

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Кафедра соціології та психології
Факультет № 6*

ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ

з навчальної дисципліни «Невербальна психодіагностика»
вибіркових компонент
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

053 Психологія (практична психологія)

за темою - Невербальні прояви мови тіла

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол від 30.08.2023 р. № 7

СХВАЛЕНО

Вченою радою факультету № 6
Протокол від 25.08.2023 р. № 7

ПОГОДЖЕНО

Секцією Науково-методичної ради
ХНУВС з гуманітарних та соціально-
економічних дисциплін
Протокол від 29.08.2023 р. №7

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології (протокол від 15.08.2023 № 8)

Розробники:

1. Доцент кафедри соціології та психології, кандидат психологічних наук, доцент Твердохвалова Ю.Л.
2. Доцент кафедри соціології та психології, кандидат психологічних наук, доцент Шиліна А. А.

Рецензенти:

1. Доцент кафедри психології факультету № 7 Національного аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», кандидат психологічних наук, доцент Старовойт Т.П.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент Чепіга Л.П.

План лекції

1. Психодіагностика психологічних якостей особистості за особливостями будови тіла та його частин.
2. Психодіагностика жестів, пози та ходи.
3. Психодіагностичне значення оформлення зовнішності. Кольорова самопрезентація.

Рекомендована література:

Основна

1. Корольчук М. С. Психодіагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М. С. Корольчук. К. : Ніка Центр, 2017. 400 с.
2. Малкова Т.М. Візуальна психодіагностика. Київ: Державний університет телекомунікацій, 2018. 132 с.
3. Хміляр О. Психологія символічної регуляції дій і вчинків особистості : [монографія]. К.: ТОВ «Контекст Україна», 2016. 380 с.
4. Харцій О. М. Візуальна психодіагностика : навч. Посібник Львів: Магнолія. 2018. 223
5. Шиліна А.А. / Візуальна психодіагностика у професійній діяльності поліції Гл.5, 5.3 // Психологія у професійній діяльності поліції: навч. посіб./ [О.О. Євдокімова, І.В.Жданова, Д.В. Швець та ін.]; за заг. ред. В.В. Сокурєнко; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2018. 426 с. С. 68 – 88

Допоміжна:

1. Галян І.М. Психодіагностика : навч. посібник К. : Академвидав, 2017. 464 с.
2. Криволапчук В.О., Барко В.І., Клименко І.В Використання проєктивних методів психологічної діагностики у професійно-психологічному відборі кадрів до органів внутрішніх справ : практ. посібник К. : ДНДІ МВС України, 2014. 56 с.
3. Олійник О.О. Ділове спілкування: Навчальний посібник Красноармійськ: КП ДонНТУ, 2014. 380 с.

Текст лекції

Питання 1. Психодіагностика психологічних якостей особистості за особливостями будови тіла та його частин

Одну з перших класифікацій статури запропонував французький лікар К. Сіго, що описав дихальний, травний, мускульний і мозковий типи, яким відповідають певні особливості особистості.

Широку популярність здобула конституціональна типологія Е. Кречмера, який, працюючи в клініці для душевнохворих, звернув увагу на те, що хворі з певним типом захворювання часто мають подібну статуру. У 20-х - 40-х роках ХХ століття Кречмер провів велике емпіричне дослідження, що складалося з двох етапів. Спочатку на основі безлічі вимірів частин тіла він виділив чотири конституціональних типи:

1. ЛЕПТОСОМАТИК - тендітна статура, високий зріст, плоска грудна

клітка, витягнуте обличчя, вузькі плечі, довгі ноги. В астеніка ці властивості виражені в крайньому ступені.

2. ПІКНІК - невеликий чи середній зріст, кругла голова на короткій шиї, велика повнота, виступаючий живіт.

3. АТЛЕТИК - зріст високий чи середній, міцна статура, добре розвинена мускулатура, вузькі стегна, опуклі лицьові кістки.

4. ДИСПЛАСТИК - безформна, неправильна будова тіла з порушенням пропорцій (широкі стегна в чоловіків; занадто великий зріст і т. п.).

Обстеживши кілька тисяч хворих, Кречмер установив, що найбільш вираженим виявився зв'язок між пікнічною будовою тіла і захворюванням на маніакально-депресивний психоз (64 % хворих з цим діагнозом виявилися пікніками), а серед епілептиків майже з рівною імовірністю зустрічалися атлетики, диспластики і лептосоматики).

Виходячи зі спостережень за хворими, Кречмер висунув припущення, що і люди зі здоровою психікою мають у своєму поведженні і психічному складі деякі риси, властиві хворим, але тільки слабкіше виражені. На основі цієї гіпотези він виділив і описав три типи особистості:

1. ШИЗОТИМІК - лептосоматична статура, замкнутий (з елементами аутизму), упертий, некритичний, схильний до абстрактного мислення, має складності в спілкуванні з людьми, часто спостерігаються коливання емоцій від дратівливості до сухості, у цілому погано пристосовується до оточення.

2. ЦИКЛОТИМІК - у багатьох відношеннях виступає протилежністю шизотиміка. Має пікнічну статуру, емоції коливаються між радістю і сумом, легко контактує з людьми, має реалістичні погляди на життя.

3. ІКСОТИМІК (від грецьк. - тягучий) - має атлетичну статуру, спокійний, невразливий, стриманий у жестах і міміці. Важко пристосовується до змін в обстановці, негнучкий і дріб'язковий.

Як видно з цих описів, психологічні типи Кречмера засновані на виділенні конгломерату рис темпераменту і характеру. І хоча він вважав, що поняття темпераменту визначене неточно, він відносив до нього саме сукупність формально-динамічних особливостей поведження й емоційного реагування, що обумовлені успадкованими особливостями організму (чутливість, емоційна зафарбованість, психічний темп, особливості психомоторики). Але головним недоліком підходу Кречмера і, як наслідок, побудованої їм класифікації є те, що він йшов до вивчення психічного складу здорових людей від патології. Друга претензія полягає в тому, що виявлені ним статистичні зв'язки між будовою тіла і психічним складом не цілком підтвердилися в більш пізніх незалежних дослідженнях.

Паралельно з роботами Е. Кречмера в 40-х роках у США свою конституціональну типологію створив У. Шелдон. Переваги його підходу полягали, по-перше, у тому, що він йшов не від патології, а працював зі здоровими людьми; по-друге, він у своїх дослідженнях відштовхувався не від готових типів. Він самотужки вивів ці типи з результатів масових антропометричних вимірів і наступної статистичної їхньої обробки за допомогою кореляційного аналізу. Кожний з компонентів статури оцінювався за допомогою

методики суб'єктивного шкалювання за семибальною шкалою. У результаті було виділено три крайніх типи статури (соматотипи):

1. ЕНДОМОРФНИЙ ТИП - великі і добре розвинені внутрішні органи, великий живіт, м'які округлі форми, м'які кінцівки, нерозвинені м'язи і кістки.

2. МЕЗОМОРФНИЙ ТИП - широкі плечі і грудна клітка, добре розвинені м'язи і кістки, відсутність підшкірного жиру, велика фізична стійкість і сила.

3. ЕКТОМОРФНИЙ ТИП - відносно слабкий розвиток внутрішніх органів і статури, довгі і тонкі кінцівки, витягнуте обличчя і високе чоло, добре розвинені мозок і нервова система.

«Чисті» типи мають максимальні показники виразності ознак одного типу і мінімальні двох інших (7-1-1; 1-7-1 і 1-1-7 відповідно); змішані типи мають середні показники виразності ознак кожного типу (наприклад, 4-4-4). Далі Шелдон на великих групах людей провів окреме дослідження вираженості в них 50-ти рис характеру й особистості, що були відібрані на основі змістовного аналізу з початкового списку, що включав у себе назви 650-ти рис. Вираженість цих якостей також оцінювалася за семибальною шкалою, а результати були піддані кореляційному аналізу. Виявлені в такий спосіб групи рис (з високими позитивними кореляціями усередині групи і негативними кореляціями між рисами, що були віднесені до різних груп) Шелдон відніс до первинних компонентів темпераменту і дав їм назви «вісцеротонія», «соматотонія» і «церебротонія». Кожна з них характеризується 20-ма рисами; нижче наведені деякі з них:

ВІСЦЕРОТОНІЯ (7-1-1) - розслабленість, любов до комфорту, уповільнені реакції, любов до їжі, привітність з усіма, жадоба похвали і схвалення, емоційна стабільність, терпимість, глибокий сон, легкість у спілкуванні і вираженні почуттів, товариськість і м'якість у стані сп'яніння, потреба в людях у важку хвилину і деякі інші.

СОМАТОТОНІЯ (1-7-1) - впевненість у поставі і рухах, любов до фізичних навантажень і пригод, енергійність, прагнення до панування і жадання влади, схильність до ризику, агресивність у змаганні, психологічна нечутливість і емоційна черствість, страх замкнутих просторів, голосний голос, спартанська байдужність до болю, агресивність і наполегливість у стані сп'яніння і деякі інші.

ЦЕРЕБРОТОНІЯ (1-1-7) - стриманість манер і рухів, скутість у поставі, підвищена швидкість реакцій, надмірна розумова напруга, підвищена рівень уваги, тривожність, утруднення у встановленні соціальних контактів, невміння передбачати відношення до себе інших людей, тихий голос, страх викликати шум, надмірна чутливість до болю, стійкість до дії алкоголю й інших депресантів, тяга до самотності у важку хвилину і деякі інші.

Поеднавши результати двох незалежних досліджень, Шелдон обчислив коефіцієнти кореляції між типом статури і темпераментом у його розумінні.

Тип темпераменту	Соматотип		
	вісцеротонія	соматотонія	церебротонія
Ендоморфний	+0,79	-0,29	-0,32
Мезоморфний	-0,23	+0,82	-0,58
Ектоморфний	-0,40	-0,53	+0,83

Існують і інші конституціональні типології темпераменту, але усі вони мають ряд недоліків, головні з яких полягають у наступному:

1. Зв'язок між організмом і психікою розуміється занадто прямолінійно, зовсім ігнорується роль середовища.

2. Ряд рис характеру й особистості, перерахованих вище, мають явно не генетичну, а соціальну природу і це доводять дослідження монозиготних (однойайцевих) близнюків.

3. Багато незалежних досліджень не підтверджують результати, отримані авторами, що вивчали зв'язок будови тіла і темпераменту.

4. Зазнало критики використання даних патології в якості основи для побудови типологій [3].

Водночас слід зазначити, що дані типології можуть бути використані в якості «точки відліку» або основи для висунення припущень щодо особливостей особистості людини за ознаками статури.

СТАТУРА

При знайомстві з новою людиною ми в першу чергу звертаємо увагу на її голову і тіло і лише потім придивляємося до її обличчя. Услід за Е. Кречмером Олександр Петров виділяє три базові типи будови тіла: астеник, атлетик і пікнік. Звичайно, існують так звані «змішані» типи. Тип статури описується за допомогою трафаретів, які подані нижче (схематичних зображень будови тіла). Кожне співпадіння зі схематично поданим зображенням оцінюється у десять балів (так зване «правило десятків»). Враховуються лише повні «попадання». Якщо тип особистості за цим параметром визначити неможливо (наприклад, людина сидить так, що її тулуба й ніг не видно), оцінка її особистісних якостей здійснюється за іншими параметрами. Кожна частина тіла людини інформативна: співвідношення зон обличчя, лінія росту волосся, форма та розмір вух і т.п. В якості прикладів розглянемо лише будову тіла (статуру), форму кистей і розмір пальців.

Астеники

Астеники - це худорляві люди, як правило, фізично слабо розвинені. Зайняття спортом роблять їх «жилавими», але не додають м'язової маси.

Астеники високі на зріст, з похилими плечима і довгою крихкою шиєю. Голова у них прямокутної форми, руки в цілому і пальці зокрема, видовжені й тонкі, стопа великого розміру. В них тонкі тазові кістки (особливо у дівчат) і вузькі стегна. Нерозвинені грудні м'язи у чоловіків і невеликий розмір грудей у жінок.

Астеники - це «розум» нашого суспільства (рис. 3.1).

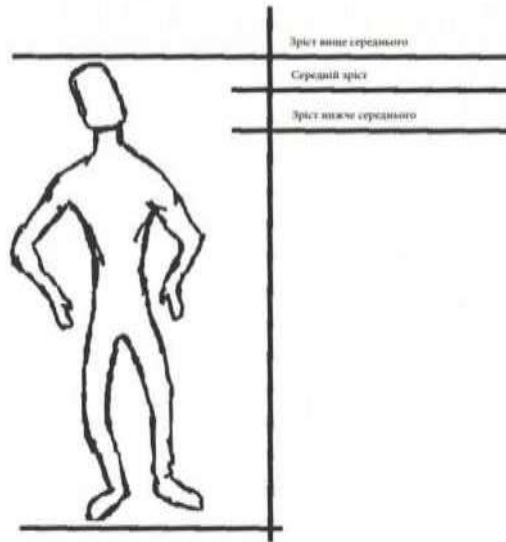


Рис. 3.1.

Працівники розумової праці (вчені, дослідники, викладачі) - це зазвичай представники цього типу, астеніки часто вибирають творчі сфери: мистецтво, літературу, музику. Фізична праця для цих людей - справжня кара.

Ключі до ефективної комунікації з астеніками

1) При роботі з людьми астенічного типу говоріть конкретно, дотримуйтеся фактів. Пояснюючи що-небудь, згадуйте технічну і документальну частину роботи. Для астеніків украй важливі регламенти і чітко прописані алгоритми дій.

2) Під час переговорів астеніки усіма силами намагатимуться звернути увагу на свої знання. Вони люблять повчати і це слід прийняти просто як факт.

3) Для людей астенічного типу важливо мати можливість відкрито висловити свою позицію. Щоб налагодити з ними дружні відносини, обов'язково поцікавтеся їх думкою, запитайте їх «Що ви про це думаєте»? Поділившись своєю точкою зору, будь-який астенік заспокоїться, а ви зможете продовжити переговори.

Астенік - це інтелектуал, який багато думає, перед тим, як щось зробити.

Сильні сторони астеніків

Люди цього типу зазвичай добре підковані у своїй справі. Вони здатні чітко аргументувати свою позицію і надати усю необхідну інформацію «на ходу». Дуже сильні ментально, тобто психологічно зломити їх дуже складно. Терплячи невдачу, вони швидко повертаються до роботи.

Слабкі сторони астеніків

Астеніки більше теоретики, ніж практики. Часто за столом переговорів цей тип людей справляє враження діяльних, на багато що здатних. Але в результаті виявляється, що реалізація своїх ідей для них - непосильна праця. Виключенням є астеніки творчих професій, які із задоволенням вдаються до улюбленої справи: малюють, пишуть, вигадують музику, винаходять і так далі. Навіть маючи стійку психіку, легко можуть бути зломлені фізично, будь-яку травму переносять важко і довго.

Атлетики

Атлетики мають від природи розвинену і рельєфно окреслену, навіть за відсутності тренувань, мускулатуру, середні на зріст, з квадратною головою, широкими потужними плечима. Мають розвинені м'язи грудей і стегон, литки розвинені і чітко виділяються. При цьому кінцівки не надто довгі, з квадратними кистями, стопа середнього розміру (рис. 3.2.)

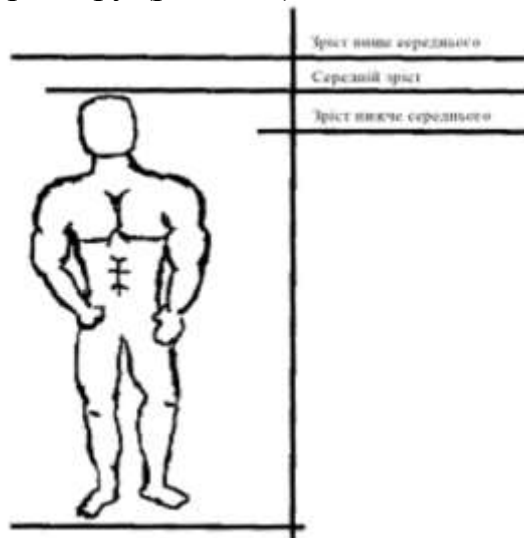


Рис. 3.2.

Представники цього типу - лідери по життю: їм весь час треба перемагати. Цей тип не представляє себе без постійних змагань і боротьби. Класичні приклади атлетиків - спортсмени, військові, керівники і управлінці верхніх рівнів.

Атлетики - це «сила» нашого суспільства.

Атлетикам потрібні фізичні навантаження. Нагнавши жирову масу, яка їм не властива, вони перетворюються на в'ялих і непрацездатних працівників, стають «втомленими». Фізична сила для людей цього типу - дуже важливий параметр. Якщо вони не підтримуватимуть себе в тонусі, то можуть впасти в депресію. Якщо у вас на роботі є співробітник-атлетик, то відправляйте його в спортзал або доручайте завдання, що вимагають фізичної активності. Сидячі види діяльності для нього протипоказані. Часто-густо показники людини- атлетика погіршуються, коли він береться до адміністративної роботи. «Сівши за стіл» люди цього типу миттєво втрачають увесь потенціал.

Ключі до ефективної комунікації з атлетиками

1) Найголовніше правило - враховувати їх лідерські якості. Для ефективної роботи атлетикам важливо проявляти себе «в усій красі». Про таких людей говорять дух «змагання у них в крові», перемоги без битв їм нецікаві. Може навіть статися так, що атлетик не візьметься за те, що дасться йому легко. Зате випробування і зіткнення - їхня стихія, тому з атлетиків виходять хороші керівники.

2) При роботі з цим типом людей необхідно постійно розпалювати їх інтерес до діяльності. Хочете відбити у атлетика бажання що-небудь робити? Здайте свої позиції, говоріть про проект як про нудне зайняття. Повірте, атлетик впорається з рук геть погано. Або зовсім відмовиться від участі.

3) При обговоренні умов співпраці і складанні договору атлетикам важливо нагадувати, що вони можуть внести будь-які корективи, які здадуться їм необхідними. Для них важливий контроль над ситуацією, тому за ними треба залишати можливість останнього кроку.

4) Не забудьте уточнити їх думку. Часто буває так, що атлетики не говорять жодного слова в процесі обговорення, але чекають від вас виявлення цікавості до їх думок.

5) Підкреслюйте їхній статус, цей тип людей дуже пишається своїм соціальним положенням.

Сильні сторони атлетиків

З трьох існуючих типів людей у атлетиків найпотужніша сила волі. Вони битимуться головою в стіну, поки не досягнуть бажаного результату. Правда, завзятість з'явиться лише у тому випадку, якщо справа подарує можливість проявити або випробувати себе, вони здійснюють подвиги в ім'я чогось, а не просто так. «Зроблю це для себе», - не мотивація для атлетиків. Виключенням можуть стати ситуації, коли людина цього типу кинула собі виклик, наприклад, схуднути за місяць на 10 кг. Отримавши травму, легко з цим справляються, на відміну від астеніків, і швидко повертаються до роботи.

Слабкі сторони атлетиків

Слабка сторона людей атлетичного типу - невміння управляти емоціями і підтримувати у себе належний рівень мотивації. Безмірне почуття волі поєднується у них з напрочуд слабкою психікою. Варто атлетику потерпіти невдачу, відмову або виявитися приниженим, - він тут же опускає руки, а відновлюється важко і довго. «Страшні зовні - добрі усередині», люди цього типу легко можуть «зламатися». Якраз після цього вони починають запускати себе у фізичному плані. Якщо ваш партнер - атлетик, то психологічна підтримка для нього у край важлива. Нехай навіть він заперечує це до останнього.

Пікніки

Пікніки мають невеликий зріст, у них короткі кінцівки, кисть квадратна з маленькими пальцями, маленька товста шия і округла форма обличчя. Їхні ноги схожі на бурульки, тобто не виділяється литковий м'яз, як у атлетиків, і стопа маленького розміру. Як правило, їхня м'язова маса досить безформна. Навіть якщо вони наполегливо тренуються, то не набувають рельєфності. Тазова кістка широка.

Пікніки - це «емоції» нашого суспільства (рис. 3.3).

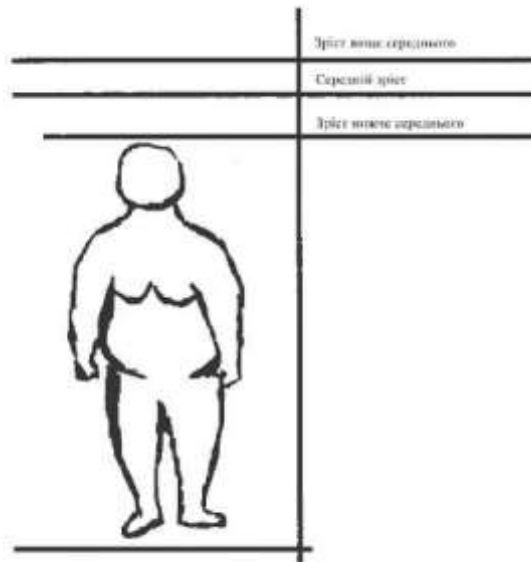


Рис. 3.3.

Пікніки - пристрасні натури, вони роблять тільки те, від чого по-справжньому в захваті. Нелюбимою справою такі люди займатимуться з рук геть погано. Вони самодостатні і незалежні від думки суспільства. Найбільше пікніки цінують внутрішній комфорт, рівновагу і гармонію з собою. Цього стану вони досягають, займаючись тільки улюбленою роботою. Пікніків, які сидять «не на своєму місці», можна помітити відразу. І навпаки: якщо така людина зайнялася справою до душі, то кращого фахівця в цій галузі ви не знайдете! Серед пікніків багато людей як технічних, так і творчих професій.

Ключі до ефективної комунікації

1) Найважливіше правило при роботі з пікніками - завжди враховувати їхній комфорт. Інакше вони можуть поводитися абсолютно неналежним чином. Намагайтеся забезпечити максимально зручні умови при співпраці з людьми цього типу, зробіть все, щоб не потривожити їх звичний розпорядок життя. Один з яскравих прикладів типового пікніка - системний адміністратор. Спробуйте нав'язати йому свій графік дня - і почнеться повний хаос. Та він швидше звільниться, чим робитиме те, що порушує його комфорт!

2) Обговорюючи з пікніком умови співпраці, майте на увазі, що на перше місце він завжди поставить особистий комфорт. Спробувавши змусити їх щонебудь робити, ви ризикуєте зіткнутися з величезною кількістю труднощів. Найпростіший спосіб цього уникнути - уточнити в ході переговорів, на яких умовах пікнік згоден працювати.

Головне правило для пікніків - це комфорт.

Сильна сторона пікніків

Це величезна віддача тій улюбленій справі, якою вони займаються. Ці люди дійсно хороші фахівці.

Слабка сторона пікніків

Пікнікам властива підвищена чутливість. Якщо робота їм не до душі, то гірше бізнес-партнера або співробітника ви не знайдете. Більше того, люди цього типу можуть діяти найжорсткішими (і іноді жорстокими) методами, щоб

добитися бажаного результату.

Комбінації і виключення

Буває так, що неможливо швидко визначити, до якого типу відноситься людина. Найчастіше плутають атлетиків і астеніків, оскільки пікніки зовні сильно виділяються. Щоб безпомилково визначити тип, треба користуватися правилом десятків. Існують певні чіткі параметри, що відносяться тільки до конкретного типу:

- У астеніків - обов'язково високий зріст і похилі плечі, тонка худа шия, довгі кінцівки, тонкі тазові кістки, вузькі стегна, великі ступні. Ще один параметр, особливо помітний у чоловіків - нерозвинені грудні м'язи.

- У атлетиків - середній зріст, широкі плечі, розвинена грудна клітка, міцна шия. У них середня тазова кістка, але стегна розвинені. Також у атлетиків добре помітна рельєфність м'язів.

- Відмінна риса пікніків - невисокий зріст, широкі плечі і коротка товста шия. Ноги рівні, як бурульки, іноді навіть незрозуміло, де починаються коліна. Для пікніків характерна наявність щільної жирової тканини.

Орієнтуючись на параметри людини, визначте, які з них потрапляють «у десятки». Якщо не виходить виділити окремий набір десятків, враховуйте число співпадінь. Припустимо, поєднання невисокого росту з ознаками типового астеніка сигналізує про те, що людина на 80% - астенік, але успадкувала деякі риси пікніка. В цьому випадку провідний тип людини - астенічний.

Змішаний тип

Приклад: людина за всіма параметрами - астенік (прямокутна витягнута голова, тонка шия, похилі плечі), але при цьому мала на зріст. Вона надзвичайно розумна, але ледача - а це риса пікніка. Для того, щоб не зазнавати утруднень у визначенні типу, використовуйте малюнки. Як за трафаретом, дивиться, де більше попадань. Якщо співвідношення складає 50/50, то перед вами дуже незвичайна людина. Як правило, пропорція складає 30/70 або 80/20. Шляхом нехитрих умовиводів можна зробити висновок, що і від якого типу успадкувала людина. Найчастіше люди переймають від додаткового типу негативну рису. Припустимо, занадто високі або низькі атлетики страждають від нестачі амбіцій. Їхній провідний тип прагне до лідерства, а додатковий сигналізує, що «і так зійде». Правила спілкування з людиною змішаного типу зберігаються залежно від того, який тип є переважаючим. Але враховуйте доповнення, що стосуються успадкованих негативних рис: наприклад, маленькі худорляві люди вестимуть діалог виключно в комфортних умовах.

Резюмуємо:

Астеніки - інтелектуали. При роботі з ними говоріть про практичну сторону справи. Робіть особливий упор на технічні деталі і тонкощі. Дайте їм висловитися.

Атлетики - борці. Для них украй важливі момент змагання і можливість прояву лідерських якостей. Чітко опишіть зони відповідальності, дозвольте їм самим контролювати ситуацію. Підігрівайте їх інтерес до справи і забезпечте позитивний емоційний фон.

Пікніки - люди, які шукають у всьому комфорт і задоволення. Тому в

переговорах треба робити упор на емоційну сторону справи. Намагайтеся описувати все винятково з позитивної точки зору.

ГОЛОВА

Часто трапляється, що голова не «відповідає» фігурі вашого співрозмовника. Тіло пікніка може вінчати голова астеніка, а тіло атлетика - голова пікніка, і навпаки.

Стандартні форми голови: квадрат, прямокутник, круг.

Рис. 3.4.



Астенікові відповідає прямокутна го

Атлетику - квадратна голова (див. рис. 3.5).



Рис. 3.5.

Перше, чому треба навчитися - так це розрізняти квадратну і прямокутну форми. Найпростіше орієнтуватися на верхівку і нижню щелепу. Як правило, у круглих **Пікніку** **підборіддя** **завжди** **прямі** (див. **рис. 3.6**). У людей з квадратною головою нижня щелепа, навпаки, виступає (і з'являється «генеральська щелепа»), підборіддя завжди пряме.

Як орієнтуватися по верхівці?

Уявіть, що ви поклали людині на голову книгу. Якщо книга не «бовтається» з



одного боку в інший, це означає, що форма голови - квадратна.

Аналіз за формою голови показує, до якої роботи схильна людина. Люди з прямокутними головами присвячують себе виключно інтелектуальній праці.

У роботі володарі такої форми роблять ставку на детальне опрацювання плану. Проте їх проекти часто залишаються нереалізованими.

Люди з квадратними головами кидають виклик собі, оточуючим, світу.

Люди з круглими головами віддають перевагу комфортним умовам роботи. З урахуванням того, що вони займаються розумовою працею, їх ефективність буде прямо пропорційна рівню зручностей.

*Ключ до ефективної комунікації з людьми
зі стандартними формами голови*

При спілкуванні з людьми із стандартними формами голови слід спиратися на правила, викладені стосовно статури: астенікові відповідає прямокутна голова, атлетику - квадратна і пікніку - кругла.

Нестандартні форми голови

Якщо ви зіткнулися з володарем нестандартної форми голови (наприклад, ромбовидною), проаналізуйте людину за іншими її ознаками.

Часто зустрічаються люди з овальними головами. Вони є різновидом круглих, але з «ухилом» до прямокутника. Тут діють ті ж правила аналізу, що і для змішаних типів. Причому люди часто наслідують позитивні якості своєї додаткової форми (наприклад, пристрасна людина - інтелектуал).

Неможливе поєднання прямокутної і квадратної форми одночасно.

Якщо форма голови не відповідає формі тіла людини

У цій невідповідності виражається психологічний феномен: «Я бачу себе усередині інакше, ніж виглядаю зовні». Наприклад, якщо людина високого зросту, логічно припустити, що голова має бути витягнутою і прямокутною. Проте вона - володар круглої голови. Це означає, що людина в душі може бути пристрасним романтиком, при цьому тіло не відповідає її внутрішньому образу - і іншими людьми вона сприймається швидше як «черствий» інтелектуал.

Внутрішній стан завжди відбивається на формі голови («я усередині»), а

тіло демонструє, як людина позиціонує себе в суспільстві («я зовні»).

Наприклад, дівчата з явно вираженими атлетичними формами тіла можуть мати прямокутну голову, характерну для астеніків. Себе така особа відчуває інтелігентною, легкою й «ефірною», а іншими може сприйматися як дівчина з бійцівським характером.

Ви маєте розглядати і тіло, і голову людини, але при цьому враховувати різницю між тим, як вона поводить себе і якою вона себе сприймає. Людина, голова якої гармонійно поєднується з тілом, адекватно оцінює свої можливості. А люди без збігу форми голови і тіла, як правило, різнобічно розвинені особистості.

ФОРМА КИСТЕЙ

Переважання в роботі думок або дій Долоня може мати дві форми: квадратну та прямокутну (завужену і витягнуту): рис. 3.7.

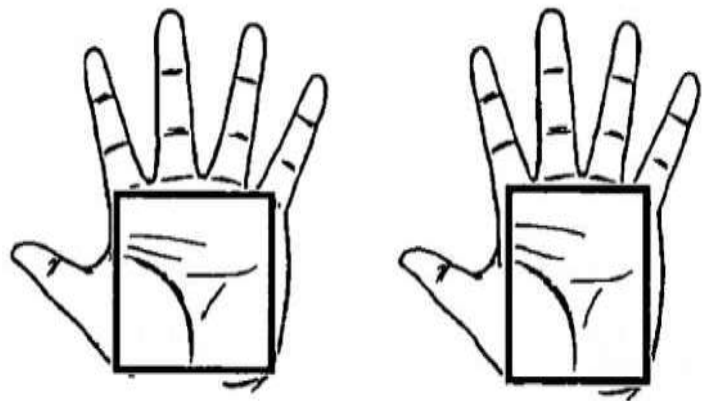


Рис. 3.7.

Квадратну форму долоні мають люди, які спочатку роблять, потім - думають, а потім знову діють. Їм пропонують деяку роботу, вони погоджуються і починають виконувати поставлене завдання. Але в процесі діяльності їх долають сумніви стосовно доцільності такого зайняття. У результаті все закінчується висновком на кшталт: «Я вже цим займаюся, так і бути, закінчу»! І людина продовжує працювати.

У людей з прямокутними долонями все навпаки. Вони спочатку думають, потім роблять, і на закінчення знову думають. Володарі цієї форми виходять з принципу «Краще сім разів відміряти - і один раз відрізати». У роботі вони діють таким чином: після завдання, що поступило, говорять, що їм треба подумати. І починають «пробувати» виконувати завдання маленькими кроками. Кожне нове доручення зв'язане з роздумами на тему: «Як зробити все з першого разу і чи треба воно мені взагалі».

Власники прямокутних і квадратних долонь доповнюють один одного. Кращий варіант ділового партнерства у володарів різних форм долонь. Коли ж співпрацюють люди з долонями однієї форми, вони або довго роздумують, або здійснюють багато необачних вчинків.

Ключ до ефективної комунікації

При спілкуванні з людьми, що мають квадратну форму долоні (спочатку

роблять, а потім думають), говоріть виключно про найближчі дії. Не дозволяйте їм ухилятися від теми і не давайте їм часу на роздуми. Після бесіди з вами вони повинні перейти до конкретних кроків по реалізації проекту.

Зворотна тактика застосовується з людьми, які мають прямокутну форму кисті (спочатку думають, а потім роблять). Дайте їм час на роздуми, змушувати їх переходити відразу до дій - хибна тактика. Використайте маленьку хитрість: призначте час наступної зустрічі (чи дзвінка) заздалегідь, тим самим ви відкладете в їх пам'яті момент, коли треба буде переходити до дій.

ПАЛЬЦІ

За співвідношенням довжини долоні та пальців оцінюється багато-задачність або однозадачність у роботі. Виміряйте середній палець як показано на рис. 3.8.

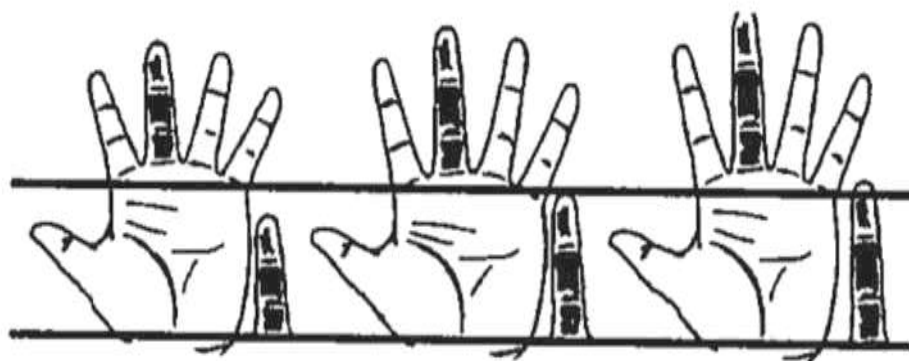


Рис. 3.8.

Відносно долоні він може бути:

- менше долоні - коротким;
- однаковим за розміром;
- явно довшим.

Люди з короткими пальцями одночасно справляються тільки з однією справою. У роботі вони чітко хапаються за щось одне і довго цим займаються. Якщо у вас короткі пальці, не намагайтеся узяти на себе багато зобов'язань. Якщо ж короткі пальці має ваш партнер або підлеглий, не давайте йому багато доручень одночасно.

Люди з короткими пальцями - відмінні виконавці, але вони люблять розбиратися в проблемі з усіх боків. Тому вони - не кращі начальники: коли короткі пальці має керівник, він надмірно «зациклюється» на дрібницях, випускаючи з уваги загальну картину.

Короткі пальці більше властиві пікнікам і атлетикам. Навіть якщо людина має високе чоло, але при цьому короткі пальці, - вона все одно буде тактиком, а не стратегом.

Люди з пальцями середньої довжини - звичайні. З огляду на даний параметр у них немає яскраво вираженого таланту.

Люди з довгими пальцями - чудові керівники: вони можуть одночасно вирішувати велику кількість справ. Але роблять це вони поверхнево, без

занурення в суть проблеми. При цьому у них завжди є своє чітке бачення суті справи. Як правило, довгі пальці характерні для астеніків, які не люблять важку працю (і з радістю наймають помічників).

Ключ до ефективної комунікації

Збираючись спілкуватися з володарем маленьких коротких пальців, покроково розпишіть для нього усі дії, переконайте його, що все виконуватиметься поступово.

Діаметрально протилежну стратегію застосовуйте з людиною, у якої довгі або стандартні пальці - не акцентуйте її увагу на виконанні конкретних завдань. Пообіцяйте, що вона отримає контроль над ситуацією і помічників у розпорядження (якщо це можливо).

Комбінації кистей і пальців

Якщо у людини квадратна долоня і середні (або маленькі) пальці - це гармонійне поєднання. Воно означає, що людина береться за справу відразу, не бере більше, ніж може потягнути, і отже, не «розпилюватиметься».

Комбінація квадратної форми з довгими пальцями сигналізує про те, що людина спочатку робить, а потім думає. При цьому вона роздаватиме вказівки, не розібравшись в ситуації як слід.

Поєднання прямокутної долоні з довгими пальцями також є гармонійним і є ознакою прекрасного керівника - мислячого, справедливого, такого, що враховує велику кількість різних чинників.

А ось поєднання прямокутної долоні і коротких пальців означає, що людина береться за невелику кількість справ і робить їх повільно. Її можна охарактеризувати як нерішучу, багато думаючу і здатну займатися тільки одним завданням в одиницю часу.

Ключ до ефективної комунікації з людьми, що мають однакові форми кистей і пальців

З людьми з ідеальним поєднанням кистей і пальців легко працювати.

Коротка долоня і короткі пальці характерні для людей дії. Переходьте з ними відразу від слів до справи. Не затягуйте, не беріть паузи, а сміливо кидайтеся у вир подій. При цьому спробуйте діяти поетапно, оскільки такі люди мають труднощі з вибудовуванням пріоритетів.

Прямокутна долоня і довгі пальці у вашого співрозмовника говорять про те, що перед вами людина, яка думає і некваплива. З нею слід промовляти усі деталі проекту від початку і до кінця, після чого вона побудує власну систему і почне працювати згідно із нею. Не забудьте позначити дедлайни ще на самому початку.

Ключ до ефективної комунікації з людьми що мають різні форми кистей і пальців

Квадратна долоня і довгі пальці говорять про те, що людина схильна до активних дій, але хапається за все відразу. Щоб ефективно з нею працювати, чітко розпишіть її обов'язки. Не дозволяйте їй виходити за рамки її повноважень.

Прямокутна долоня з короткими пальцями характерна для не високоефективних, навіть трохи ледачих людей. З ними треба працювати, ґрунтуючись на дедлайні. Не навантажуйте їх великим обсягом справ. Ставте

одне маленьке завдання і встановить крайній термін її виконання, причому він має бути в два рази коротший за ваші реальні плани.

Резюмуємо:

Існують дві основні форми долонь: прямокутна і квадратна. Люди з квадратною формою долонь РОБЛЯТЬ-думають-ДІЮТЬ, вони схильні до швидкого переходу до дій; володарі прямокутних долонь ДУМАЮТЬ-роблять-ДУМАЮТЬ. Спочатку вони докладно подумують, а потім виконують поставлене завдання.

Можна виділити три типи пальців (довжина пальців визначається по середньому відносно долоні): 1 - короткі, 2 - однакові з довжиною долоні, 3 - довгі. Люди з короткими пальцями здатні одночасно займатися тільки однією справою, з довгими навпаки - контролювати відразу декілька процесів, але не вникати в їх суть. Володарі середніх (однакових) пальців нічим не виділяються.

Існують різні комбінації поєднань долоні з пальцями. При гармонійному поєднанні таланти людини посилюються. У інших варіантах люди схильні розпилюватися. У обох випадках можна дати тільки одну рекомендацію: чітко розмежуйте обов'язки і ставте жорсткі дедлайни.

ПСИХОДІАГНОСТИКА ЖЕСТІВ, ПОЗИ ТА ХОДИ

Поняття «жест» (з лат. *gestus* - постава, поза, рух тіла) вживається у широкому та вузькому розумінні цього слова. У широкому значенні слова жест - це рухи голови, рук, ніг, м'язів обличчя і тіла. Жест у вузькому значенні слова - це рухи рук. Як вказує у своїй монографії О.Ф. Хміляр, «людина лише руками виконує більш ніж 700 психомоторних рухів, усього ж таких нараховується сім-вісім мільйонів» [6, с. 202]. Жести мають подвійну природу: з одного боку, вони як виразні рухи біологічно зумовлені (навіть будовою людського тіла), з іншого - мають певні соціально зумовлені значення, тобто є знаками або символами. Жести бувають мимовільними і довільними. Мимовільні жести рук більше пов'язані зі змінами психічного стану людини, ніж довільні. Вони також є менш контрольованими, ніж довільні. Зміни у психічному стані партнерів по спілкуванню (звичайно, з врахуванням контексту ситуації спілкування) впливають на жести рук і відтак можуть бути індикаторами, зокрема, неправдивості, намагання ввести в оману іншу людину (див. теми 7, 8).

У літературі виділяють жести вказівні, підсилюючі, демонстративні, дотичні.

Значення найбільш типових жестів-знаків або символічних жестів у європейській культурі можна проілюструвати наступним чином:

«Мені не подобається, що ви говорите, і я з вами не згоден».

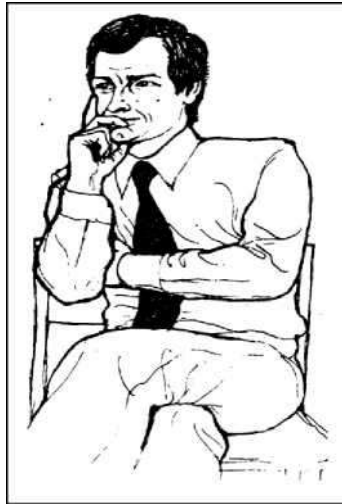


Рис. 3.9. Жест незгоди

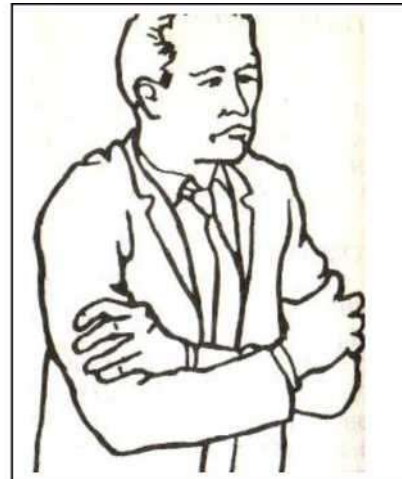
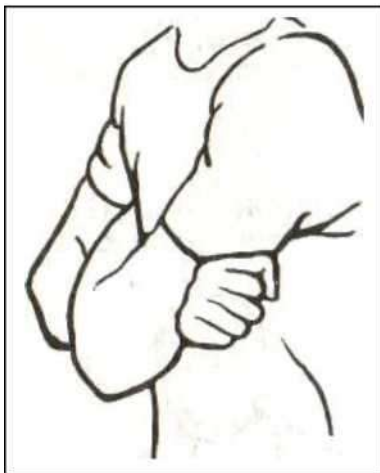
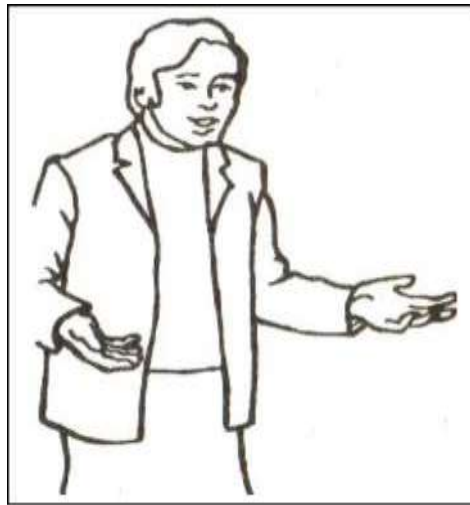


Рис. 3.11. Жести підозри та скритості



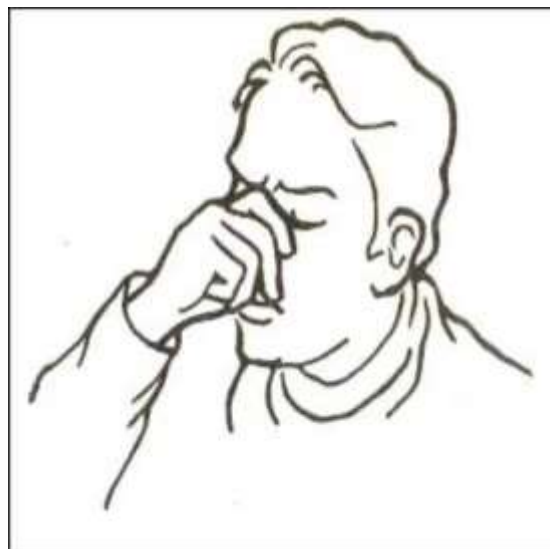
Рис. 3. 12. Наступальна позиція

Жести міркування та оцінки. Жест «пощипування перенісся», який зазвичай поєднується з закритими очима, говорить про глибоку зосередженість і напружені міркування. Коли співрозмовник перебуває на стадії прийняття рішення, він чує підборіддя. Цей жест зазвичай супроводжується примруженням очей - співрозмовник ніби розглядає щось удалині, намагаючись знайти там відповідь на своє питання.



Жести сумніву та невпевненості. Найчастіше пов'язані з почісуванням вказівним пальцем правої руки під

Типовий жест сумніву та невпевненості



мочкою вуха або ж бічної частини шиї.

Дотик до носа чи його легке потирання - також знак сумніву

Рис. 3.14.

Жести, що свідчать про бажання навмисно затягти час. Для того, щоб затягти час з метою обдумати кінцеве рішення людина може робити такі жести: постійно знімає та одягає окуляри; постійно протирає лінзи на окулярах.

Жест «ходіння» служить знаком того, що не слід поспішати. Багато співрозмовників вдаються до цього жесту, намагаючись «затягти час», щоб розв'язати складну проблему чи прийняти важке рішення.



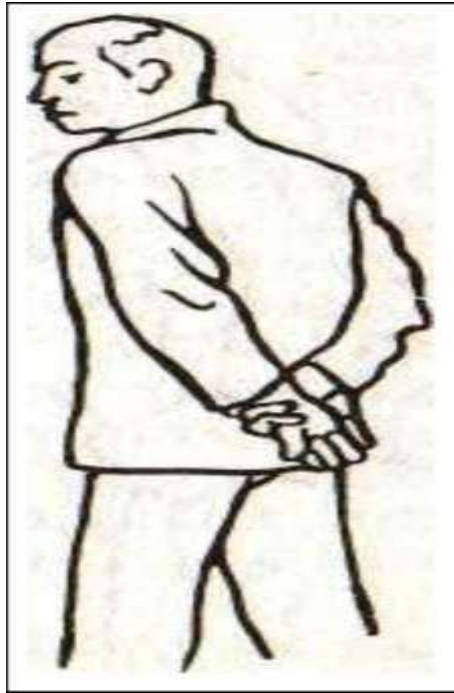


Рис. 3.16. Людина засмучена і намагається взяти себе в руки

Жести незгоди. Співрозмовник збирає ворсинки, звичайно сидить, відвернувшись від інших, дивиться в підлогу. Це найбільш популярний жест несхвалення. Коли співрозмовник постійно збирає ворсинки з одягу, це є ознакою того, що йому не подобається все, про що тут йдеться, навіть якщо на словах він з усім згоден.

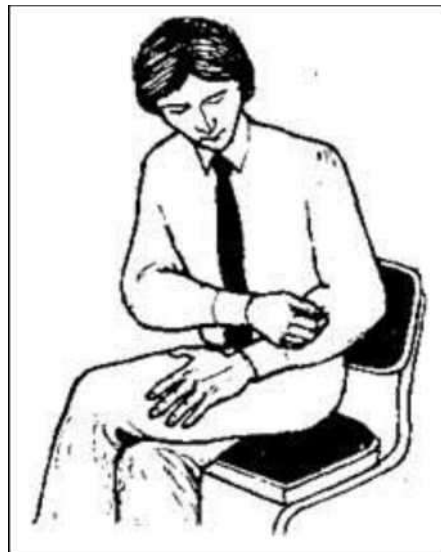


Рис. 3.17. Жест незгоди

Жести впевненості. З'єднання пальців у купол піраміди, розгойдування на стільці, закладання рук за спину з захопленням зап'ястя, закладання рук за голову.

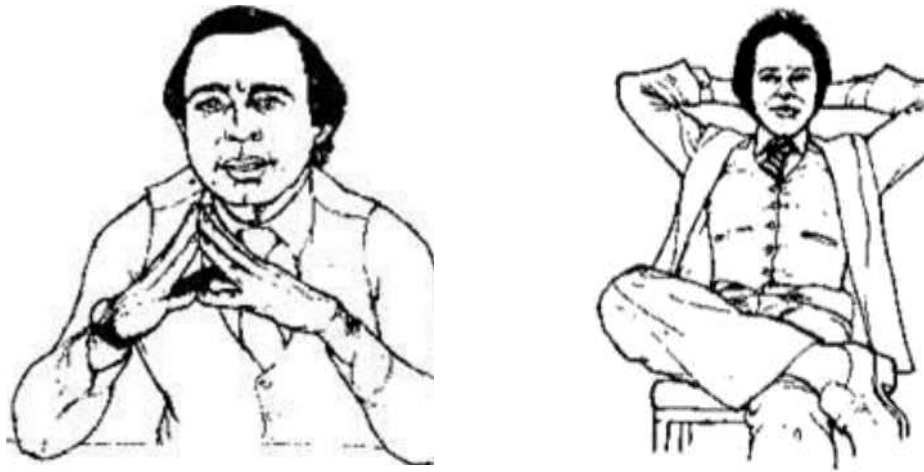


Рис. 3.18. Типові жести впевненості

Жести готовності. Руки на стегнах - це перший явна ознака готовності. Опора на стіл широко розставленими руками - це сильний заклик «Слухайте ж мене, у мене є що сказати!».

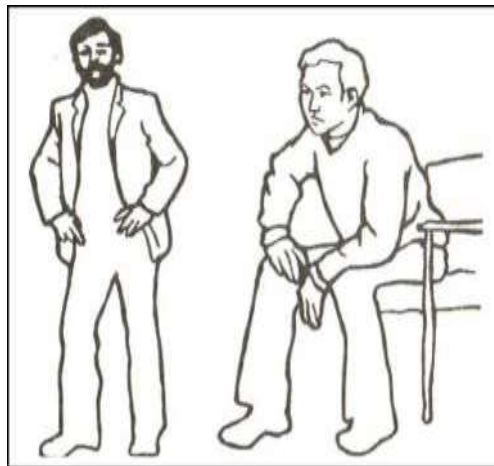
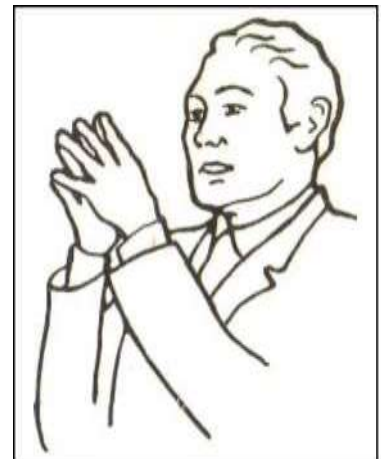


Рис. 3.19. Типові жести готовності



Жести довіри. «Купол» - пальці з'єднуються на зразок купола храму, це означає довірливість, але часто деяке самовдоволення, помірність в своїй непогрішності, егоїстичність або гордість.

Інформативним є також такий жест як рукостискання. Занадто коротке, мляве рукостискання дуже сухих рук може свідчити про байдужість. Тривале рукостискання і занадто вологі руки свідчать про сильне хвилювання. Трохи подовжене рукостискання поряд з посмішкою і теплим поглядом демонструє дружелюбність.

Далі услід за П. Екманом ми розглядатимемо жести саме як рухи рук людини.

ПОЗА

Поза - це положення людського тіла, типове для даної культури. Поза знаходить вираження у різних положеннях голови, плечей, тулуба, рук і ніг людини. Як пише О.Ф. Хміляр, гармонійний зв'язок цих компонентів надає позі природності, завершеності, а розкладання її на окремі елементи приводить до втрати цілісності, і, як наслідок, зникнення самого феномену «поза» [6, с. 265]. Загальна кількість різних стійких положень, які здатне прийняти людське тіло, близько 1000. Поза наочно показує, як людина сприймає свій статус по відношенню до статусу інших людей. Головною відмінністю поз від жестів, є те, що жести зазвичай є динамічними, а пози - статичними.

Наприклад, люди з більш високим статусом приймають більш невимушені пози, ніж їх підлеглі. Так, людина, що бажає заявити про себе, буде стояти прямо, в напруженому стані, з розгорнутими плечима, іноді впершись руками в стегна, в той час, як людина, якій не потрібно підкреслювати свій статус, буде знаходитися у вільній невимушеній позі, розслабленій, спокійній.

Поза є статичним вираженням внутрішнього стану людини через положення тіла і його частин. За відсутності всіх інших засобів через позу можна передати не тільки психічний стан, але і своє ставлення і навіть повідомити новину. Складовими пози виступають положення тіла і його частин відносно одна одної і до співрозмовника, м'язова напруга, розташування тіла в просторі. Значущими для пози є напрямок тіла, рук, їхні розвороти, голова, положення якої в деяких позах бере на себе основну функцію в передачі інформації. Напрямок повороту голови по відношенню до тіла і партнера, тонус шийної частини включаються в інтерпретацію смислового змісту пози. На відміну від вербальних засобів спілкування, які використовуються людиною переважно усвідомлено і цілеспрямовано, жести, а особливо пози, часто є неусвідомленим засобом вираження психічного стану. Тому зрозуміти мотиви поведінки, істинні почуття в більшій мірі, ніж слова, допомагають пози людини. Приклади типових поз:

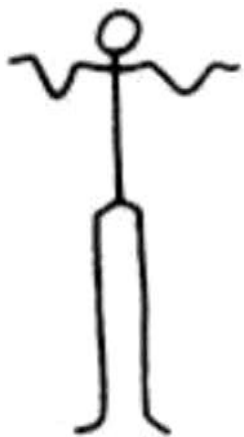


Рис. 3.21. Пoза збентеження

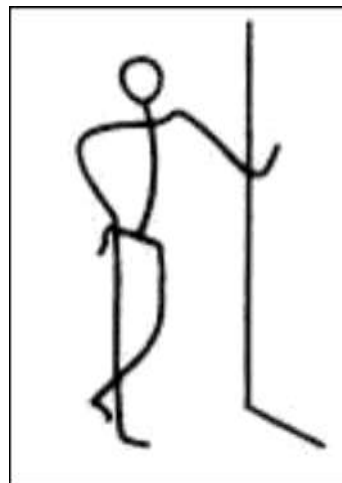


Рис. 3.22. Пoза зневаги

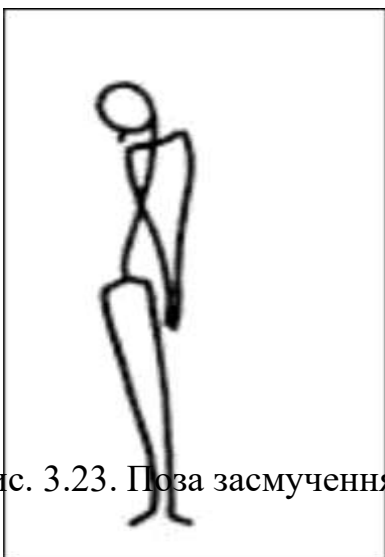


Рис. 3.23. Пoза засмучення

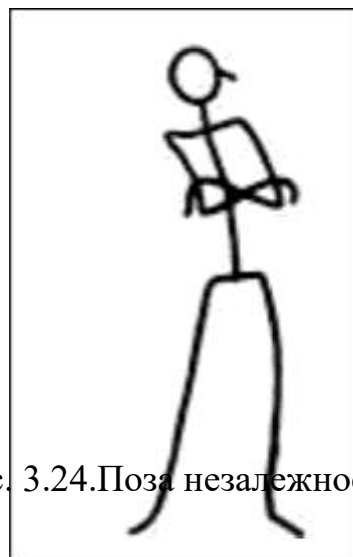


Рис. 3.24. Пoза незалежності

О.Ф. Хміляр наводить таблицю, що ілюструє значення поз у різних культурах [6, Декодування

Таблиця 4.13 с. 270-272]:

Символічна назва пози	Символічне трактування пози в різних культурах					
	Країни Європи	Японія	Китай	Країни Америки	Країни Африки	Австралія
Стояти на одній нозі/ стояти на одній нозі, спираючись іншою на внутрішню частину коліна опорної ноги	Поза не використовується. Символічного значення не має				Символ відпочинку. Люди приймають цю позу, коли хочуть розслабитися	Дискурсивна по за. Свідчить про належність людей, що спілкуються, до однієї групи. Нога не змінюється
Сидіти навпочіпки	Використовується дітьми, дорослим не властива	Символ готовності до ведення спортивної боротьби		Символ комфорту в південноамериканських та африканських країнах		Символічного значення не має
Згорблена поза	Символ старості, психомоторного нездужання					
Людина сидить, корпус відхилений назад, руки складені в "замок", відведені за голову, прийнявши форму арки	Символ спокою і відпочинку	Символ невихованості, нетактовності		Символ спокою і відпочинку в північноамериканських країнах	Символ трауру, жалю за померлою людиною	Символ спокою і відпочинку
Сидяча поза, (сидіти обнявшись 3 іншим (ю), сидіти на колінах іншого	Символ симпатії, дружнього ставлення, любові	Символ втрати самоконтролю	Символічного значення не має	Символ пошуку в партнері тепла, душевного відгуку	Символ поваги до адресата	Символ симпатії, дружнього ставлення, любові
Людина стоїть на колінах з піднятими руками	Символ капітуляції, покірності	Символ прохання		Символ покірності	Символ низького статусу	Символ прохання

психомоторних символічних поз ^представниками різних культур

Втягнутий живіт	Символічного значення не має	Символ морального, духовного розвитку та спокою	Символ внутрішньої сили, гідності, спокою	Символічного значення не має		Символ інтенсивності переживання емоцій
Нахил корпусу в бік адресата	Символ пошуку співчуття, прагнення відшукати в партнерові душевний відгук, тепло					
Сидіти “нога закладена на ногу”	Символ закритості, “внутрішнього діалогу”, напруженості	Символ найвищого напруження конфронтації	Символ демонстрації незалежності	Символ розкритості, впевненості	Символ “нечистих, недобрих намірів”	Символ підозри і недовіри
Руки при ходьбі (стоянні) на стегнах	Символ досягнення мети найкоротшим шляхом за найкоротший час, готовність до дії					
Глибокий уклін	Символ приниження, надмірної шанобливості	Символ поваги до іншого	Символ високого рівня нерівності	Символ приниження	Символічного значення не має	
Погляд “очі-в очі”	Символ палкої відданості, “закоханості”	Символ інтересу. Примружений погляд - символ недовірливого контролю		Символічне прагнення заволодіти іншою людиною	Символ зазіхання на статус іншої людини	Символ довіри
Сутулість, періодичний погляд в стелю	Символ інформаційного перевантаження					
Відкрита жіноча поза (лікті далеко від тіла, ноги витягнуті, коліна розведені)	Символ відсутності почуття дискомфорту (заборонена етикетом)	Символ аморальності		Символ відкритості, доступності в спілкуванні	Символ “запрошення”	Символ відсутності почуття дискомфорту
Закрита жіноча/чоловіча поза	Символічне значення протилежне відкритим позам					
Сором’язлива сидяча поза	Символ невпевненості					
Людина тупцює, переносить тягар тіла з однієї ноги на іншу	Символ нерішучості					
Стояти “руки в боки”	Символ статусу, недружелюбності; (Україна, Росія); символ відрекомендування під час знайомства (Іспанія)	Символічного значення не має		Символ невизнання іншої сторони; символ статусу	Символічного значення не має	Символ “виклику”, запрошення до розмови

Закінчення таблиці 4.13

Сидіти, витягнувши ноги вперед	Символ зневаги до співрозмовника (Ісландія), в інших країнах символ не прижився	Символ невихованості, нетактовності	Символ свободи і незалежності	Символічного значення не має	
Стійка з широко розставленими ногами	Символ потреби у самоствердженні	Символ втрати самоконтролю	Символ високої самооцінки	Символ агресивного наміру	Символ високої самооцінки
Руки під час ходьби (сидіння) на стегнах	Символ досягнення мети найкоротшим шляхом, за найкоротший час; готовність до дії				
Людина сидить на краю крісла, подавшись вперед, голова нахилена, сперта на руку	Символ інтересу, невпевненості				

Таблиця 3.1. Значення поз у різних культурах

ХОДА

Хо́да - це стиль пересування. Найважливішими ознаками ходи є взаємоузгодженість та амплітуда пов'язаних з ходьбою рухів тіла, ступінь напруженості м'язів, швидкість пересування, довжина і кількість кроків за одиницю часу та їх ритм. Монтепер зі співавторами виявили, що коли людина щаслива, вона «летить», її кроки більш часті й легкі, а коли страждає, то майже не розмахує руками. Випробовувані з великою точністю впізнавали за ходою такі емоції як гнів, страждання, гордість, радість. Виявилося, що найважча хода - при переживанні гніву, найлегша - при переживанні радості; млява, загальмована хода - ознака страждання. Найбільша довжина кроків характерна для почуття гордості.

Швидкість ходи залежить від гендерних особливостей, темпераменту, сили спонук: як відомо, холерики неспокійні і нервові, жваві і активні; натомість флегматики - спокійні і розслаблені. Широкі кроки більш характерні для чоловіків. Короткі, маленькі кроки частіше зустрічаються у жінок. Підкреслено широка і повільна хода може свідчити про прагнення створити враження про себе як про «поважну особу». Сильні і розгонисті рухи покликані демонструвати оточуючим силу і значимість особистості. Ритмічна хода (напруга і розслаблення змінюються ритмічно, рухи туди-сюди плавно перетікають один в одний) свідчить про піднесений, але врівноважений настрій; напружена хода - про особливу увагу і готовність до дій. Якщо людина перебуває у веселому настрої, то її хода часто прискорюється без будь-якого приводу. Зарозумілі або безтурботні люди часто грайливо погойдуються при ходьбі - певно, від задоволеності життям та собою.

Рівномірна хода з напругою у тілі, прямолінійною траєкторією (особливо коли верхня частина тіла нахилена вперед і кроки при ходьбі широкі) свідчить про готовність до вольових зусиль, зібраність, цілеспрямованість. Рівномірна хода відрізняється від ритмічної. Інколи можна спостерігати, як змінюється хода людини, якій під час прогулянки раптом прийшла в голову якась важлива ідея або важливе рішення, що спонукає до негайних дій - з ритмічної вона перетворюється на рівномірну. Прикладом рівномірної ходи може бути армійський маршовий крок, особливо на плацу (рівномірний ритм - це лише початкова ступінь рівномірної ходи).

Психологічне значення оформлення зовнішності.

Кольорова самопрезентація

Під «зовнішнім виглядом» ми розуміємо індивідуально неповторну сукупність фізичних («тілесних») особливостей людини (зріст, вага, статура, особливості шкірних і волосяних покривів і т. д.), а також деталей оформлення зовнішності (одяг, аксесуари (прикраси), зачіска, косметика, пристосування для компенсації різних дефектів - окуляри, вставні зуби і т. ін.). Кожен елемент зовнішнього вигляду є інформативним (наприклад, конституціональні особливості людини послужили основою для створення типології особистостей Е. Кречмера і У. Шелдона, особливості обличчя лягли в основу прадавньої науки про характери - фізіогноміки, а особливості шкіри на долонях рук - хіромантії і т. п.). Особливості зовнішнього вигляду

сигналізують про расову, національну і статеву приналежність людини, дозволяють судити про її вік, соціально-класову приналежність, стан здоров'я і т. ін.

Характерною рисою сприйняття зовнішнього вигляду людини є його вибірковість: одні його елементи виступають як більш, а інші - як менш значимі. Вибірковість сприйняття зовнішнього вигляду людини залежить від мотиваційних і особистісних особливостей того, хто сприймає (його потреб, мотивів, спрямованості, а також умов сприйняття - контексту ситуації спілкування. Наприклад, в ситуації спілкування незнайомих людей зовнішній вигляд має певне значення - в літературі найчастіше вказується на важливість першого враження, що формується не в останню чергу на основі сприйняття зовнішнього вигляду тих, що спілкуються. Пізнавально-оцінна діяльність суб'єктів спілкування розпочинається із сприйняття і оцінки зовнішнього вигляду. За деякими даними, враження про співрозмовника складається впродовж перших двадцяти хвилин спілкування, а надалі воно уточнюється і коригується. Велике значення в сприйнятті зовнішнього вигляду мають відомі механізми соціальної перцепції: соціальне порівняння, стереотипізація, каузальна атрибуція, ідентифікація, емпатія, рефлексія. Особливо слід підкреслити значення моди (бути модним - означає бути сучасним) і конгруентності зовнішнього вигляду.

Кольорова самопрезентація.

Тест Люшера дозволяє виявити дорефлексивні, довербалізовані переживання і стосунки. Цей тест слабо теоретично осмислений і є фактично емпіричною процедурою, що спирається на віковий досвід художників і натурфілософів.

Символічні навантаження (конотативні значення) восьми основних кольорів:

Синій - колір спокою, розслаблення, занурення в медитацію. Вибір синього кольору в якості того, якому віддається перевага в найбільшій мірі, відбиває фізіологічну і психологічну потребу людини у спокої. Щоб підвищити основне значення синього кольору, в тесті Люшера використовують темно-синій. Заперечення темно-синього означає, що людина уникає розслаблюючого спокою. При захворюванні або перевтомі потреба в синьому кольорі збільшується.

Зелений містить в собі приховану потенційну енергію, відбиває ступінь вольової напруги. Люди, що вважають за краще зелений, прагнуть до самовпевненості і упевненості взагалі. Люди екстравагантні і ексцентричні, такі, що домагаються вирішення поставлених задач не цілеспрямованою вольовою активністю, а несподіваними емоційними викидами, відкидають зелений колір як несимпатичний. Разом з ними зелений колір відкидають люди, що знаходяться на межі фізичного або психічного виснаження.

Червоний - колір крові, символізує збудження, енергетизм. Кандинський описує червоний колір як дуже живий, повний натхнення, неспокійний. Цей колір також є символом еротизму. У африканських любовних посланнях, що являють собою широкі ланцюжки кольорових

перлин, червоні кульки означають: Я пристрасно кохаю тебе; я дуже сумую за тобою. Червоним, як правило, буває і інтимне світло нічного кафе. Рембо вважає, що жінку, що одягається в червоне, легко спокусити.

Відраза, ігнорування червоного кольору відбиває органічну слабкість, фізичне або психічне виснаження. Військовополонені, роками вимушені жити за колючим дротом в загрозливих життєвих умовах, особливо часто відкидали його. Перевагу червоному кольору найчастіше віддають підлітки. Зв'язок енергетичності з молодістю (її красою і здоров'ям) знайшов відображення в російських словосполученнях: «красний молодець, красна девица».

Жовтий виходить від змішення зеленого і червоного. Це оптичне об'єднання відповідає і психологічному началу жовтого кольору. Червоний як збудження і зелений як напруга створюють в результаті збуджену напругу, що вимагає розрядки, результат якої може бути як благополучним, так і трагічним. Можливість розрядки напруги у бік небуття символізує поєднання жовтого з чорним. Вибір цього поєднання характерний для людини, яка часто так само, як і Ван Гог, в останній картині якого чорні ворони кружляють над чорно-синіми грозовими хмарами, над жовтим пшеничним полем, що хвилюється, стоїть на межі самознищення. Найбільшу перевагу жовтому віддають вагітні жінки, які очікують благополучного результату пологів, а також люди, схильні до зміни місць, гнані вітром мандрів.

Жовтий - так само як і червоний - колір енергетизму. Цей колір найбільш близький до денного світла. У своїй вищій чистоті він завжди несе з собою природу світлого, радість, бадьорість, ніжне збудження (Гете). Жовтий колір турбує людину, збуджує її і відбиває характер вираженої в цьому кольорі сили, яка стає зухвалою і нав'язливою. В цьому випадку він звучить як усе більш голосно і різко співаюча труба або високий звук фанфар (Кандинський). Жовтий також трактується як колір осяяння (ореол Христа і Будди).

Фіолетовий - утворений злиттям активного червоного і заспокійливого синього. М. Кузанський називав його гармонією протиріч. У Америці і Європі фіолетовий колір відкидається як неприємний, особливо інтелектуально розвиненими людьми і людьми мистецтва. Етнологи, що проводили дослідження незайманих культурним впливом жителів Центральної Бразилії і Африки, встановили, що фіолетовий колір є у них найулюбленішим. Йому віддається перевага дітьми до настання статевої зрілості. Мабуть, фіолетовий колір символізує властиву людині інфантильність і навіюваність, потребу в підтримці, опорі. У цьому сенсі вибір або заперечення фіолетового кольору виступає своєрідним індикатором психічної і статевої зрілості.

Коричневий виходить з помаранчевого, до якого домішується чорний. Імпульсивна життєва сила червоного завдяки затемненню тьмяніє, стримується, або, як говорять художники, завмирає. Коричневий втрачає експансивний активний імпульс і життєву ударну силу червоного. У коричневого залишається тільки життєвий стан. Ця життєвість в коричневому, втрачаючи активність, стає пасивною. Віддання переваги коричневому відбиває прагнення до простих інстинктивних переживань, примітивних чуттєвих радощів. Є дані про віддання переваги коричневому кольору курцями

опіуму. Вибір його в якості найбільш прийняттого говорить також про фізичне виснаження. У нормі разом з чорним коричневий колір відкидається найчастіше.

Чорний. Якщо вибір хроматичних кольорів відбиває відношення суб'єкта до різних емоційних сфер, то віддання переваги ахроматичним (білому, сірому, чорному) показує швидше вегетативний тонус і загальний психоенергетичний рівень, на якому знаходиться людина. Вибір чорного свідчить про наявність деякого кризового стану і характеризує агресивне неприйняття світу або себе (згадаємо чорні прапори анархістів або чорні вітрила піратських кораблів). Чорний колір виражає ідею ніщо, ніщо як абсолютну відмову, як смерть або як «ні» у бойовому протесті. У європейській культурі це колір трауру. Діти, що гостро переживають відсутність турботи і любові, часто використовують чорне штрихування в малюнку. У нормі чорний колір, як правило, відкидається.

Сірий вільний від будь-яких психологічних тенденцій - це нейтралітет, межа, що відділяє людину від будь-яких переживань. Часто сірому кольору віддається перевага перед усіма іншими при сильній перевтомі. Він як бар'єр, що відгороджує від подразників зовнішнього світу, а в ситуаціях тестування як засіб захисту від проникнення іншого у внутрішній світ випробовуваного. Дослідження близько двох тисяч молодих чоловіків в ситуації конкурсних іспитів на заміщення вакантних посад показали, що сірий колір ставили на перше місце 27% випробовуваних замість звичайних 5% в нейтральній ситуації.

Традиція впорядкування об'єктів і подій навколишнього світу в символічному забарвленні бере свій початок у глибоко архаїчному мисленні (Тернер, 1972). Як у фізичній дійсності разом з електромагнітними і гравітаційними існують так звані слабкі взаємодії, в десятки тисяч разів слабкіші, ніж гравітаційні, але такі, що тим не менше забезпечують єдність атомного ядра, так і в людській свідомості разом з потужними понятійними основами класифікації і категоризації мають місце і слабкі взаємодії плану вираження і плану змісту. Мислення архаїчної людини, що гостро потребувало впорядкування і осмислення світу, але ще не озброєне понятійними формами уловлювало і закріплювало ці слабкі взаємодії в кольоро-символічних класифікаціях. Колірний символізм, об'єднуючи об'єкти, що мають для суб'єкта схожий емоційний тон, допомагає упорядкувати їх, побудувати прості узагальнення і виділити деякі закономірності, що дозволяють орієнтуватися у цьому світі.

Механізмами, що реалізують відповідність кольору і емоційного стану, являються, очевидно, механізми синестезії. Феномен синестезії полягає в тому, що відчуття однієї модальності оцінюється і описується в категоріях іншої сенсорної системи (оксамитовий голос, кисла фізіономія, нудьга зелена і тому подібне). Фізіологічними механізмами синестезії є кросмодальні переходи, коли збудження, що виникло в одній сенсорній системі, транслюється не лише у власні проекційні зони мозку, але по колатераліям аксонів потрапляє в проекційні зони інших сенсорних систем і викликає

супутне першому відчуття. Очевидно, є певні взаємозв'язки фізіологічних систем, що відповідають за відчуття кольору (Соколов, Ізмайлов, 1984; Ніколаєнко, 1985) і емоційного мозку, який включає зони гіпокампа, лімбічної системи, зони гіпоталамуса, що утворюють коло Папеца. За допомогою механізмів синестезії на основі сприйняття однієї модальності відбувається відтворення, реконструкція цілісного інтермодального образу. Американський дослідник Лоуренс Марк (1975) розглядає синестезію як універсальну форму домовної категоризації, передуючу категоризації в поняттях. У дослідженнях по побудові семантичного простору, проведених на матеріалі малюнків Чюрльоніса і вербальних понять, було показано, що семантичні структури образної і вербальної форм репрезентації тотожні на рівні глибинної семантики, тобто природна мова і мова образів, символів може бути зредукована до деякого єдиного простішого і, очевидно, генетично первинного коду, що характеризується емоційною насиченістю і малоструктурованою образністю (Петренко, Ністратов, Хайруллаєва, 1980). Подальше дослідження Н.А. Русиной (1981) показало можливість зведення до цього коду також тактильної і смакової чутливості. Дослідження К. Черсу (1977) продемонструвало наявність синестезичних узагальнень у сліпоглухонімих. Численні дослідження семантичних просторів на базі різних національних мов показали універсальність цього глибинного синестезичного коду у представників різних культур (Осгуд, 1964).

До цього ж універсального коду зводяться, очевидно, і колірні відчуття. Так, в дослідженнях О.М. Еткінда (1985) кодування голосів дикторів, що знаходяться в різних емоційних станах, за допомогою колірних карток Люшера (ранжирування їх в порядку відповідності голосу) виявило як інтерсуб'єктну схожість 200 випробовуваних росіян, так і транскультурну інваріантність колірних описів цих голосів при порівнянні з 80 випробовуваними з Німеччини. Транскультурна інваріантність кольороемоційних зв'язків, виявлена для представників російської і німецької мов, дозволяє не лише використати інтерпретацію символічного значення кожного кольору, запропоновану Люшером і його німецькомовними послідовниками, стосовно російської культури, але і є вагомим аргументом на користь міжкультурної універсальності колірної символіки.

Конотація символіки кольору залежить і від історико-соціального контексту, процесів, що відбуваються в суспільстві: міняються асоціації, семантичні зв'язки і стосунки. Так, деякий колір, будучи кольором прапора певної держави або символом деякого соціального явища (наприклад, чорний колір одягу романтиків епохи байронізму), отримує додаткові смислові асоціації, що визначають можливий розрив між його символічним кодами, і тим самим набуває національно-культурну специфічність свого символічного змісту.

Національно-специфічне швидше відношення до змісту, що кодується кольором. Наприклад, коли в якості доказу того, що колірна символіка національно-специфічна, а не універсальна, наводять зазвичай приклад того, що в європейській культурі колір трауру - чорний, а у японців - білий, то

забувають, що символіка білого кольору (чистої білої дошки) означає девственне начало, народження нового і одночасно розчинення, зникнення старого. У рамках буддистської традиції, де життя мислиться як ланцюг взаємопереходів буття і небуття, початок і кінець не такі антонімічні полюси, як у європейському світовідчутті, і способи життя і смерті, символіка чорного і білого мисляться в діалектичній єдності. У наявності не відмінність колірної символіки, а відмінність в переживанні і трактуванні буття [2].

Питання для самоконтролю

1. Як пов'язані між собою будова тіла й індивідуально-психологічні особливості людини в теорії Кречмера?
2. В чому відмінність теорії Е. Кречмера від теорії У. Шелдона?
3. Дайте характеристику астеніків, атлетиків та пікніків за О. Петровим.
4. Що входить в поняття «зовнішній вигляд» і яка інформація про особистість може бути отримана при його сприйнятті?
5. Що таке «жест» у широкому і вузькому значенні цього слова?
6. Якими є найважливіші характеристики ходи?