

7 pievilcīgas ķermeņa valodas noslēpumi

1. Veido dzīvu seju. Sasveicinoties pacel uzacis, “atver” seju. Smaidi, rādot zobus.
2. Lieto žestus. Esi ekspresīvs, taču nepārspilē. Turi rokas zem zoda līmeņa. Izvairies no roku/kāju krustošanas. Žestikulējot turi roku pirkstus kopā.
3. Galvas kustības. Apstiprinoši māj ar galvu, kad runā. Mazliet noliec galvu uz vienu pusi, kad klausies. Turi zodu mazliet uz augšu.
4. Acu kontakts – tik, cik sarunā iesaistītajiem ir komfortabli. Tie, kuri skatās acīs, gūst lielāku uzticamību.
5. Poza, stāja. Noliecies uz priekšu, kad klausies. Stāvi/sēdi taisni, kad runā. Pleci mazliet atpakaļ un uz leju.
6. Teritorija. Stāvi tik tuvu, cik tev ir komfortabli. Ja sarunas partneris atkāpjas, netuvojies.
7. Atspoguļošana. Esi vērīgs, pie iespējas atspoguļo sarunu partnera ķermeņa valodu.

Avots:

“*The Definitive Book of Body Language*”, Allan Pease, Barbara Pease