

Palabras:470

Editor : Edufuturo

EL LENGUAJE DEL CUERPO: POSTURAS y

GESTOS



La definición de lenguaje corporal, es muy parecida a la de comunicación no verbal. El lenguaje corporal son todos los movimientos, posturas, poses y gestos que expresamos cuando le hablamos a otra persona, cuando estamos en público, o a veces simplemente al movernos. Es un lenguaje INCONSCIENTE.

Si dos personas están hablando, puedes notar si están inclinadas uno frente a la otra, si alguien tiene los brazos cruzados, si su postura es la correcta para prestar atención, etc. Esto es el lenguaje corporal.

Si cuando caminas por la calle notas personas distraídas en su andar, o personas que pisan fuerte, con el puño cerrado y moviendo muchos los brazos...es lenguaje corporal.

Si cuando tu padre o tu madre te habla y cruzas los brazos, te alejas, volteas a ver a todos lados... es lenguaje corporal.



Cuando llegamos a la casa de alguien y en la forma que nos reciben con gestos o movimientos, sabremos si estamos bienvenidos o no. Si les agradamos, nos pueden mostrar los brazos abiertos, agitar la manos, sonreír... estaremos bienvenidos. Si tiene los brazos cruzados, casi no se mueven, vuelven la vista hacia abajo... no estamos bienvenidos.

Un hombre tiene gestos distintos que una mujer. El hombre es más brusco y tiene movimientos más rápidos, la mujer tiene movimientos más suaves. Un niño puede notar instintivamente estos movimientos y se acercará al protector que necesite. Estos movimientos también pueden ser vistos en animales y muchas veces se ejemplifica el movimiento de una persona como el del animal. Por ejemplo: el ladrón iba sigiloso como el gato. O,... Ella se puso a la defensiva, usando su instinto animal.

Está comprobado que al hablar con alguien estamos moviéndonos continuamente. Aunque no miremos a nuestro interlocutor, la forma de sentarnos frente a él o la manera de colocar los brazos pueden mostrarle que sentimos interés por lo que nos dice (si cruzamos los brazos sobre el pecho, nos hace pensar que nos están escuchando mejor que con los brazos colgando a los lados del tronco).

También se ha observado que cuando dos personas discuten, y coinciden en opinión, acabarán adoptando la misma postura, pero no ocurre así si no se ponen de acuerdo con el tema.

En resume, el cuerpo habla y debes tener cuidado sobre tus posturas, como escuchas a las personas en un ambiente de trabajo, como te mueves y comportas cuando estás con grupos, si copias o no a un amigo o amiga. Por último, que el lenguaje del cuerpo no es universal, pues depende estrechamente de las culturas. Por ejemplo, en Japón para saludar se inclinan, en Francia se besan dos veces y en Estados Unidos, se dan la mano, o si es un extraño, saludan pero no se acercan.