02. Az emberi kommunikáció nem nyelvi jelei és kifejezőeszközei

Az emberi kommunikáció több csatorna igénybevételével történik. Kommunikáció során digitális és analóg kódok dekódolásával jutunk el az információ értelmezésére.

Nem csak beszéddel lehet kommunikálni, hanem egyéb nem nyelvi formákban is akár mutogatással, integetéssél stb., ezekkel valamilyen üzenetet közvetítünk és mások nem nyelvi üzenetét képesek vagyunk felfogni. Akkor is közvetítünk ilyen nem nyelvi üzeneteket amikor nem akarunk hiszen az arcunk és a testtartásunk sok mindent kifejez, amiket nyelvi kommunikációban is használhatunk (beszélgetésben, gesztikulálunk, fintort vágunk, stb.).

**A nem nyelvi kifejezőeszközök**

**A beszéd zenei eszközei**

Hangsúly, hanglejtés, hangerő, beszédtempó, beszédszünet mind valamit üzenhetnek felénk például ha lassan beszél akkor fáradt, stb.

**Mimika - arcjáték**

Szem és szemöldök, orr, száj, arcvonások, fej kommunikációja.  
A tekintet (szem + szemöldök) kapcsolatfelvevő, pl. ha meglátják egymást felveszik egymás tekéntetét, illetve van a kapcsolattartó funkciója is, logikusan ha valaki figyel akkor van szemkontaktus.

4 (+1) alapvető érzelemről beszélhetünk

* öröm (mosoly)
* bánat (szemöldökráncolás, legörbülő száj)
* meglepettség (tágra nyílt szem, felvont szemöldök)
* undor (orr-ráncolás, ajkak felbiggyesztése)
* esetleges mimikák is ide tartozhatnak, szemforgatás, kacsintás, stb.

**Gesztusok**

A kezünkkel már önmagában is sok mindent kifejezhetünk (pl. rámutatás, kézjelek, integetés), de a gesztusok természetes kísérői a beszédnek is.

**Testtartás**

Már az is kifejezhet üzenetet, hogy hogyan állunk vagy ülünk. Magabiztosságot az jelzi, ha valaki minél több helyet foglal, minél több helyre terjeszti ki a testét (asztalon láb -> területmegjelölés).  
Az önbizalomhiányt vagy szorongást az jelzi, ha valaki minél kisebbre húzza össze magát, a kezét a teste elé veszi.

**Térközszabályozás**

Meg kell tartanunk a kommunikációs helyzetnek megfelelő távolságot a beszélgetőpartnertől (se túl távol, se túl közel ne álljunk), ha beszélgetés közben közelebb lépünk, vagy hátrálunk 1-2 lépést, azzal is kifejezünk valamit, mindenkinek van egy személyes tere (aurája) kb. 30 cm. Itt még ellehet mondani hogy megsérteni nem szabad stb.

**Külső megjelenés, emblémák**

Öltözködés, ápoltság, higénia, hajviselet, külső megjelenés is hordozhat üzenetet (pl. emo, punk, elegáns vagy szakadt ruhák, stb.).  
**Emblémák:** Jelentéssel bíró tárgyak, eszközök a kommunikációs folyamatban (pl. ékszerek, testékszerek, jegygyűrű, tetoválás, jelvények, felirat a pólón, napszemüveg, cigaretta, stb.). Ezek mind elárulnak dolgokat rólunk, a gondolkodásunkról.