

«Танок» жестів — то музика мови

Жест — це одна з невербальних (безсловесних) основ спілкування. Це відомо — всім.

Жест це основа — слова. У це вірять — далеко не всі. А дарма.

Немовля у колисці жестами намагається дати іншим зрозуміти свої потреби. І поки немовля не засвоїть слова (мовний код) батька-матері, воно змушене — пробувати «читати» їх міміку і пози-жести.

З часом дитина словами — починає потроху замінювати/ витіснити і свої жести-міміку. Хоча певний-таки час дитина і продовжує вживати жести. Синхронізуючи з засвоюваними словами. Дитина вживає жести в тому ж значенні/ смислі, що і засвоювані слова.

Для нашої методики «миттєвого засвоєння української» ця «жесто-словесна» ситуація — одна з причин застосування жестів. При засвоєнні — мови.

Жести ми тут використовуємо не стільки як комунікативні (не за «соціальним призначенням»), але як «семантично- адекватні (за смислом слів/ і частин слів) — Жести•Аналоги».

Слів (у мовному коді) дуже багато. Жестів у людини значно менше. Тому ми використовуємо рівно скільки жестів, щоб оснащувати ними «найбільш вживані слова». Це по-перше.

По-друге : наші навчальні жести руками — це також освоєння і «культури жестикуляції». Комунікативна компетентність.

Людське тіло — інструмент. Для людського розума.

Пригадуєте, як дитина починає використовувати своє тіло ? Повзає, лазить, ходить. Підростає — бігає, стрибає.

Як людина починає взаємодіяти з предметами ? Суне, тягне, штовхає, пхне, тисне.

Саме **назви найпотрібніших дій (дієслова)** треба оснастити «семантично-адекватними Жестами». «**Жести-дієслова**» зображені у нашій статті — нижче.

Слідом і **назви предметів (іменники)** оснащуємо відповідними Жестами•Аналогами. Ці жестові вправи необхідно самостійно протягом 2-3х місяців виконувати (регулярно : двічі по 10 хвилин на добу).

Матеріал вправ краще засвоюється, якщо ви виконуєте їх разом з актором-демонстратором (повторюючи слова і жести). Навчальні відеоролики з акторами-демонстраторами ви знайдете в Ю Тубі за посиланнями у текстах наших статей.

Перші вправи здаються вам примітивними і часом безглуздими ? Перші речення (супроводжувані жестами-аналогами) не дозволяють вже завтра вільно говорити незвичною для вас українською ?

То згадайте : ваш звичний (дотеперішній) мовний код ви «закладали в голову» не менше шести років, поки змогли випросити у мами, те чого вона не хотіла/ не могла вам дати. Ще кілька років у школі/ серед друзів ви шліфували свій мовний код. Так ?

Ми пропонуємо за кілька місяців (хтось за три, хтось за п'ять) освоїти усно мовний код («писати» вас навчать «на курсах» на рівні 3го класу школи).

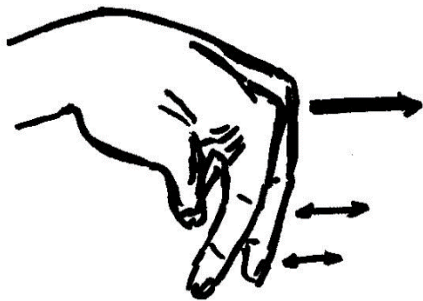
Ви маєте шанс почати говорити. Розмовляти українською. А хто захоче, той навчиться і думати. Українською.

Шкільна «Бібліотека семантично адекватних Жестів •Аналогів»

Жестосупровід дієслів з ролика №1. Назви дій, які людина виконує з мінімальним використанням зовнішніх предметів. Дієслова (дії) «тілесно-центровані»

.....
.....
.....

2. «Йти» («ходити» або «**крокувати**» або «ступати»). Пряме значення слова – **горизонтально переміщувати** власне **тіло у вертикальному положенні** («**випроставшись-випрямившись**»). Контактують/ взаємодіють – з поверхнею переміщення – лише стопи ніг.



Великий, четвертий і п'ятий пальці зібрані до купи під долонею (кисть – долонею вниз).

Переміщувати кисть по горизонталі вперед, паралельно власному тілу (у власній «інтимній» зоні), і одночасно : **імітувати рухи ніг** – вказівним і середнім пальцями.

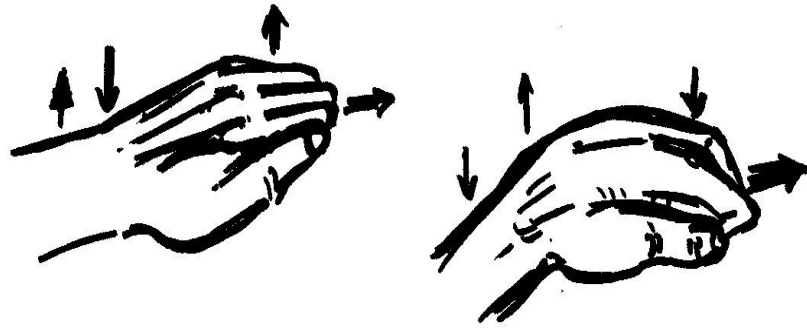
! Жест•Аналог до слова «йти» слід навчитися виконувати кожною рукою окремо (зліва- вправо і справа- вліво) !

3-А. «Повзти» («повзати») або «**плазувати**». Пряме значення слова – **горизонтально переміщувати** власне тіло **у горизонтальному положенні** (лежачи на животі чи на спині). В переміщуванні **приймають участь не тільки** – всі кінцівки, але – **і саме тіло (тулуб)**.

Кисть рухається вперед – долонею вниз, чотири пальці частково підігнуті і зімкнуті з долонею (підігнуті перша і друга фаланги 4-х пальців, не підгинаючи великого).

Імітуємо рухи комах, наприклад, гусіні/ гусениці. Малі стрілки вказують комплекс імітативних переміщень частин руки :

передпліччя і кисть одночасно вгору, зап'ястя в ту ж мить – вниз (лівий малюнок). І рухи навпаки(мал. справа)



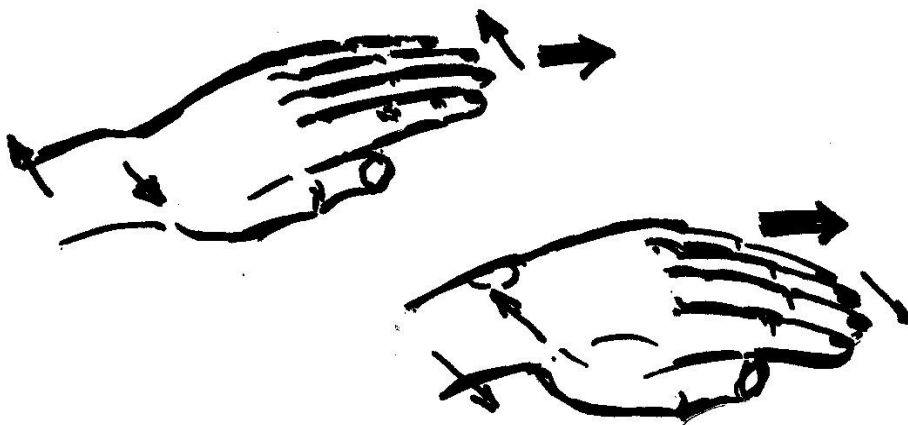
Загальний рух руки

(стрілкою великою) – виконується паралельно власному тілу у власній «інтимній» (в «найменш соціальній», – **в найбільш комфортній** комунікаційно (для партнера) – зоні. Але (в той же час) не вторгаючись – в «інтимну зону» партнера. не посягаючи на його «інтимну територію».

«Інтимна зона» – це відстань 30- 55 см від тіла, – у дорослих. (Див. книги Алана Піза «Язык телодвижений» та ін. авторів).

3-Б. Друга версія Жеста• Аналога для слова «Повзти»

(«повзати»). Загальний рух руки вперед, долонею вниз – по горизонталі. Пальці зімкнені з долонею, долоня і пальці – напівскруглені.



Одночасно **переміщувати** передпліччя і кисть разом з зімкненими пальцями – в протилежні боки (як **показують стрілки**) – в горизонтальній площині. При цьому ще й рухати всю руку вперед.

Імітувати рухи дощового черв'яка, змії. Приблизно так мусить (звиваючись всім тілом) переміщуватись солдат «на полі бою під вогнем противника».

Виконується (як і попередні жести) у власній «інтимній зоні».

Як визначати величину «інтимної» зони ?

Це просто. Якщо притиснути лікоть до боку, виставити вперед руку з прямою долонею і випрямленими пальцями, то : така відстань до партнера і вважається в психології нашою «інтимною зоною».

Якщо ми туди когось «впустили», то підсвідомість наша несамохіть сприйматиме це як «близьку до сексуальності атмосферу».

Якраз в цьому розумінні Жести•Аналоги і виконуються без вторгнення в чужу «зону інтиму».

І поруч з цим жестикуляцію слід намагатися виконувати не нижче рівня власного «сонячного сплетіння» (нижній край власної грудної клітки). Жодних «жестових натяків» на нижню частину власної «інтимної зони».

Крім «зони інтиму» для «комунікатив-комфарту/ успішності» слід тримати і «дистанцію» до партнера.

«Дистанція» має бути, зрозуміло, більшою ніж величина «зони інтиму». «Дистанцію» (за А.Пізом) визначають як довжину витягнутої / випрямленої руки вашого партнера. Це – «соціальна дистанція».

Підсвідомість партнера «має бути впевнена», що ваша рука випадково не дотягнеться до його голови-обличчя. Пам'ятаймо, що (з нашого боку) : 55% комунікативної комфортності (і успішності) залежать від рухів-жестів, від позицій голови, від пози, яку виражає ваше тіло.

Якщо ж наш партнер вторгається/ проникає в нашу «інтимну» зону – ми, як правило, відчуваємося також найменш захищеними, найбільш вразливими, – відчуваємо некомпортність подібної ситуації/ комунікації.

Так само і ви : уникайте вторгтися в «інтимні зони» партнерів (уникайте акцентувати «інтимну складову»), бо партнери не стільки сприйматимуть смисл ваших слів, але несвідомо перейматимуться власною безпекою, відчуватимуть внутрішній дискомфорт. Це руйнує комунікацію.

! Тренуймося виконувати і ці Жести•Аналоги (3-А та 3-Б) кожною рукою окремо !

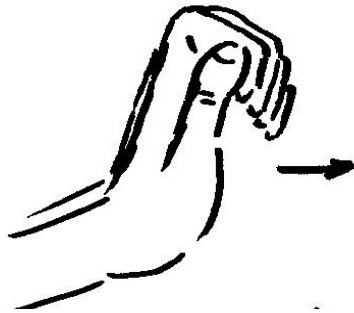
4. «Пхати» («пхнути»). **Пряме** значення слова – переміщувати зовнішній Об'єкт. По горизонтальній або похилій площині. Синоніми : перти/ штовхати.

Непряме значення : **в-** містити об'єкт **в** обмежений простір/ об'єм – **уві-** пхнути в двері/ в сумку, **уві-** пхатися в кімнату. **По-** містити **в** інший об'єкт, порушивши цілісність/ межі іншого об'єкта : **уві-** пхати палицю в землю (синонім – в-товкти в бруд і т.ін).

Однак купу камінців – «пхати»(перти) – просто не вдасться. **«Пхати» можна, наприклад, каменюку (велику/ важку – річ цілісну).**

Виконання жеста. Долоня вертикальна, пальці зімкнені з долонею, всі пальці (крім великого) підібрані/ підігнуті (на рівні другої фаланги) до долоні.

Рух долоні : по горизонталі – паралельно **передній поверхні тіла**. Зліва направо (або навпаки).



«Пхати» («пхнути») **переміщувати цілісний Об'єкт не намагаючись зберегти** : а) цілісність Об'єкта, б) орієнтацію Об'єкта в просторі, – **не переймаючись наслідками дії** (переміщувати «без делікатності»).

Увага ! Жест досить агресивний.

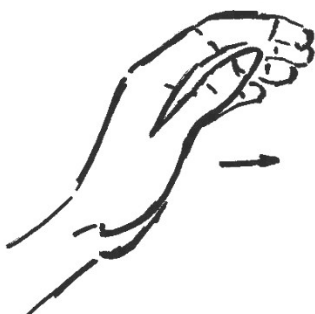
Спрямувати цей жест в бік партнера, значить – викликати негативні реакції партнера (занепокоєність/ тривогу/ страх або ж навпаки більш «активні» : невдоволеність/ роздратування/ гнів).

! Комунікативно коректно було би : пильнувати строге виконання цього Ж•Аналога – виключно в своїй – «інтимній зоні» !

! тільки паралельно власному тілу !

! Тренуйтеся виконувати і цей Жест•Аналог кожною рукою окремо !

5. «Сунути» («совати»). Пряме значення слова – переміщувати зовнішній Об'єкт по горизонтальній або похилій площині. Синоніми : рухати/ пере-міщувати/ тиснути, а ще ви-тискати, від-тискати.



«Сунути» значить **переміщувати Об'єкт – не руйнуючи його цілісність**, його сутність. «Сунути» можна, наприклад, шафу/ стіл.

Пере-сунути (від-/по-сунути) можна навіть і такий громіздкий механізм як металургійний «прокатний стан». А «по-/ віді-пхати» «прокатний стан» майже напевне значить : пошкодити його/ зруйнувати.

Ви можете **пере-класти купу** (каміння/ цегли), і це буде синонім для «**пере-сунути**» (нова «купа цегли» буде знов-таки «купою», а не : навсібіч розкиданими каменями).

А от **пере-кидати цеглу – це вже не пересунути, – бо і цілісність цеглин порушиться** (цегла просто поб'ється, хоча купа знову буде купою/ скопищем цеглин). Яка ж із «цілісностей» – важливіша ?

Тобто, «пере-класти» (купу, стос чого-небудь) – це ще один (в даному контексті) з найближчих синонімів для «сунути» (як і «рухати/ ... від-тискати»). «Пере-кладати» – означає «зберігати : цілісність окремих елементів купи (цеглин/ камінців) і цілісність самої купи (як структури, як споруди)».

Звернімо увагу на **роль префіксів**. Від-сунути, по-сунути, з-містити, від-тиснути, від-класти – синонімічні, близькі за семантикою-змістом до «сунути». А спробуйте **по-перти, віді-пхнути** стос-купу, – чи збережеться цілісність купи-стоса ?

Чи є слово «пхати» (в цьому контексті) синонімом до «сунути» ?
Чи мають бути однаковими їх Жести •Аналоги ?



6. «Бігти»/ «бігати» [пере-міщувати-ся], [рухати-ся], [з-міщувати-ся]

.....

7. «Тягти» («тягнути, тягати»). Пряме значення слова – переміщувати зовнішній Об'єкт по горизонтальній або похилій площині. Найближчі синоніми : рухати/ переміщувати/ **волокти**.



Як виконувати жест ?
Перший елемент жесту – справа. Це як :
схопити- затиснути
щось в кулак і
перемістити. Друге

(ліве) зображення – кінцева фаза жесту. Це закінчення процесу «тянути».

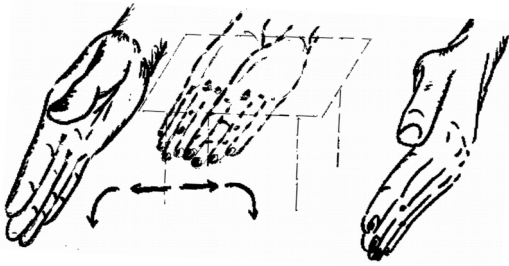
! Увага, «тягти» слід **паралельно – власному тілу** !
Уявляєте, як ви щось «тягнете» від – партнера ?
Як він це несвідомо сприйматиме ?

.....
.....
.....

Жестосупровід іменників, необхідних для побудови речень з «тілесно-центрованим» дієсловами. В ролику №1.

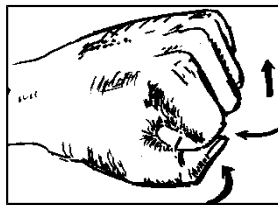
.....

.....



Стіл, верстак, трибуна- кафедра, **лавка** (яка- небудь **поверхня обмежена горизонтально**, – але на **опорах вертикальних**). **Жест-імітація**.

.....



Хапальний рух. **Схопити ручку** портфеля або валізи. Разом (практично одночасно) з хапанням-триманням —рух

стисненого кулака : **а)** знизу-вгору (піднімаємо портфель). **б)** згори-вниз, десь трохи нижче рівня пояса (важка валіза тягне наш кулак донизу).

А. Схопити/ «взяти за ручку» портфель і потягти стиснену кисть **вгору** (портфель-таки підняти **легко!**).

Жест складається з **двох рухів**(стисдив. мал..

Б. «Взяти валізу/ (чемодан) за ручку» і рвучко опустити стиснену кисть **донизу** – значить **у вас в руках ноша – важка : «валіза»**.

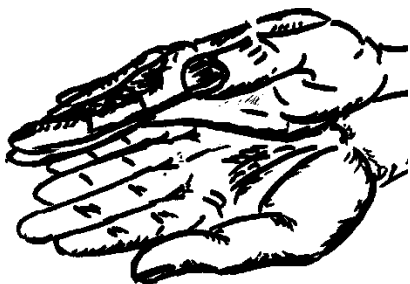
У нас дві версії жеста- символа. Кисть/ кулак донизу – для : слова «валіза». Кисть вгору – «портфель».

.....

.....

....

«Ріг» і «Кут».



Одна долоня горизонтальна, друга – вертикальна. Осі долонь горизонтальні. **Імітуємо сидіння та спинку стілця**. Складаємо долоні **одним – рухом**.

Таким жестом можна супроводити також і слова «кут/ куток» та «ріг». Тільки долоні з'єднувати доведеться по-різному.

Відрізняємо «кут» — внутрішня територія між двома (притуленими по одному з країв) стінами. І ми «всередині цієї території».

«Ріг» територія за межами кута, зовні по відношенню до кута.

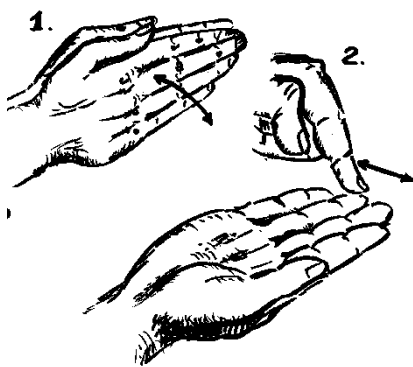
Спробуйте жести для : 1) до-тягти стілець **до кутка** кімнати; та 2) до-сунути стілець **до рогу** стола.

«Кут» і «ріг» позначаємо схожими жестами. Однак, **показуючи «ріг», повертаємо зовнішньою стороною до партнера зімкнені вертикально кисті.** «Ріг» (виступ/ випуклість/ перешкода), це те, що може заважати рухатись).

Тимчасом, **коли супроводжуємо жестом слово «кут»,** то знов показуємо партнерові зовнішню сторону, але тепер горизонтально поєднаних кистей (суміщаються лише кінці пальців).

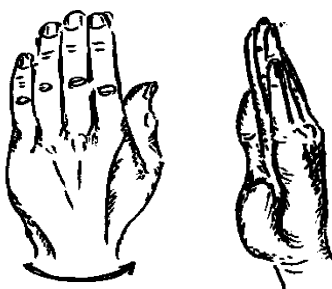
Так ми і розрізнятимемо «кут» (рос. «угол») і «ріг» (рос. знову ! «угол»).

«Кут» територія, що захищає/ закриває нас від сторонніх очей.



Книга. Вертикально стиснені долоні. Одна «відкривається» (на мал. 1 напівкругла стрілка).

У «**відкритій**» книзі (одна з долоней переводиться в горизонтальне положення, мал. 1) **вказівним пальцем другої руки «перегортають» сторінки.** Вказівний палець **по черзі торкається** кількох пальців горизонтальної руки, мал. 2).



Двері. Спочатку долоню вертикально ставимо **зовнішнім боком до партнера.**

Наступним рухом **повертаємо її – ребром до партнера.** Імітуємо «**відкривання дверей**».



.....

Сходи. Імітуємо вигляд кількох сходинок «міжповерхового марша» («лестничный пролет»). Першу зі сходинок імітуємо як :

1) одна рука ребром вниз (долоня вертикальна). друга (горизонтальна) рука притиснена до першої, притиснені великі пальці обох кистей ;

2) наступний рух виконуємо першою рукою, переносимо її (вертикально) до другої (горизонтальної – нерухомої) так, щоб були стулені мізинці обох рук. Це – друга сходинок.

.....

.....

.....

Застосуємо теорію жестів на практиці.