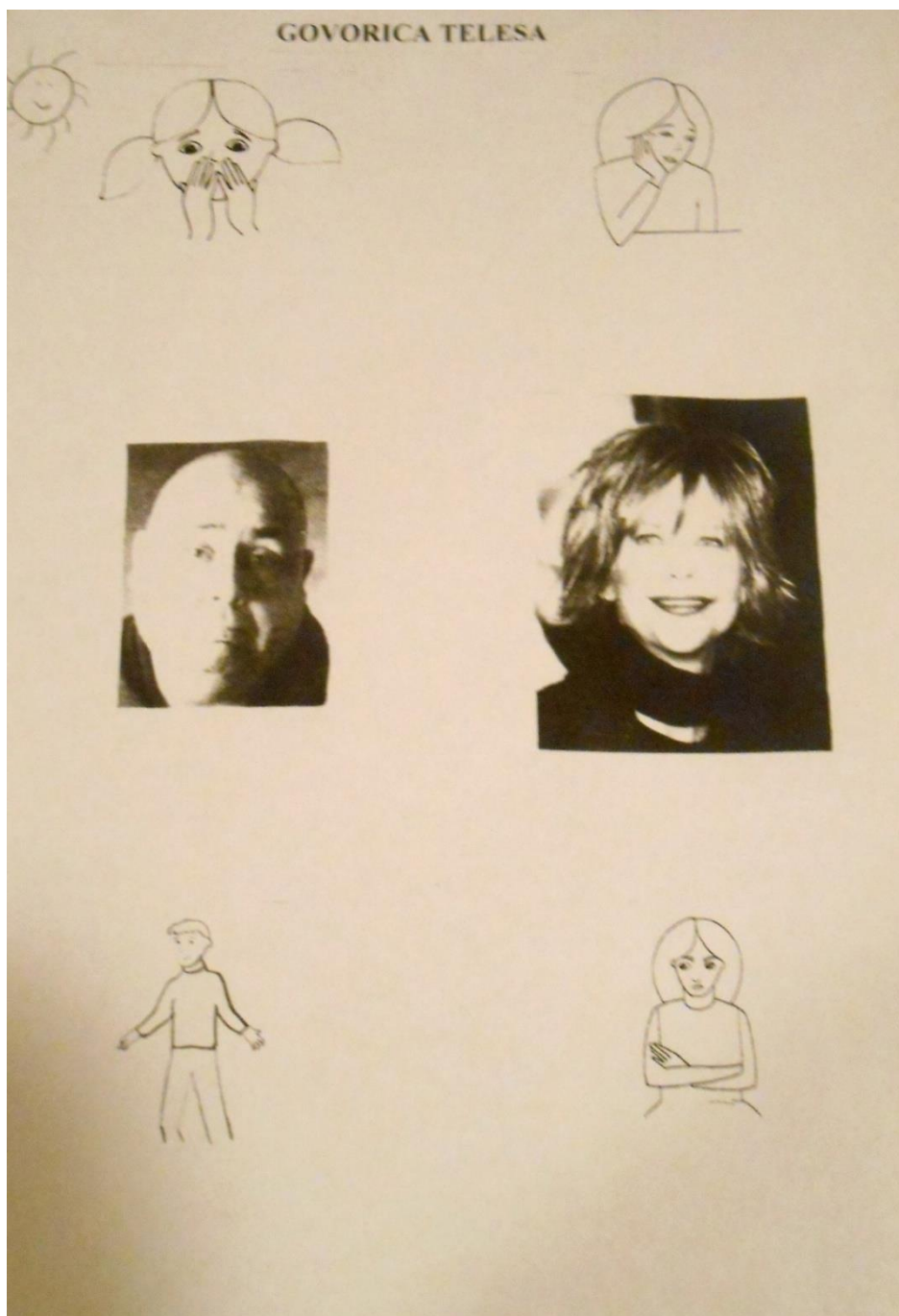
Slika 1 in slika 3: Avtor: Pascal Krامل

Slike 2, 6 in 11: Avtorica: Hana Krامل

8 PRILOGE

8.1 Anketni vprašalniki

8.1.1 Vprašalnik za 1. razred





Slika 13: Anketni vprašalnik (osebni arhiv, februar 2014)

(Vir slik na anketi: Velika šola govornice telesa. 2008. Ljubljana: Mladinska knjiga.)


8.1.2 Vprašalnik za 4. razred

GOVORICA TELESA







a) Slabo se počuti.
b) Zlagala se je.
c) Zelo je vesela.
d) Zelo je jezna.



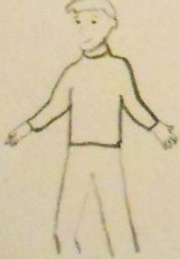
a) Dolgčas ji je.
b) Žalostna je.
c) Izjemno je navdušena.
d) Do nekoga čuti odpor.




a) Začuden je.
b) Žalosten je.
c) Izjemno je navdušen.
d) Strah ga je.



a) Prestrašena je.
b) Jezna je.
c) Vesela je.
d) Zelo je žalostna.



a) Je odkrit (ničesar ne skriva).
b) Je napadalen.
c) Je začuden.
d) Nekaj se mu gnusi.



a) Je srečna.
b) Je jezna.
c) Je žalostna.
d) Nekoga ne odobrava, se ne strinja z njim.

Slika 14: Anketni vprašalnik 2 (osebni arhiv, februar 2014)

(Vir slik na anketi: Velika šola govornice telesa. 2008. Ljubljana: Mladinska knjiga.)

8.1.3 Vprašalnik za 6. in 9. razred, 1. in 2. letnik

Pozdravljeni. Sva učenci devetega razreda osnovne šole. Odločili sva se, da bova naredili raziskovalno nalogo o govoricu telesa (z naslovom Ne govorimo samo z usti). Prosili bi vas, da nama pri raziskovalni nalogi pomagate, tako da izpolnite spodnjo anketo. Anketa je popolnoma anonimna, le zaradi statističnih podatkov pa vas prosiva, da obkrožite svoj spol. Za sodelovanje se vam najlepše zahvaljujeva.

(Pri vseh vprašanjih obkrožite le črko pred enim odgovorom, razen pri 9. nalogi, ko lahko obkrožite več kot en odgovor.)

Spol: M Ž (obkrožite)

1. Ste že slišali za govoricu telesa? DA NE
Kaj pa za kineziko? DA NE

2. Ali opazite, če se vam kdo zlaže?
 - a) Redko.
 - b) Včasih.
 - c) Pogosto.
 - d) Vedno.
 - e) Nikoli.

3. Čigavo govoricu telesa bolj poznate?
 - a) Staršev.
 - b) Prijateljjev.
 - c) Sebe.
 - d) Nikogar.

4. Kaj bi si mislili o osebi, ki posluša nekoga in ima naslednje znake govoricu telesa: roke in noge ima prekrižane, naslonjena je nazaj in ima sklonjeno glavo?
 - a) Oseba je navdušena.
 - b) O predavatelju ima odlično mnenje.
 - c) O predavatelju ima dobro mnenje.
 - d) O predavatelju ima slabo mnenje.

5. Kaj mislite, da čuti oseba, ki ima naslednje znake govoricu telesa: roko ima ob obrazu (iztegnjen kazalec ob licu, drugi prsti pokrivajo usta, palec podpira brado), noge so tesno prekrižane, ena roka je pred telesom, brada in glava sta sklonjeni?
 - a) Kritično ocenjuje govorca.
 - b) Je navdušena nad govorcem.
 - c) Drugo: _____

6. Kaj mislite, da pomeni, če oseba viha zgornjo ustnico in širi nosnice?
- Je vesela.
 - Je zelo potrta.
 - Je jezna.
 - Je navdušena.
 - Je prestrašena.
 - Drugo: _____
7. Kaj mislite, da pomeni, če oseba skomigne z rameni in ima pri tem odkrite dlani?
- Da je zahrbtna.
 - Da ničesar ne skriva (je odkrita).
 - Ne ve, kaj naj naredi.
 - Je obupana.
 - Drugo: _____
8. Kakšen odnos ima do drugih oseba, ki ima pri rokovanju dlan vedno obrnjeno navzdol?
- Je podredljiva.
 - Želi biti glavna.
 - S tistim, ki se rokuje, je v enakovrednem položaju.
 - Drugo: _____
9. Kje mislite, da je znanje o govoricu telesa lahko koristno?
- Pri poslu.
 - Pri poučevanju.
 - Pri pisanju knjig.
 - Pri igranju šaha.
 - Pri igranju kitare.
 - Drugo: _____
10. Kdo bi vas najbolj prepričal?
- Oseba, ki govori sproščeno, energično, na videz odkritosrčno, brez zatikanja, mašil, ...
 - Oseba, ki govori zdolgočaseno, brez zanimanja.
 - Oseba, ki govori sproščeno, energično, na videz odkritosrčno, vendar z zatikanjem, mašili, ...
 - Oseba, ki je zelo živčna, govori z mašili, vendar je na videz odkritosrčna.
11. Ali kdaj zavestno opazujete govoricu telesa drugih?
- Vedno.
 - Pogosto.
 - Občasno.
 - Redko.
 - Nikoli.
 - Drugo: _____

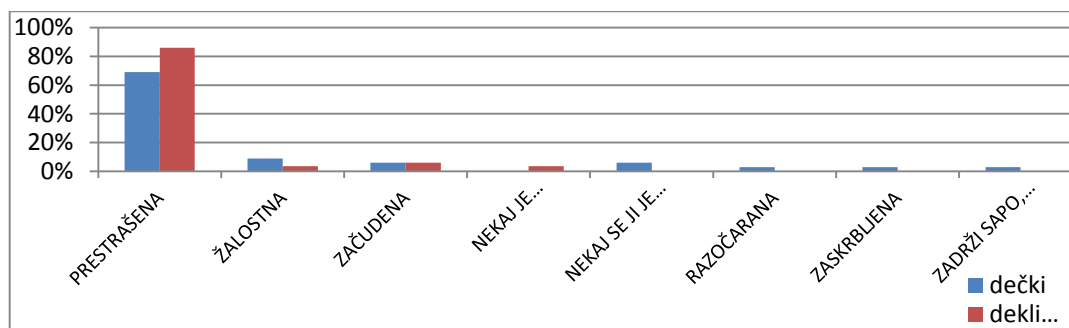
8.2 Analiza anket

8.2.1 Analiza anket 1. razred

V starostni skupini 1. razredov so bili anketirani 3 oddelki. Anketiranih je bilo 29 deklic in 32 dečkov, skupaj 61 učencev. Anketa je bila sestavljena iz 6 fotografij in risb ljudi (v nadaljevanju imenovane slike), katerih počutje so anketiranci poskušali prepoznati.

1. SLIKA:

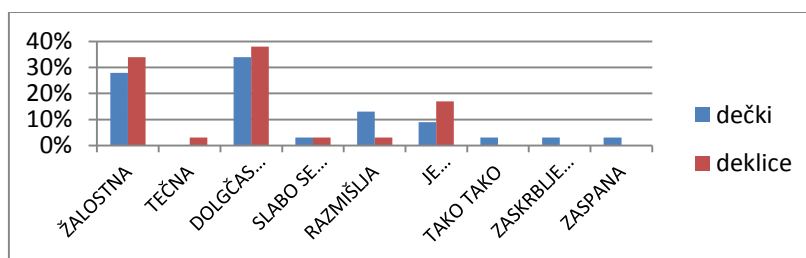
Graf 5:



Večina anketiranih prvošolcev meni, da prva slika predstavlja deklico, ki je prestrašena. Drugi so navedli tudi odgovore, da je žalostna, začudena, razočarana, nekaj se ji je zgodilo, nekaj je naredila narobe in se je začudila, zadržuje sapo ipd.

2. SLIKA:

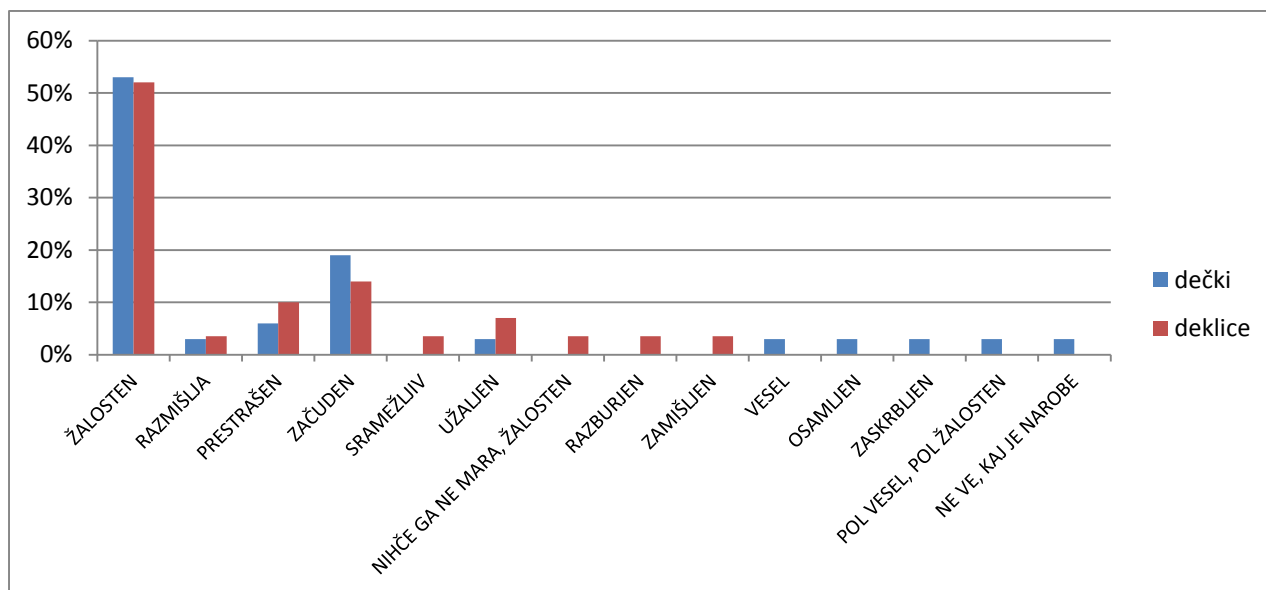
Graf 6:



Večina anketiranih otrok je mnenja, da se oseba na sliki dolgočasi ali je žalostna. Kar nekaj jih je tudi mnenja, da je oseba osamljena ali razmišlja.

3. SLIKA:

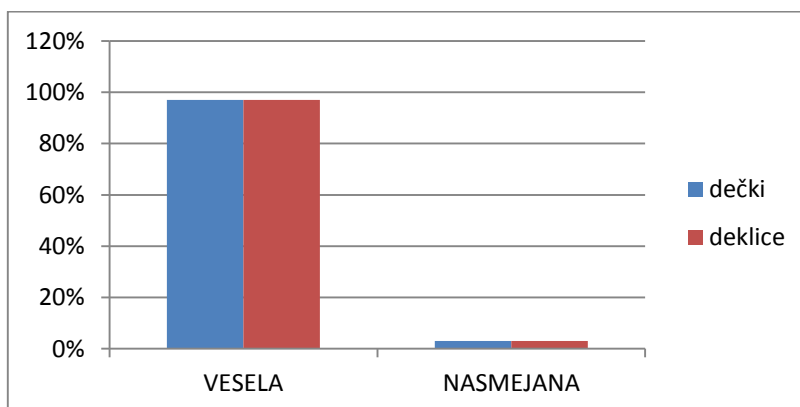
Graf 7:



Večina otrok je mnenja, da je oseba na sliki žalostna, kar nekaj pa jih je odgovorilo tudi, da je začudena ali prestrašena.

4. SLIKA:

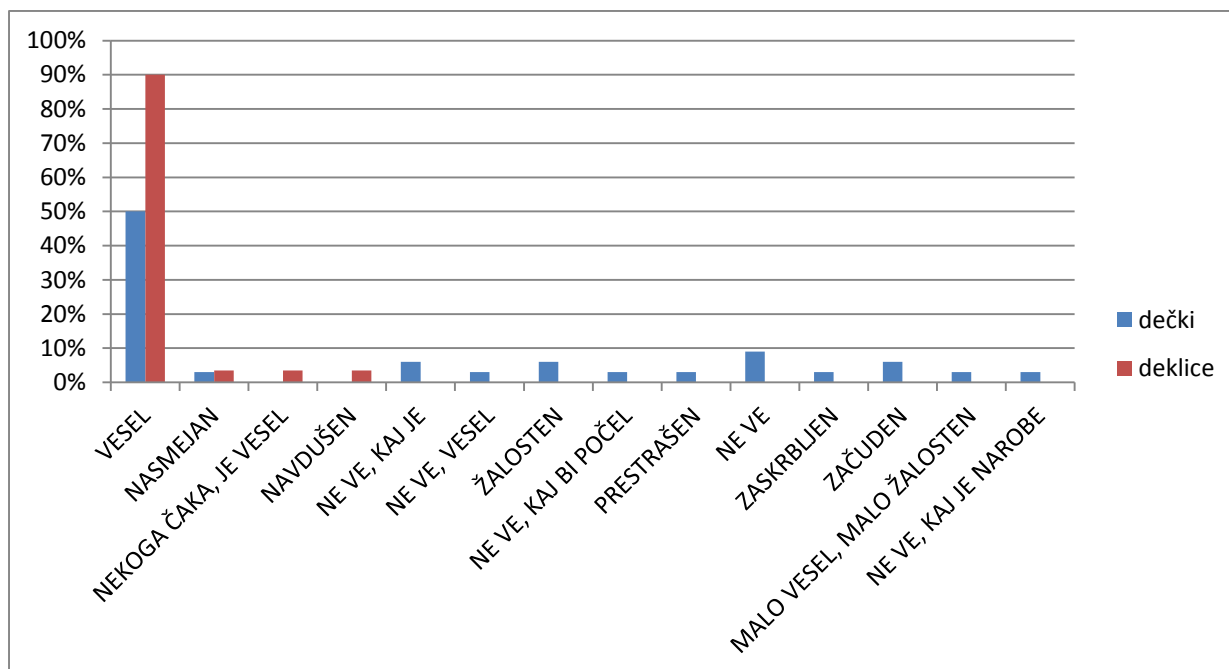
Graf 8:



Večina otrok je napisala, da je ženska na sliki vesela, ena deklica in en deček pa, da je nasmejana.

5. SLIKA:

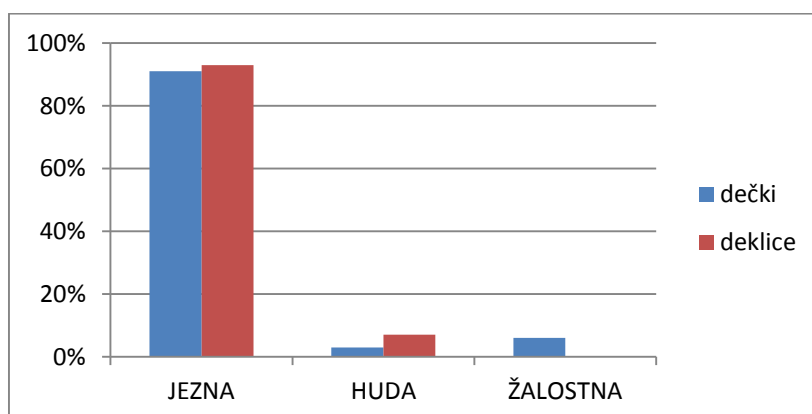
Graf 9:



Večina otrok je mnenja, da je deček na sliki vesel, kar nekaj pa jih je napisalo tudi, da ne ve (kaj bi počel, kaj je narobe ...).

6. SLIKA:

Graf 10:



Večina učencev je odgovorila, da je oseba na sliki jezna, nekaj učencev, da je huda, nekaj dečkov pa, da je žalostna.

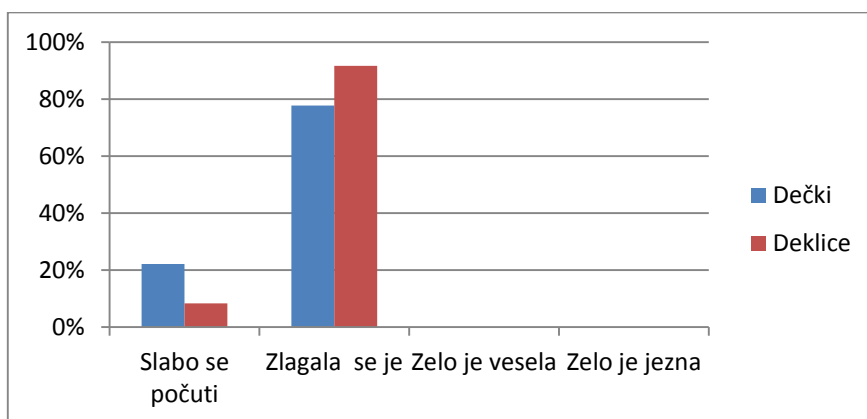
8.2.2 Analiza anket 4. razred

V starostni skupini 4. razreda je bilo anketiranih 27 dečkov in 36 deklic, skupaj 63 učenk in učencev. Anketa je bila sestavljena iz 6 fotografij in risb ljudi (v nadaljevanju imenovane slike), katerih počutje so anketiranci poskušali prepoznati. Na voljo so imeli 4 možnosti za vsako sliko.

1. slika:

- a) Slabo se počuti.
- b) Zlagala se je.
- c) Zelo je vesela.
- d) Zelo je jezna.

Graf 11:

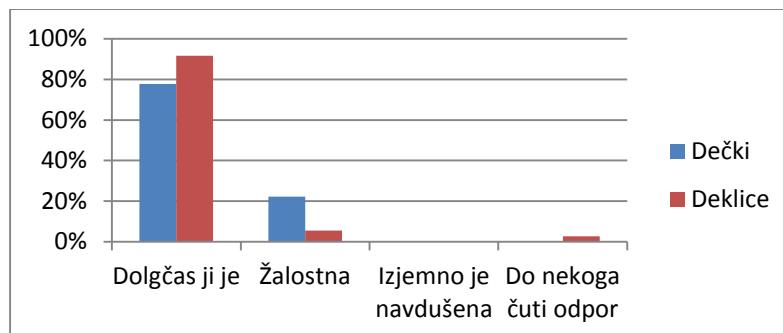


Večina dečkov in deklic je ugotovila, da se je deklica zlagala, nekaj pa jih je obkrožilo tudi možnost »Slabo se počuti«.

2. slika:

- a) Dolgčas ji je.
- b) Žalostna je.
- c) Izjemno je navdušena.
- d) Do nekoga čuti odpor.

Graf 12:

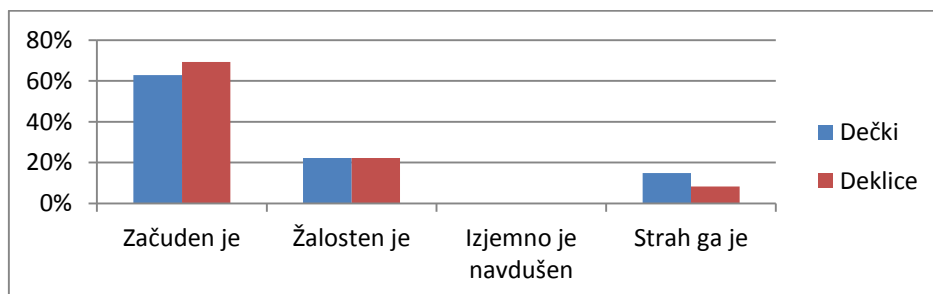


Večina dečkov in deklic je pravilno ugotovila, da je osebi dolgčas.

3. slika:

- a) Začuden je.
- b) Žalosten je.
- c) Izjemno je navdušen.
- d) Strah ga je.

Graf 13:

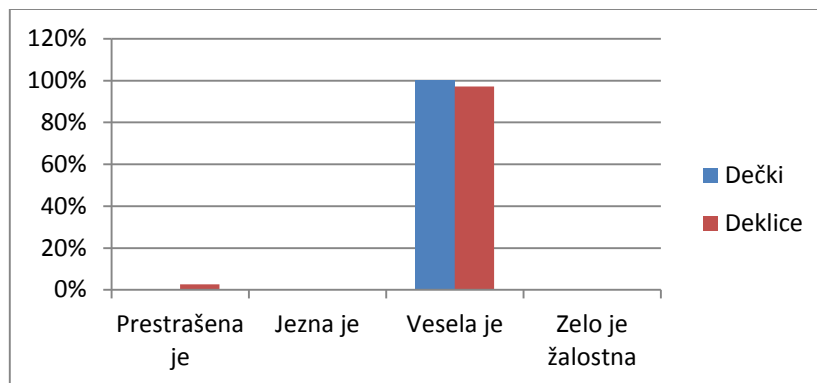


Večina dečkov in deklic je bila mnenja, da je gospod na sliki začuden.

4. slika:

- a) Prestrašena je.
- b) Jezna je.
- c) Vesela je.
- d) Zelo je žalostna.

Graf 14:

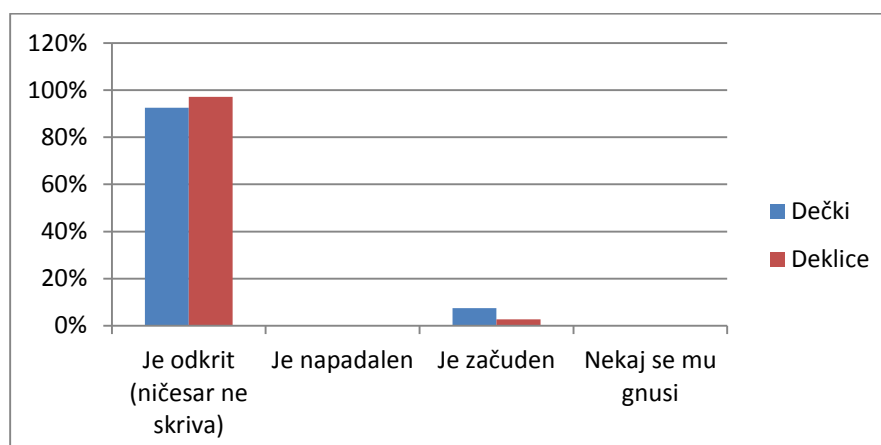


Vsi dečki so pravilno ugotovili, da je oseba na sliki vesela, prav tako tudi skoraj vse deklice, le ena izmed njih je obkrožila, da je oseba prestrašena.

5. slika:

- a) Je odkrit (ničesar ne skriva).
- b) Je napadalen.
- c) Je začuden.
- d) Nekaj se mu gnusi.

Graf 15:

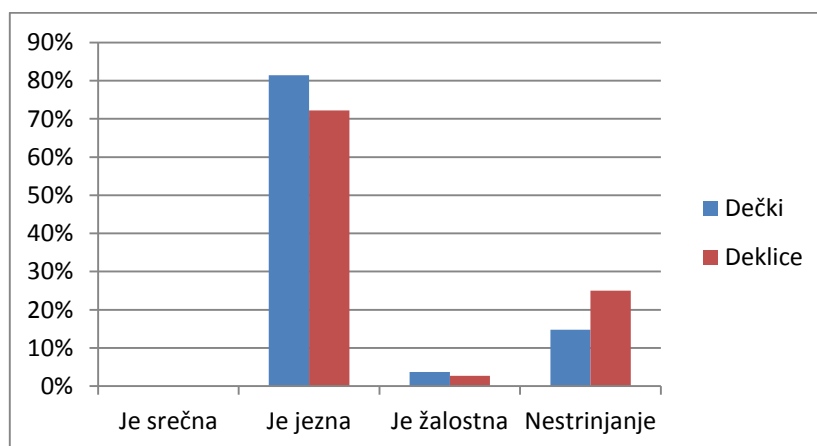


Skoraj vsi dečki in deklice so pravilno ugotovili, da človek na sliki kaže odkritost.

6. slika:

- a) Je srečna.
- b) Je jezna.
- c) Je žalostna.
- d) Nekoga ne odobrava, se ne strinja z njim.

Graf 16:



Večina dečkov in deklic je obkrožila, da je oseba jezna, nekaj jih je obkrožilo, da nekoga ne odobrava, 1 deček in 1 deklica pa sta obkrožila, da je žalostna.

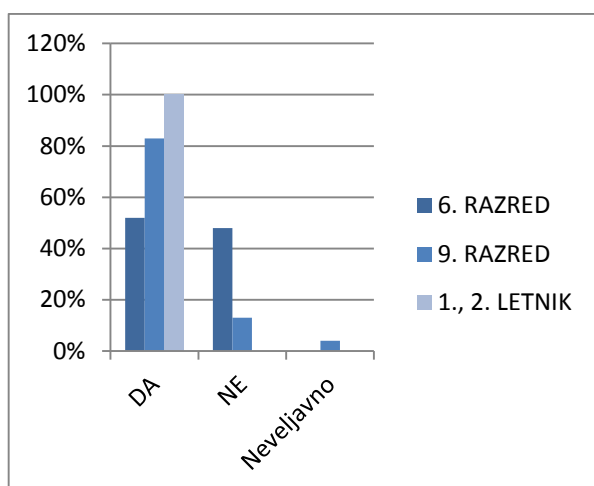
8.2.3 Analiza anket 6. in 9. razreda ter 1. in 2. letnika

Učenci šestega in devetega razreda ter dijaki prvega in drugega letnika so reševali enako anketo, zato sva rezultate njihovih anket med seboj primerjali. Rdeči grafi ponazarjajo odgovore deklic, modri grafi pa odgovore dečkov.

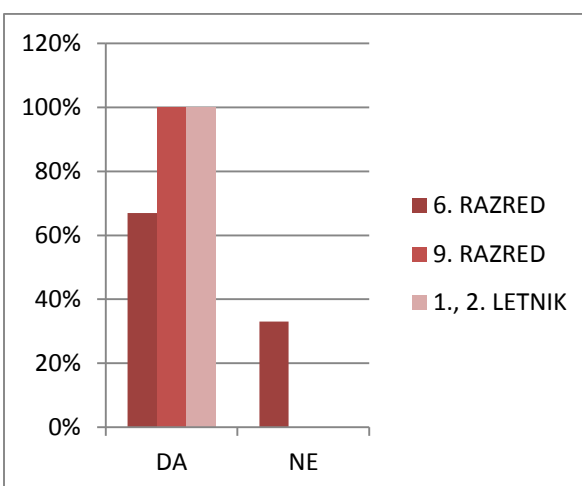
Vprašanje 1: Ste že slišali za govorico telesa?

DA NE

Graf 17:



Graf 18:

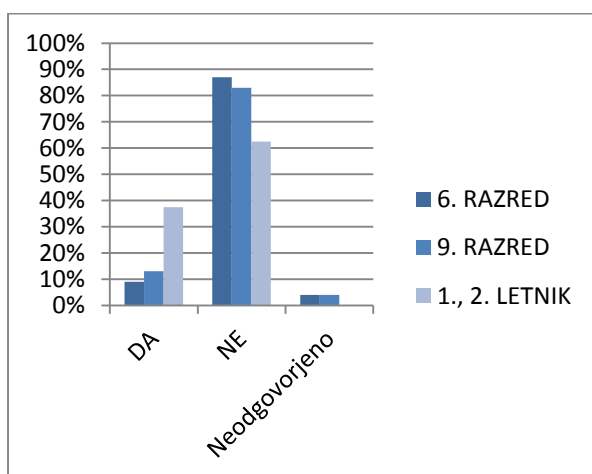


Večina dečkov in deklic vseh generacij je že slišala za govorico telesa.

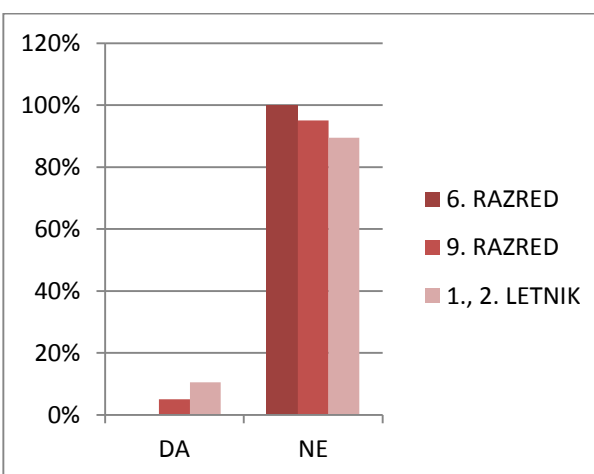
Kaj pa za kineziko?

DA NE

Graf 19:



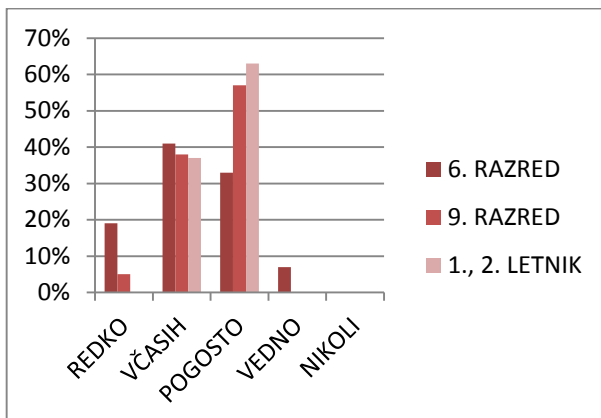
Graf 20:



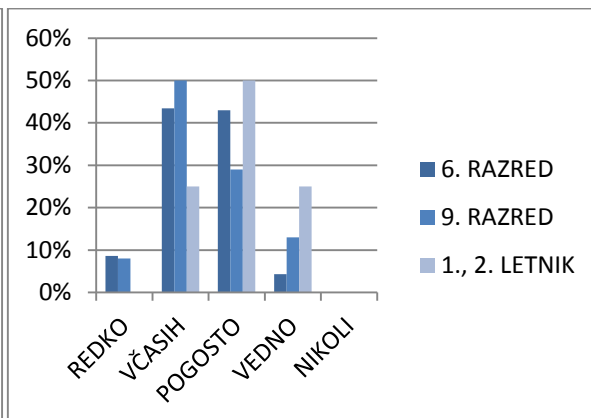
Večina deklic in dečkov še nikoli ni slišala za kineziko.

Vprašanje 2: Ali opazite, če se vam kdo zlaže?

Graf 21:



Graf 22:

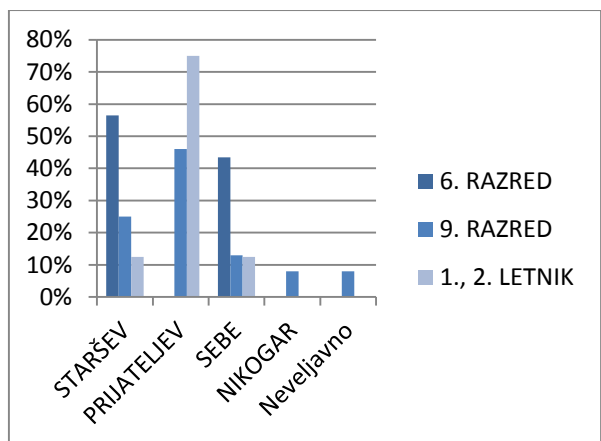


- a) Redko.
- b) Včasih.
- c) Pogosto.
- d) Vedno.
- e) Nikoli.

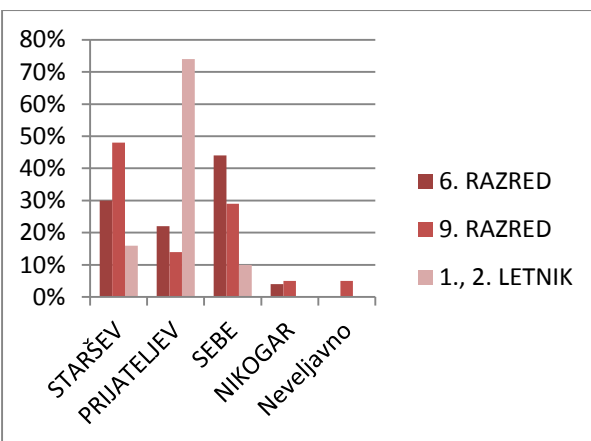
Večina deklic pogosto ali včasih opazi, če se jim kdo laže, drugi pa redko. Tudi dečki to opazijo včasih ali pogosto, drugi pa vedno.

Vprašanje 3: Čigavo govorico telesa bolj poznate?

Graf 23:



Graf 24:

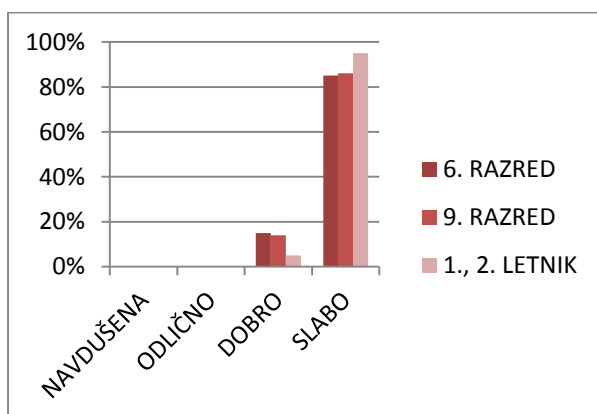


- a) Staršev.
- b) Prijateljev.
- c) Sebe.
- d) Nikogar.

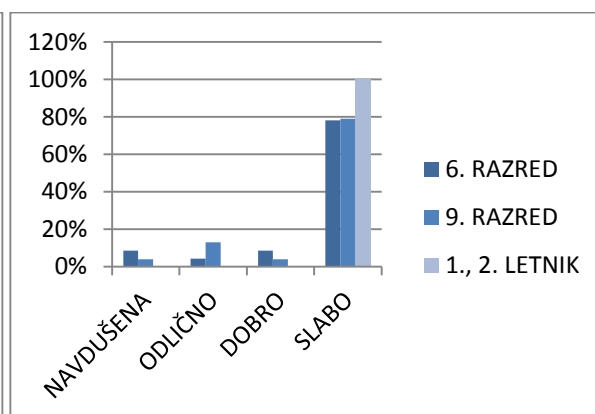
Večina dečkov in deklic iz srednjih šol najboljše pozna telesno govorico svojih prijateljev, medtem ko šestošolci najboljše poznajo govorico svojih staršev in sebe. Devetošolci pa najboljše poznajo govorico telesa svojih prijateljev (dečki), staršev in sebe (deklice).

Vprašanje 4: Kaj bi si mislili o osebi, ki posluša nekoga in ima naslednje znake govornice telesa: roke in noge ima prekrižane, naslonjena je nazaj in ima glavo sklonjeno?

Graf 25:



Graf 26:



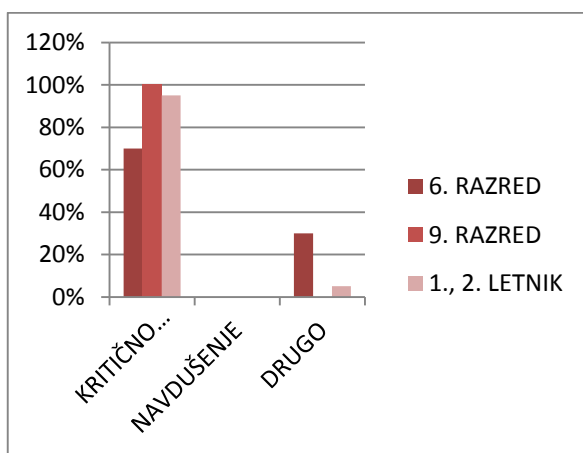
- a) Oseba je navdušena.
- b) O predavatelju ima odlično mnenje.
- c) O predavatelju ima dobro mnenje.
- d) O predavatelju ima slabo mnenje.

Večina deklet in dečkov je pravilno ugotovila, da ima oseba s takšnimi znaki o predavatelju slabo mnenje.

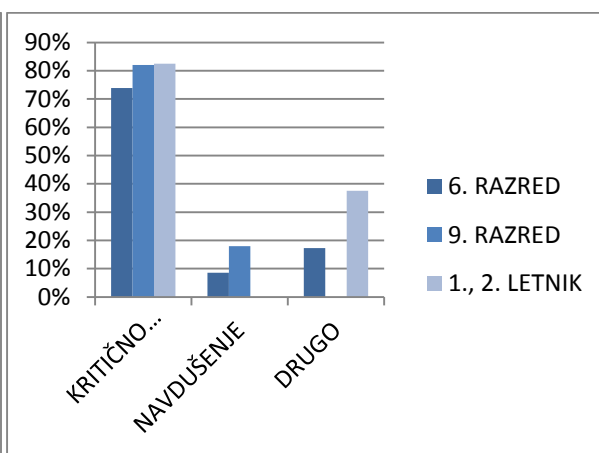
Vprašanje 5: Kaj mislite, da čuti oseba, ki ima naslednje znake govorce telesa: roko ima ob obrazu (iztegnjen kazalec ob licu, drugi prsti pokrivajo usta, palec podpira brado), noge so tesno prekrizane, ena roka je pred telesom, brada in glava sta sklonjeni?

- a) Kritično ocenjuje govorca.
- b) Je navdušena nad govorcem.
- c) Drugo: _____

Graf 27:



Graf 28:

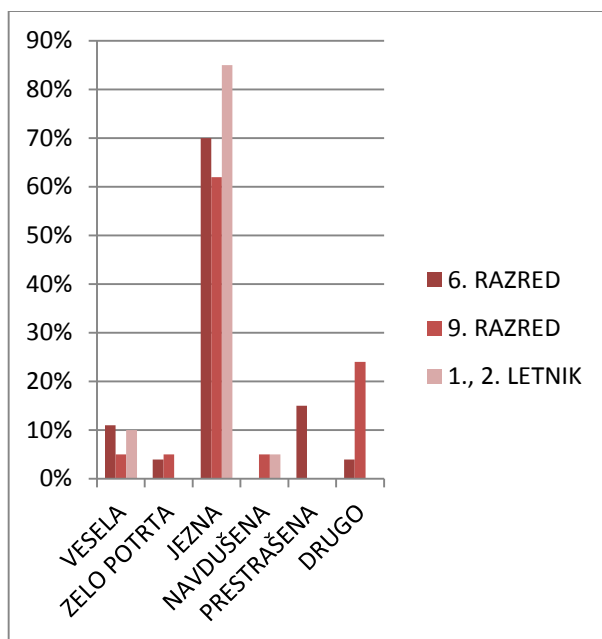


Večina deklic in dečkov je pravilno ugotovila, da gre pri tej osebi za kritično ocenjevanje.

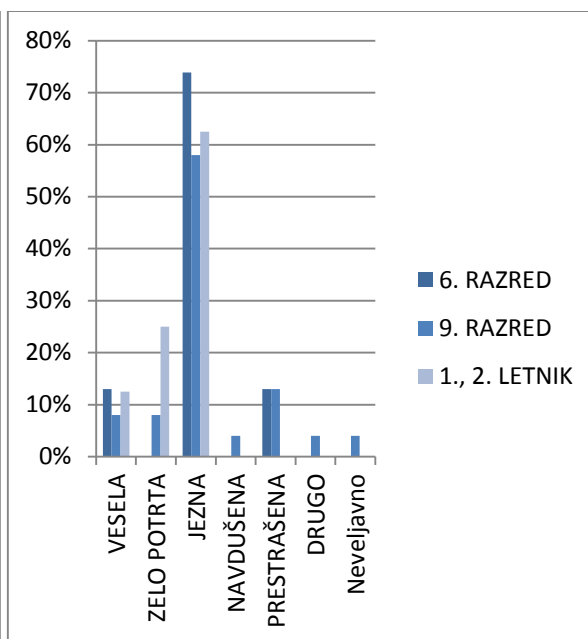
Vprašanje 6: Kaj mislite, da pomeni, če oseba viha zgornjo ustnico in širi nosnice?

- a) Je vesela.
- b) Je zelo potrta.
- c) Je jezna.
- d) Je navdušena.
- e) Je prestrašena.
- f) Drugo: _____

Graf 29:



Graf 30:

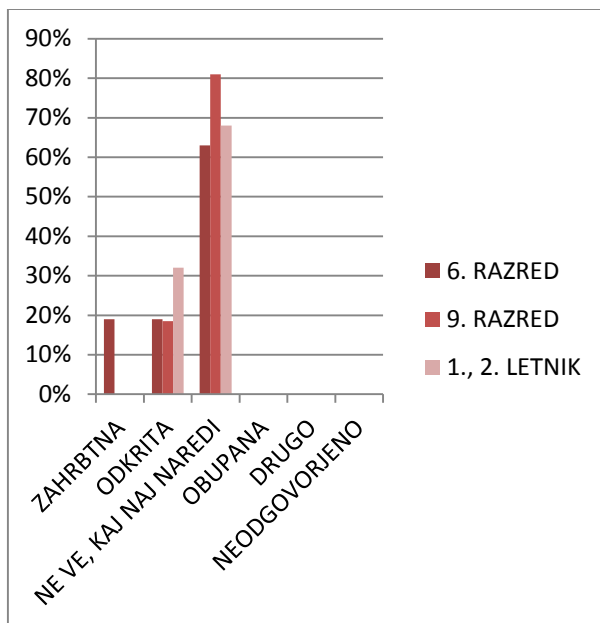


Večina deklet in dečkov je pravilno ugotovila, da je ta oseba jezna. Kar nekaj dečkov (osnovnošolcev) meni, da je prestrašena, kar nekaj srednješolcev pa, da je zelo potrta. Kar nekaj šestošolk je mnenja, da je oseba prestrašena, devetošolke pa so zapisale, da je začudena in zmedena.

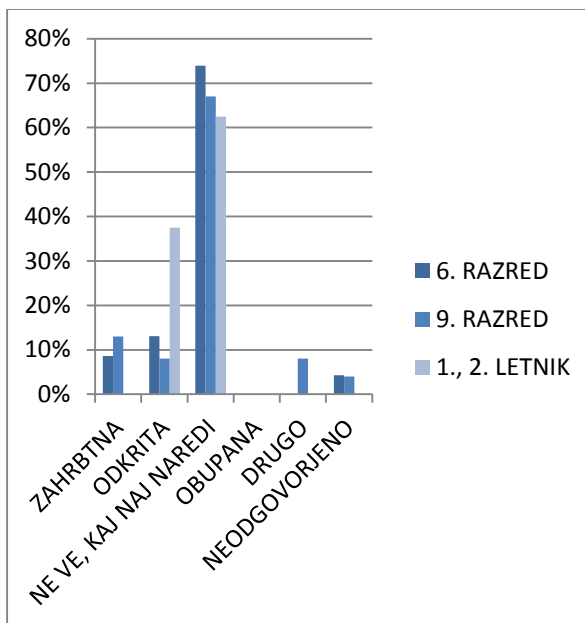
Vprašanje 7: Kaj mislite, da pomeni, če oseba skomigne z rameni in ima pri tem odkrite dlani?

- Da je zahrbtna.
- Da ničesar ne skriva (je odkrita).
- Ne ve, kaj naj naredi.
- Je obupana.
- Drugo: _____

Graf 31:



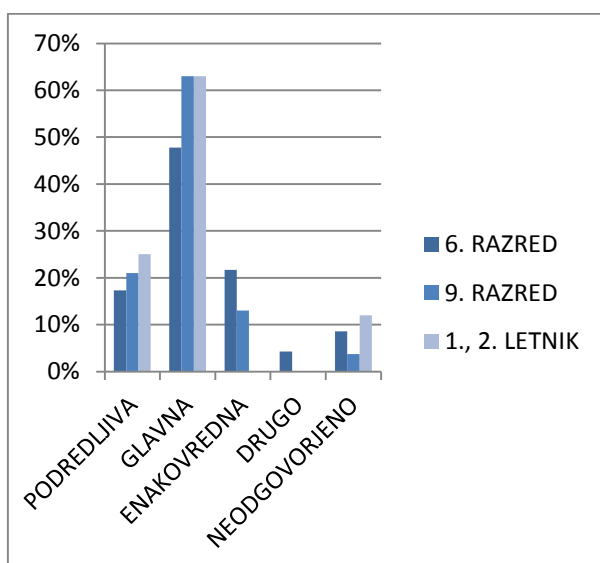
Graf 32:



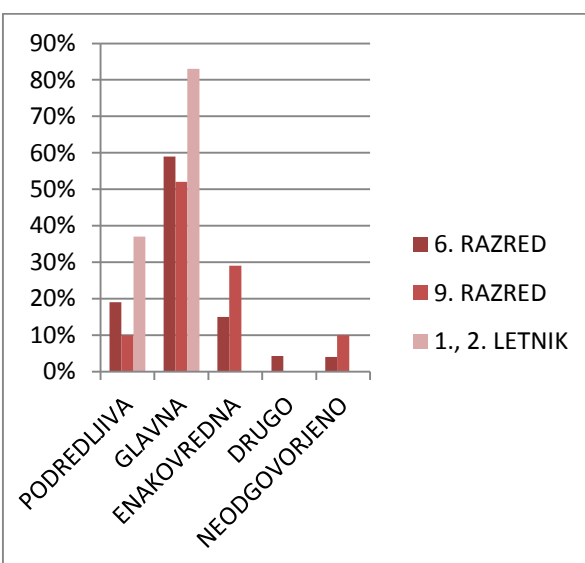
Večina dečkov in deklic je mnenja, da ta oseba ne ve, kaj naj naredi, čeprav oseba s temi znaki kaže odkritost.

Vprašanje 8: Kakšen odnos ima do drugih oseba, ki ima pri rokovanju dlan vedno obrnjeno navzdol?

Graf 33:



Graf 34:



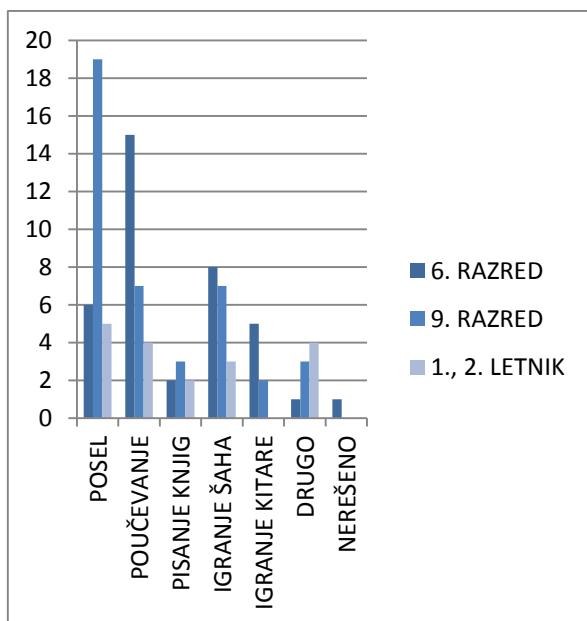
- a) Je podredljiva.
- b) Želi biti glavna.
- c) S tistim, ki se rokuje, je v enakovrednem položaju.
- d) Drugo: _____

Večina dečkov in deklic je pravilno ugotovila, da ta oseba želi biti glavna. Kar nekaj pa jih je odgovorilo, da je oseba podredljiva ali v enakovrednem odnosu z osebo, s katero se rokuje.

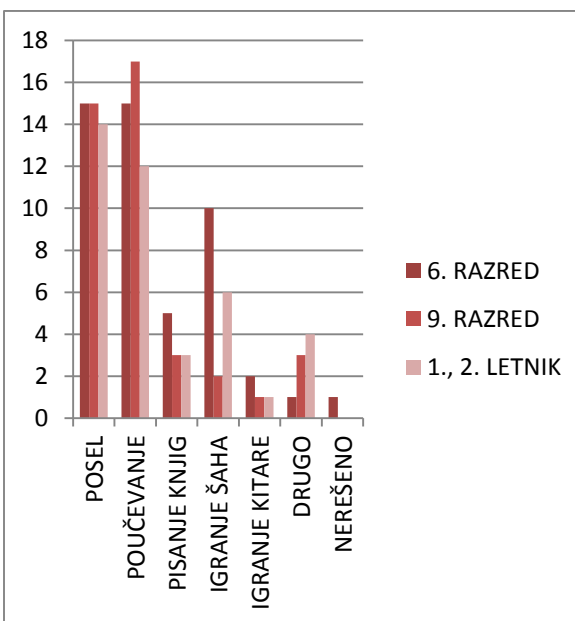
Vprašanje 9: Kje mislite, da je znanje o govoricu telesa lahko koristno?

- a) Pri poslu.
- b) Pri poučevanju.
- c) Pri pisanju knjig.
- d) Pri igranju šaha.
- e) Pri igranju kitare.
- f) Drugo: _____

Graf 35:



Graf 36:



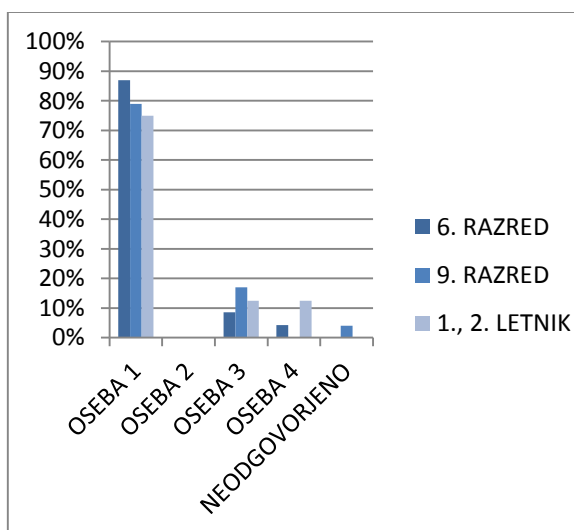
Pri tem vprašanju so anketiranci lahko podali več kot en odgovor, zato graf ni podan v odstotkih učencev.

Večina anketiranih je mnenja, da je znanje o govoricu telesa lahko koristno pri poslu, poučevanju in igranju šaha. Nekaj pa jih meni, da je lahko koristno povsod, npr. pri raziskovanju, pokru, vsaki interakciji z ljudmi, na vseh družabnih področjih, pri vseh psiholoških stvareh, pri delu z otroci ali z živalmi (ni nujno služba). Nekateri menijo, da so te zadeve v celoti nekoristne.

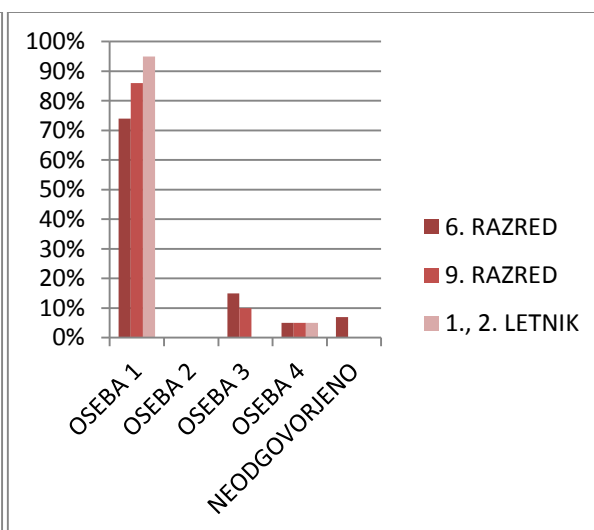
Vprašanje 10: Kdo bi vas najbolj prepričal?

- Oseba, ki govori sproščeno, energično, na videz odkritosrčno, brez zatikanja, mašil, ...
- Oseba, ki govori zdolgočaseno, brez zanimanja.
- Oseba, ki govori sproščeno, energično, na videz odkritosrčno, vendar z zatikanjem, mašili, ...
- Oseba, ki je zelo živčna, govori z mašili, vendar je na videz odkritosrčna.

Graf 37:



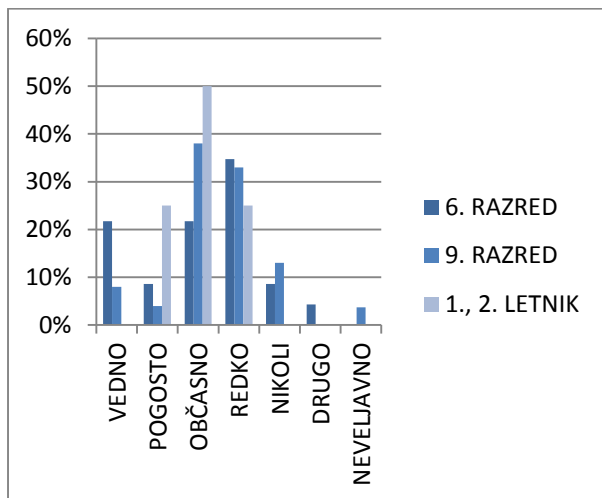
Graf 38:



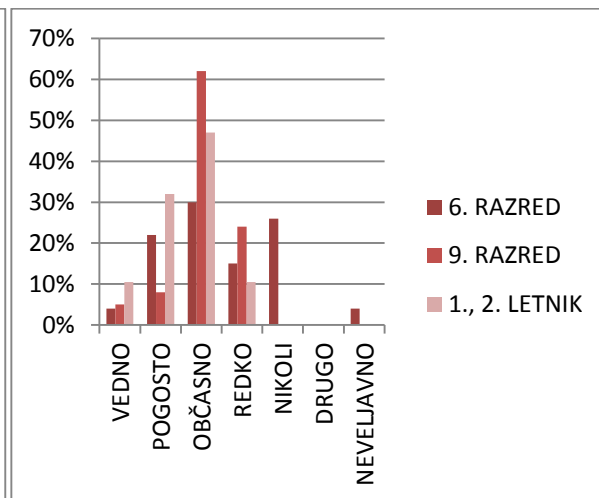
Večino dečkov in deklic bi najbolj prepričal govorec, ki govori sproščeno, energično, na videz odkritosrčno, brez mašil, zatikanja ...

Vprašanje 11: Ali kdaj zavestno opazujete govorico telesa drugih?

Graf 39:



Graf 40:



- a) Vedno.
- b) Pogosto.
- c) Občasno.
- d) Redko.
- e) Nikoli.
- f) Drugo: _____

Večina anketiranih občasno opazuje telesno govorico drugih. Kar nekaj srednješolk jo opazuje pogosto, kar nekaj devetošolk redko, šestošolke pa nikoli. Veliko dečkov vseh starosti jo opazuje redko, nekaj srednješolcev pogosto, veliko šestošolcev pa vedno.

8.4 Delovni list – delavnice

Ime skupine: _____

Spol: M Ž

1. naloga:

Razdelite se v skupine. Vsak naj pove eno anekdoto, zgodbo, opiše nek dogodek. Lahko si ga tudi izmisli. Pri vsakem govorcju natančno opazujte njegovo govorico telesa; izraz na obrazu, kretnje rok itd. Nato označite, ali mislite, da govori resnico ali ne. Nato naj vam sam pove, ali je govoril resnico.

Ime	Kaj mislite?	Resnica/laž

Opazujte še druge znake, ki jih opazite in poskušajte ugotoviti, kaj pomenijo. Svoje ugotovitve zapišite na spodnje črte:

2. naloga:

Predvajali vam bova nekaj nemih filmov. Pozorno glejte in poskušajte razbrati in zapisati vse znake govorice telesa, ki jih opazite pri igralcih.
