# كيف تقرأ حركات جسد الآخر؟

◄- إذا حَكّ محدّثك أنفه أو مَرّر يديه على أذنيه ساحباً إياهما، بينما يقول لك إنّه يفهم ما تريده، فهذا يعني أنّه حائر بخصوص ما تقوله، ومن المحتمل أنّه لا يعلم مطلقاً ما تريد منه أن يفعله، أو أنّه يشك في صحّة ما تقوله.

- إذا قطّب هذا الشخص جبينه ونظر إلى الأرض في عبوس، فإنّ ذلك يعني أنّه حائر أو مرتبك أو أنّه لا يحب سماع ما قلته. أما إذا قطّب جبينه ورفعه إلى أعلى، فإنّ ذلك يدل على دهشته لما سمعه منك.

- عندما يهزّ الشخص كتفه فهذا يعني أنّه لا يبالي بما تقول.

- إذا نقر الشخص بأصابعه على ذراع المقعد أو على المكتب فهذا يشير إلى شعوره بالعصبية أو أنّ صبره قد نفد.

- عندما يضم الشخص ذراعيه إلى صدره، فهذا يعني أنّه يحاول عزل نفسه عن الآخرين أو يدل على أنّه

خائف.

- عندما يفرك يديه بعضهما بعضاً، فهذا يدل على أنّه مستعد للانتظار. أما إذا وضع يديه على خده، فذلك إشارة أنّه يَتمعّن في ما تقوله ويتأمل بما يسمعه.

- إذا حَكّ الشخص رأسه أثناء الحديث معك، هذا يعني أنّه يفكر في شيء ما أو يحاول أن يتذكره.

فهم لغة العيون:

تمنحك العين واحداً من أكبر مفاتيح الشخصية، التي تدلك بشكل حقيقي على ما يدور في عقل من أمامك. فعندما تنظر في عين الشخص الآخر، يمكنك أن تشعر وتفهم ما يقوله بشكل أفضل. لهذا في المرة المقبلة عندما تحدّث شخصاً انظر جيّداً في عينيه، وتابع اتجاهات نظراته وحجم دقة العين لتفهم جيّداً ما يقوله. فإذا اتّسَع بؤبؤ العين وبدا للعيان، فإنّ ذلك دليل على أنّه سمع منك تَوّاً شيئاً أسعده. أما إذا ضاق بؤبؤ العين، فالعكس هو ما حدث. في حالة الشغف والإثارة، فإنّ حدقة العين تتسع وتكون مفتوحة وكبيرة الحجم، أما في حالة الغضب، فإنّها تكون مغلقة وصغيرة الحجم. وإذا ضاقت عيناه أكثر أو فركهما ربما يدل على أنّك حدّثته عن شيء لا يصدقه. اعلم أنّه إذا حاول أن يتجنب النظر في عيون الناس ومن حوله، فهذا يدل على أنّه فاقد الثقة بنفسه.

- لكي تساعد الشخص الآخر على متابعة حديثك أثناء شرح موضوع مهم، استعمل وسيلة إيضاح مثل الكتاب، واستعمل القلم لتشير به إلى الكلام المكتوب، ثم ارفعه بين عينيك وعينيه واحرص على أن يكون كف يدك الأخرى ظاهراً، فبذلك تحظى بتركيزه كلياً.

- عندما تتكلم في موضوع مهم، تَخيّل مثلثاً على جبهة الشخص الذي تتكلم معه وانظر فيه، فهذا يدل على أهمية الموضوع الذي تتكلم عنه. واعلم أنّك عندما تتكلم مع أي شخص، وتنظر في مثلث بين العينين والفم، فهذا يخلق جوّاً مريحاً بينكما ►.