**Witajcie Dziewczynki Młodsze i Starsze !!!**

Dziś nadal wnikliwie przyglądamy się Sobie. Będziemy analizować **Mowę Ciała.**

**Wiecie, że szczery uśmiech i sympatyczne spojrzenie są bardzo wysoko punktowane przez każdego…**

W**iecie, że ze słów czerpiemy tylko 7% wiedzy o drugim człowieku!!! 38% wnioskujemy z tonu jego głosu, a najwięcej, bo ponad 50% informacji przekazuje nam ciało rozmówcy, czyli jego postawa, mimika oraz gesty. ..**

Warto zatem wiedzieć, jakie komunikaty kryją w sobie te pozasłowne przekazy. Znając ich wymowę, łatwo można się zorientować, czy ktoś, kogo poznałaś, to człowiek szczery, otwarty i życzliwie do Ciebie nastawiony, czy raczej skryty, niekoniecznie prawdomówny i niechętny waszym dalszym kontaktom.

**Ale to nie wszystko** !!! Także od mowy waszego ciała zależy, jakie wrażenie wywrzesz na swoim rozmówcy. Twój wyraz twarzy czy nawet sposób, w jaki się z kimś witasz, może ułatwiać lub utrudniać komunikację.

Chcesz okazać rozmówcy zainteresowanie? …Utrzymuj z nim kontakt wzrokowy. Będzie to też sygnał Twojej życzliwości. Patrzenie w bok, unikanie kontaktu wzrokowego może sygnalizować, że osoba czuje się zakłopotana lub kłamie.

Zwracaj uwagę, by zbyt mocno nie zaciskać szczęk i ust…są to sygnały dezaprobaty i niechęci do prowadzenia rozmowy.

 Gdy witasz się lub rozmawiasz z kimś spoza kręgu bliskich przyjaciół lub rodziny, zawsze staraj się szanować tzw.  *sferę osobistą* innych ludzi. Aby rozmówca mógł czuć się w Twojej obecności w pełni swobodnie i komfortowo, powinnaś trzymać się od niego nie bliżej niż na wyciągnięcie ręki.

****

 **A co mówią nasze dłonie?**

* Kiedy poruszasz dłońmi, np. otwierasz je, łączysz ze sobą, splatasz palce czy zaciskasz pięści- każdym takim ruchem przekazujesz jakąś informację.
* Otwarte, skierowane wnętrzem do góry dłonie, to świadectwo naszych dobrych intencji i uczciwości.
* Gdy ręce, osoby stojącej lub siedzącej koło nas, swobodnie układają się po bokach ciała, oznacza, że czuje się w naszej obecności spokojna i zrelaksowana
* Gesty odzwierciedlają także stany emocjonalne- osoba pobudzona będzie wykonywać wiele chaotycznych ruchów , a agresywna może zaciskać pięści czy wymachiwać rękoma.

**Twarz jest ważnym obszarem komunikowania...** Ukazuje reakcje emocjonalne i postawy wobec innych ludzi (sympatia lub wrogość). Do wyrażaniauczuć używamy całej twarzy, choć najwięcej informacji przenoszą same brwi, oczy i usta.

**Zaciekawione??? …**To zapraszamy na następne zajęcia!!!

Życzymy wam Dobrego Tygodnia

 Ciocia Gosia i Ciocia Tosia