

Mestna občina Celje
Komisija Mladi za Celje

GOVORICA TELESA

RAZISKOVALNA NALOGA

AVTORICI

Monika Smrečnik

Nika Plošnik

MENTORICA

Jožica Novak

Celje, marec 2015

Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur

GOVORICA TELESA

RAZISKOVALNA NALOGA

AVTORICI:

Monika Smrečnik, 9. a

Nika Plošnik, 9. c

MENTORICA:

Jožica Novak,

prof. ped. in zgo.

Mestna občina Celje

Mladi za Celje, 2015

KAZALO

1	POVZETEK	4
2	UVOD	6
2.1	NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE	7
2.2	HIPOTEZE	7
2.3	METODE DELA	7
3	TEORETIČNI DEL	8
3.1	KAJ JE KOMUNICIRANJE?	8
3.2	GOVORICA TELESA	9
3.3	TRI PRAVILA BRANJA GOVORICE TELESA	10
3.3.1	Razlagaj kretnje v nizu	10
3.3.2	Išči skladnost	10
3.3.3	Razbiraj kretnje v povezavi z okoliščinami	10
3.4	RAZLAGA POGOSTIH KRETENJ, KI SVA JIH OPAZILI PRI OPAZOVALNEM EKSPERIMENTU	11
3.4.1	Položaj nog	11
3.4.2	Prekrižane roke	12
3.4.3	Položaj glave	14
3.4.4	Nasmeh	14
3.4.5	Znaki laži	14
3.4.6	Ovira s skodelico	15
4	EMPIRIČNI DEL	16
4.1	ANKETNI VPRAŠALNIK	17
4.2	ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA	18
4.3	OPAZOVALNI EKSPERIMENT	21
4.4	PREDVIDEVANJA IN ANALIZA OPAZOVALNEGA EKSPERIMENTA	22
4.4.1	Prvi dan opazovanja	22
4.4.2	Drugi dan opazovanja	26
5	RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK	27
6	VIRI IN LITERATURA	30
7	SEZNAM FOTOGRAFIJ, SLIK, TABEL in GRAFOV	31
8	PRILOGE	32
	Priloga 1: Vabilo na sestanek	32
	Priloga 2: Soglasje staršev	33
	Priloga 3: Anketni vprašalnik	34

1 POVZETEK

Naslov naloge: Govorica telesa

Avtorici: Nika Plošnik, Monika Smrečnik

Šola: Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur

Mentorica: Jožica Novak, prof. ped. in zgo., OŠ Franja Malgaja Šentjur

Nebesedna komunikacija, v katero sodi govorica telesa, je mnogo starejša od besedne. Poznamo le nekaj tisoč besed in kar 700 000 različnih kretenj. Ne glede na to, kaj govorimo, imajo kretne svoj pomen in z njimi lahko povemo »več kot tisoč besed«. Tudi prvi vtis si večinoma ustvarimo na podlagi »videza«. Spraševali sva se, če se najini vrstniki zavedajo pomena govornice telesa in tega, kaj lahko opazimo iz nje. Da bi dobili odgovor na najina vprašanja, sva jih nekaj vključili v »opazovalni eksperiment« in skozi opazovanje, predavanje in anketni vprašalnik prišli do spoznanja, da so o govornici telesa vedeli malo oz. da sploh niso bili pozorni nanjo.

Ključne besede: komunikacija, govorica telesa, opazovalni eksperiment.

ABSTRACT

Title: The body language

Authors: Nika Plošnik, Monika Smrečnik

School: Franjo Malgaj Primary School, Šentjur

Menthor: Jožica Novak, pedagogy and history teacher, Franjo Malgaj Primary School, Šentjur

Nonverbal communication, part of which is also the body language, is much older than verbal communication. There are only a few thousand words as opposed to 700,000 different gestures. Regardless of the content, gestures have their own meaning which can tell »more than a thousand words«. The first impression of nearly anything is made on the basis of »physical appearance«.

In our research paper we tried to find out if our fellow students were aware of the presence and the meaning of the body language. To reach the answers to our questions we included some of them into an experiment. Through observation, lecture and a questionnaire we concluded they knew very little of the subject or that they paid no attention to it at all.

Key words: communication, body language, experiment

ZAHVALA

Zahvaljujeva se najinim sosošolkam in sosošolcem, ki so sodelovali pri najinem eksperimentalnem delu, in staršem, ki so kljub njihovem dvomu podpisali dovoljenja za najino opazovanje. Prav tako se zahvaljujeva Damjanu Ferliču in Juretu Godlerju za tehnično pomoč, s katero sva dobili možnost opazovanja, Simoni Fridl in Mateji Štraus, ki sta odpravili najine slovnične napake in nalogo jezikovno pregledali. Hvala učiteljici Alenki Kalan za prevod povzetka ter Majdi Šporn za pomoč pri opazovalnem eksperimentu.

Hvala seveda tudi ravnatelju Marjanu Gradišniku, ki najino raziskovalno delo podpira od samega začetka. A nihče ne more v tem premagati najine mentorice, Jožice Novak, ki naju je že od samega začetka spodbujala pri raziskovanju in pisanju naloge.

2 UVOD

Ste se že kdaj vprašali, koliko povemo tudi, ko smo popolnoma tiho? Tudi če nepremično stojimo sredi prostora ali sedimo prekrižanih rok? Resnica je, da vsak trenutek oddajamo ljudem okoli sebe nevidne signale. Telo je namreč glasnejše od besed.

Med pogovorom je pomembno, ne samo tisto, kar rečemo, temveč tudi znamenja, ki jih kažemo s telesom. Svoje misli, čustva, počutje, nezavedno usmerimo v svoje telo, ki se začne izdajati z različnimi gestami, položaji rok, tonom glasu ali pogledom. Popolnoma skriti se ne moremo nikoli, lahko pa spoznamo oz. se naučimo pomena neverbalne govorice telesa, kar nam lahko omogoči boljše poznavanje počutja sovrstnikov, staršev, prijateljev.

Govorica telesa je lahko zavedna ali ne. Naša nebesedna govorica lahko marsikdaj pove več kot tisoč besed skupaj. Seveda pa moramo upoštevati celoten kontekst, saj lahko določena govorica telesa v določeni situaciji pomeni nekaj povsem drugega v neki drugi situaciji.

Sredi poletja sem (Monika) začela prebirati knjigo o govorici telesa in le-ta me je zelo navdušila. Ko sva izbirali temo, sva se zanjo odločili, ker naju je pritegnila in sva želeli izvedeti več. Iskali sva ideje, kako bi sestavili anketo, vendar se nama to ni zdelo smiselno. Najina prva rešitev je bila vrstniška mediacija, kjer bi lahko opazovali kretnje. Zanj sva se odločili, vendar nama ni dosti pomagala, zato pa nama sedaj govorica telesa pomaga pri mediaciji. Na koncu sva našli rešitev – opazovanje, vendar sva bili skeptični glede kršenja pravic oziroma vdora v zasebnost. Ni nama bilo jasno, kako je lahko dovoljeno snemanje v trgovskih središčih, kjer se dovoljenja ne podpisujejo.

2.1 NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE

Namen raziskovalne naloge je:

- poučiti sebe in druge o govorici telesa,
- poudariti pomembnost govorice telesa,
- znati opazovati in nadzirati govorico telesa.

2.2 HIPOTEZE

Pred raziskovalnim delom smo si postavili naslednje hipoteze:

1. Učenci menijo, da govorica telesa ni tako pomembna kot govor in nanjo niso pozorni.
2. Ko so učenci seznanjeni z razlago govorice telesa, menijo, da je govorica telesa bolj pomembna kot govor in so nanjo bolj pozorni.
3. Iz opazovanja telesne govorice lahko prepoznamo položaj/odnos med sogovorniki.
4. Ko osebe vedo, da pri njih opazujemo govorico telesa, je le-ta bolj kontrolirana.
5. Pri samozavestnih osebah je tudi govorica telesa bolj izrazita.

2.3 METODE DELA

Pri raziskovalnem delu smo uporabili naslednje metode dela:

- metoda dela z literaturo (Večinoma sva se naslanjali na dela Alana Peasa, ki je vodilni svetovni strokovnjak na področju govorice telesa.),
- postavitve hipotez (Najine hipoteze so plod prebiranja literature na temo govorice telesa in najinega opazovanja situacij med vrstniki. Natančnih trditev, ki bi jih lahko primerjali z odstotki oz. raziskavami, nisva mogli zapisati, ker jih ni.),
- opazovanje brez vključitve (Pogovore med vrstniki oz. govorico telesa sva opazovali preko kamere.),
- analiza opazovanja brez vključitve (Med opazovanji sva beležili govorico telesa.),
- anketni vprašalnik (Učenci, ki so sodelovali v opazovalnem eksperimentu, so rešili anketo, preden so vedeli, kaj smo opazovali, in po predavanju o govorici telesa.),
- analiza anketnega vprašalnika,
- preverjanje hipotez.

3 TEORETIČNI DEL

3.1 KAJ JE KOMUNICIRANJE?

Beseda komunicirati izhaja iz latinske besede »communicare« in pomeni posvetovati se, razpravljati, vprašati za nasvet (Ferjan, 1998, str. 9).

Komuniciranje je širok pojem, ki ima veliko vlogo v našem življenju in nas ločuje od živali. Ljudje s komunikacijo izmenjujemo informacije, vtise in se na ta način sporazumevamo.

Komuniciranje delimo na besedno in nebesedno.

Besedno (verbalno) komuniciranje delimo na govorno, kjer gre za govorne besede, in pisno, kjer je beseda zapisana.

Nebesedno (neverbalno) komuniciranje delimo na govornico telesa, osebne predmete in obleko, prostor in čas ter na vonj in otip.



Slika 1: Delitev komunikacije (Možina, 1995)

Pisava je stara nekaj tisočletij, govornica nekaj desetisočletij, nebesedno komuniciranje pa toliko kot človeški rod (Možina, 1995, str. 47).

Povprečen človek uporablja in razume samo nekaj tisoč besed, govornica telesa pa vsebuje okrog 700.000 znakov (Mihaljčič, 2000, str. 26).

Nebesedna komunikacija zavzema kar 93 % vse komunikacije (Mihaljčič, 2000).

3.2 GOVORICA TELESA

Študija o nejezikovnem sporazumevanju so se prvič lotili šele leta 1960, 1970 je Julius Fast izdal knjigo o govoricu telesa.

Govorica telesa je del neverbalne komunikacije, ki jo poleg nje sestavljajo še osebni predmeti, oblačila, prostor, v katerem se nahajamo, čas, vonj in otip osebe, ki nam zadajo naš prvi vtis o človeku.

Govorica telesa vključuje mimiko, gestiko in proksemiko. Mimika so izrazi obraza, preko katerih izražamo svoja čustva, stališča. Nekatero izraze lahko kontroliramo, drugih ne. Nekateri avtorji delijo obraz na posamezne dele, ki imajo svojstven izrazni pomen: področje čela in obrvi (nagubano čelo lahko pomeni koncentracijo, dvignjene obrvi osuplost), področje oči (oči imajo v komunikaciji velik pomen; očesni stik, trajanje pogleda, širjenje in ožetje zenic, utripanje vek, očesni premiki), področje okrog ust (odprta usta lahko pomenijo presenečenje, stisnjena jezo, navzgor obrnjeni ustni koticiki veselje, navzdol pa žalost). Gestika so gibi rok, nog, dlani, prstov, ramen, glave. Lahko nastopajo za ponazoritev povedanega, namesto besed ali kot prilagojevalci. Nekatero gibe naredimo zavestno, druge nezavedno. Iztegnjen kazalec lahko pomeni poučevanje, na prsih prekrizane roke čakanje ali odklanjanje, dvignjene rame strah, pri sedenju prekrizane noge zadržanost. Proksemika vključuje položaj in gibanje ljudi v prostoru. Ljudje si označujemo bližnji prostor, ki ga štejemmo za svojega. Prav tako je pomemben medosebni prostor, ki pomeni fizično razdaljo med posamezniki pri komuniciranju. Drža telesa naj bi odsevala naša notranja stanja, prav tako način hoje in sedenja. Toga drža naj bi izražala napetost, odklanjanje, polaganje celih stopal na tla pri hoji moč in odločnost, sedenje na robu sedeža pa pripravljenost na odhod (<http://www.leila.si/dokumenti/kom.pdf>).

Ljudje si 90 % prvega vtisa o ljudeh ustvarijo v manj kot štirih minutah (Pease, 2007). Od 60 % do 80 % tega vtisa pa je sestavljena iz govoricu telesa oziroma neverbalnih znakov. Albert Mehrabian je ugotovil, da celoten vtis nekega sporočila, fraze oblikuje 7 % besed, 38 % glasu (naša barva, višina glasu, glasovna modulacija, spreminjanje tona govorenja in drugi zvoki) ter 55 % govoricu telesa (Pease, 2007).

Profesor Birdwhistell je ocenil količino nejezikovnega sporazumevanja med ljudmi in ugotovil, da povprečna oseba v celem dnevu govori deset ali enajst minut, pri čemer za eno poved porabi 2,5 sekunde. Tudi on je spoznal, da je med pogovorom iz oči v oči delež jezikovnega izražanja manjši od 35 odstotkov, delež nejezikovnega

sporočanja pa presega 65 odstotkov (Pease, 1996, str. 10). Raziskovalci se po večini na splošno strinjajo, da govor prenaša vsebino sporočila, govorica telesa pa naše počutje.

3.3 TRI PRAVILA BRANJA GOVORICE TELESA

3.3.1 Razlagaj kretnje v nizu

Če opazimo človeka, ki se med govorjenjem dotakne svojega nosu, še ne pomeni, da laže. Kretnje ljudi moramo vedno iskati v nizu. To pomeni, da po le eni kretnji ne moremo biti vedno prepričani, v kakšni situaciji se je znašla oseba. Če vzamemo za primer niz kretenj pri prepoznavanju laži, kot je že omenjeno zgoraj – pri lažnivcih moramo vedno opazovati kretnje v zaporedju oziroma nizu, ki ga uporabljajo.

3.3.2 Išči skladnost

To pravilo se nanaša na prvo pravilo (razlagaj kretnje v nizu), saj je pomembno, da ne predvidevamo po situaciji kar naenkrat, ampak opazujemo, kje se kretnje skladajo z drugimi in če se večkrat ponavljajo.

3.3.3 Razbiraj kretnje v povezavi z okoliščinami

Ljudje, ki samo površinsko preberejo kakšno knjigo o govorici telesa ali se na to ne spoznajo dovolj dobro, mislijo, da ko na primer vidijo človeka, ki se drži v obrambnem položaju (prekrižani gležnji, roke), da je zaprt in se z njim ne bodo mogli pogovarjati kot z odprtim človekom, tj. človekom, ki takrat ne uporablja teh kretenj. Ne zavedajo pa se prostora in situacije, v kateri se oseba nahaja. Vzemimo za primer, da srečate nekoga na avtobusni postaji. Oblečen je premalo za ta letni čas. Roke drži v obrambnem položaju, prav tako ima prekrižane gležnje. Neizkušen opazovalec bi bil prepričan, da je oseba plašna, zaprta, da jo je nečesa strah. Izkušen opazovalec bi opazil, da je oseba oblečena bolj površinsko in da je njegova drža verjetno posledica njegovega stanja. Torej, da ga le zebe.

Pogledamo lahko naslednji primer, pri katerem se lahko precej hitro zmotimo. Ženska stoji s prekrizanimi gležnji. Neizkušen opazovalec bi to takoj opazil in povedal že z zgoraj imenovano kretnjo, tj. strah ali zaprtost, plahost. To bi seveda takoj opazil tudi izkušen poznavalec govornice telesa, vendar ne bi smel izključiti, da je zelo verjetno, da ženska le čaka na trenutek, da bo lahko poiskala toaleta.

3.4 RAZLAGA POGOSTIH KRETENJ, KI SVA JIH OPAZILI PRI OPAZOVALNEM EKSPERIMENTU

Kretnje povzemamo iz knjig o govornici telesa Alana Peasa, ki je vodilni svetovni strokovnjak na področju govornice telesa. Pri raziskovanju govornice telesa se je opiral na študije, ki so jih napisali vodilni behavioristi in jih povezal z raziskavami s sorodnih področij (sociologija, antropologija, psihiatrija, vzgoja in izobraževanje ...).

3.4.1 Položaj nog

Prekrižane noge vedno pomenijo zaprtost za vse oblike sporazumevanja, ne pomenijo pa isto kot prekrizani gležnji. Te prekrizamo takrat, ko zadržujemo negativna čustva, smo negotovi ali nas je nečesa strah. Poznamo dve obliki prekrizanih gležnjev – moško in žensko prekrizane. Čeprav tudi ženske vedno bolj uporabljajo moško obliko, ki se pojavlja v kombinaciji s stisnjenimi pestmi, ki se običajno nahajajo v naročju ali se držijo naslonjala. Ženske roke običajno položijo v naročje. Prekrizani gležnji pa so bili v enem primeru pri ženskah izbrani (od strani moških) za najprivlačnejši ženski položaj, kar je noga ovita čez koleno.

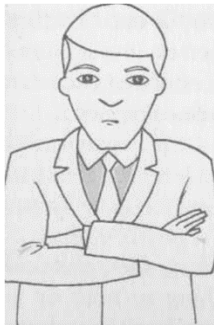
Noge nam vedno odkrivajo, kam želimo. Če se z nekom pogovarjamo v stoječem položaju in se želimo umakniti, bo naša glava gledala sogovorca, noge pa bodo kazale v smeri proti vratom oziroma tja, kamor nameravamo. Možno je tudi, da na tak način kot opazovalci prepoznamo izključitev tretjega oziroma se umaknemo, če smo sami ta član.

V določenih primerih pomenijo prekrizane noge tudi znak všečnosti in jih zato štejemo pod kretnje zapeljavanja. Noge (kot je že zgoraj omenjeno) odkrivajo, kam si mi kot posameznik želimo. Prekrizana noga, pri kateri je koleno uprto v neko osebo,

pomeni več stvari oziroma situacij. Lahko da oseba ne mara druge osebe, ki sedi poleg nje, in ima nogo obrnjeno stran od nje, lahko pa da ji je všeč neka oseba in zato nogo usmerja vanjo. V takem primeru naj bi prekrižana noga vedno kazala po posameznikovi presoji na najprivlačnejšo osebo v prostoru. Moramo pa pri tem paziti, saj se kretnja velikokrat zamenja z zaprtostjo. Gledati moramo niz kretenj in položaj rok. Če so tudi te prekrižane, smo lahko verjetno prepričani, da je osebi trenutno nelagodno, jo je nečesa strah.

3.4.2 Prekrižane roke

To je kretnja, ki jo ljudje po večini zelo velikokrat uporabljamo, ko nam je nerodno ali nas je nečesa strah, se nočemo odpreti za pogovor in podobno. Odvisno pa je, kako držimo roke v takšnem položaju. Slika 2 nam tukaj prikazuje odklonilen oziroma obramben odnos, kar pomeni, da ji ni prijetno govoriti s tisto osebo, s katero se pogovarja, ali da se ne počuti dobro v družbi, v kateri se je znašla.



Slika 2: Odklonilen oz. obramben odnos (https://e-edu.nbu.bg/pluginfile.php/331752/mod_resource/content/0/Allan_and_Barbara_Pease_-_Body_Language_The_Definitive_Book.pdf., 2004, str. 93, v nadaljevanju: Pease, 2004)

Slika 3 nam prikazuje osebo, ki trenutno kaže sovražen odnos do sogovorca ali do neke skupine. Ta položaj prepoznamo po značilnih pesteh, ki jih oseba sklene in s tem pokaže vrsto prekrižanih rok.



Slika 3: Sovražen odnos (Pease, 2004, str. 96)

Slika 4 prikazuje negotovo osebo, ki se torej ne more odločiti za odgovor. Trenutno o tem premišljuje, a je še vedno skeptična. Položaj prepoznamo po prijemu nadlahti.



Slika 4: Negotova oseba (Pease, 2004, str. 96)

Slika 5 nam prikazuje še zadnji položaj rok. Ljudje ga uporabljamo, ko želimo biti "kul", a še vedno ostati v obrambi. Palci so nek znak nadrejenega, gospodovalnega položaja, ki je v tem primeru uporabljen kot "kul" oznaka. To kretnjo pogosto uporablja princ Charles.



Slika 5: Gospodovalni položaj rok (Pease, 2004, str. 97)

Tudi kretnje rok lahko v določeni situaciji kažejo zapeljivalni odnos. Zapestje velja za najbolj intimen del ženskega telesa. Če ga odkrije, lahko po navadi predvidevamo na kretnjo zapeljevanja, sploh če se uporablja v nizu poleg odkrivanja vratu in popravljanja las. Ker vrat in zapestje odkrivata ranljivost, jo strokovnjaki ravno zato štejejo mednje. Popravljanje las z rokami zato, ker naj bi se ženska želela urediti za moškega oziroma osebo pred njo, kar pa vedno ne pomeni kretnje zapeljevanja, ampak tudi pozornost na svoj lastni videz in skrb zanj.

3.4.3 Položaj glave

Poznamo štiri različne položaje glave, ki imajo med sabo zelo različen pomen. Sklonjena glava pomeni neodobravanje ali potrtost, nepristranska drža glave ne kaže specifičnega odnosa, vzvišen položaj glave pomeni vzvišenost (do takšne osebe imamo po navadi negativen odnos), postrani drža glave pa pomeni ranljivost in je tudi del zapeljevalnih kretenj pri ženskah.

3.4.4 Nasmeh

Nasmeh je kretnja, na katero se večina ljudi, če je nasmeh pravi, odzove pozitivno in ga začne zrcaliti. Lahko prevara možgane, kar pomeni, da lahko tudi na narobe obrnjeni sliki, kjer se oseba smeji, možgani zaznajo nasmeh, če je prisoten. Poznamo več vrst nasmeha. Nasmeh s stisnjenimi ustnicami uporabljajo osebe takrat, ko nekaj prikrivajo ali nočejo izdati svojega pravega mnenja ali čustev. Skrivljen nasmeh je nasmeh, pri katerem oseba na vsaki polovici obraza kaže druga čustva. Na eni veselje in srečo, na drugi pa jezno mršenje. Takšen izraz lahko pomeni le eno čustvo, in to je sarkazem, ki je značilen bolj za zahodni svet. Nasmeh s sproščeno čeljustjo uporabljajo npr. politiki, ko si želijo pridobiti volivce, ali igralci v komičnih in drugih filmih, ki želijo vzbuditi nasmeh pri gledalcih. Nasmeh s pogledom navzgor je redno uporabljala princesa Diana in je bil eden izmed razlogov, zakaj je bila tolikim ljudem všeč. Ta nasmeh pri moških vzbuja željo po zaščiti oz. očetovske čute, ženske pa bi rade bile taki osebi podobne. Kretnjo uporabljajo le ženske in z njo dosežejo zapeljiv pogled. Raziskave kažejo, da smeh krepi imunski sistem, brani telo pred boleznimi, jih zdravi in podaljšuje življenje.

3.4.5 Znaki laži

Ljudje velikokrat lažemo, ampak ne pravilno. Če bi se hoteli zlagati tako, da nas ne bi dobili, bi morali dobro poznati govorico telesa med laganjem in delati prav nasprotno. Kar pa ni enostavno. Govorice telesa se ne da ponarejati oziroma se je ne da ponarejati dolgoročno. Tudi če se trudite, vas vaše telo vedno prisili, da uporabljate takšne kretnje, kot se počutite. Seveda pa jo je lažje ponarejati pred moškim kot pred žensko, saj imajo le-te čut za zaznavanje. Tudi če se nanjo ne spoznajo, bodo imele vedno občutek, da oseba laže, če bo lagala in uporabljala značilne kretnje pri

laganju. Raziskave kažejo, da lažnivci vedno gledajo v oči, saj mislijo, da ne bodo razkrinkani, če bodo počeli ravno nasprotno, kar se pričakuje od njih. Ljudje po navadi sumimo, da nekdo laže, če med govorom pogleda vstran, a to ni res. Poleg gledanja v oči je za lažnivce zelo značilno tudi različno dotikanje obraza. Najbolj značilno od tega je pokrivanje ust. To je kretnja, ki se razvija z nami in jo izvedemo tako, kakor je našim letom primerno. Otrok bo kretnjo izvedel tako, da bo takoj po povedani laži pokrival usta z roko, saj mu dajo možgani signal, da morajo zaustaviti lažnive besede. Najstniki to kretnjo obvladujejo malo drugače. Namesto da si pokrijejo usta z roko, se npr. dotaknejo ustnic s prstom.

Pod kretnje laži štejemo tudi praskanje po nosu, kar bova omenili zgolj zaradi mešanja te kretnje. Ko vidite človeka, ko se med govorjenjem popraska po nosu, ne morete vedno sklepati, da vam laže. Raziskave so pokazale, da se lažnivcem poveča nosna sluznica, kar naj bi sprožilo sčemenje v njem in željo po praskanju. Pri laganju pa to kretnjo velikokrat zamešamo s kretnjo dotikanja nosu.



Slika 6: Najstnik, ki laže (Pease, 2004, str. 26)

3.4.6 Ovira s skodelico

Te kretnje najini opazovanci niso uporabljali, vendar se nama je zdelo zanimivo, da jo omeniva, saj je lahko v vsakodnevem življenju še kako uporabna. Vzemimo za primer, da prodajamo hišo. Kupec, ki ga želimo prepričati v nakup posestva, je negotov, kar smo opazili po njegovi drži rok, ki je omenjena zgoraj. Ni nam še odgovoril z ne, ni nam potrdil, da bo hišo kupil, mi pa ne vemo, pri čem smo. Ponudimo mu pijačo. Skodelico kave, čaja ali katerekoli druge pijače. Priporočljivo je seveda, da v kozarec. Stranka naredi požirek in odloži skodelico tako, da je ta postavljena blizu nje, vendar pa je med nami in njo meja, ki jo je naredila strankina roka. To pomeni, da se moramo bolj potruditi, saj je stranka zdaj z govorico telesa pokazala, da je njen tihi odgovor ne. Še bolj hvalimo hišo in morebitni kupec naredi še en požirek. Sedaj skodelico postavi stran od sebe – tako da med nami in njim ni nobene ovire z roko. Njegov tihi odgovor je da, zato lahko sedaj ponudimo možnost kupčije.

4 EMPIRIČNI DEL

Potem, ko smo proučili literaturo, smo si postavili hipoteze in razmišljali o načinu preverjanja hipotez.

Dogovorili smo se, da bomo hipoteze preverjali z metodo opazovanja brez vključitve in z anketnim vprašalnikom.

Za preverjanje treh hipotez smo potrebovali kandidate, ki bi jih lahko opazovali med pogovorom. Izbrali smo 10 učencev devetih razredov naše šole. Za izbrane učence smo menili, da imajo bolj izrazito govorico telesa oz. so med njimi odnosi, ki bi jih lahko razkrila govorica telesa.

Ker gre za metodo, za katero nismo bili prepričani, ali je sporna ali ne (opazovanje mladoletnikov), smo za mnenje povprašali na Uradu informacijskega pooblaščenca, ki nam je svetoval, da pridobimo soglasja staršev in jim natančno definiramo namen opazovanja. Na informativni sestanek (vabilo – priloga 1) smo povabili starše teh učencev in jim predstavili namen in postopek opazovanja oz. raziskovanja. Povedali smo jim, da pripravljamo "opazovalni eksperiment" in da bodo o tem vedeli več kot njihovi otroci ter da prosimo, da jim ne povedo, da bodo opazovani (soglasje – priloga 2). 8 staršev se je povabilu odzvalo in podpisalo soglasje, 2 učenca pa sta povedala, da se zaradi drugih obveznosti ne moreta udeležiti eksperimenta. V opazovani skupini so bili 4 fantje in 4 punce.

4.1 ANKETNI VPRAŠALNIK

Želeli smo izvedeti, ali so opazovani učenci (devetošolci) pozorni na govorico telesa pri sebi oz. drugih.

Po končanem prvem dnevu opazovanja so učenci rešili anketni vprašalnik. Nato smo jim povedali, kaj in kako smo opazovali. Avtorici sva zanje pripravili predavanje na temo govorice telesa, ki so ga z zanimanjem poslušali. Naslednji dan so ponovno rešili tudi anketni vprašalnik.

Anketa je obsegala 7 vprašanj (anketni vprašalnik – priloga 3). Vsa vprašanja so bila zaprtega tipa.

Anketo je rešilo 8 učencev.

Tabela 1: Anketirani učenci glede na spol

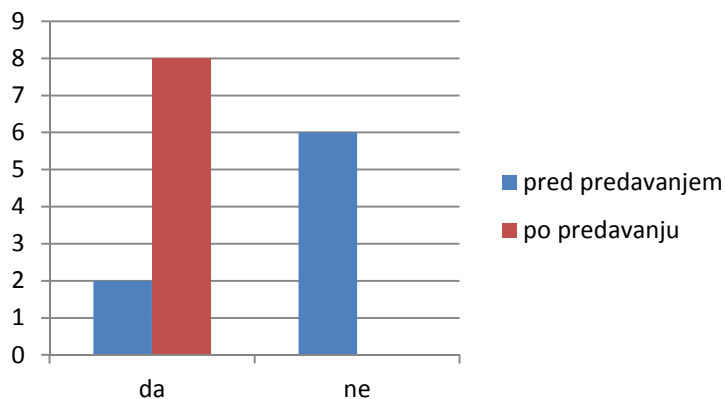
	število	%
moški spol	4	50
ženski spol	4	50
skupaj	8	100

V raziskavi so sodelovali 4 fantje in 4 dekleta.

4.2 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

1. Ali si med pogovorom pozoren/-na na telesno govorico sogovornika?

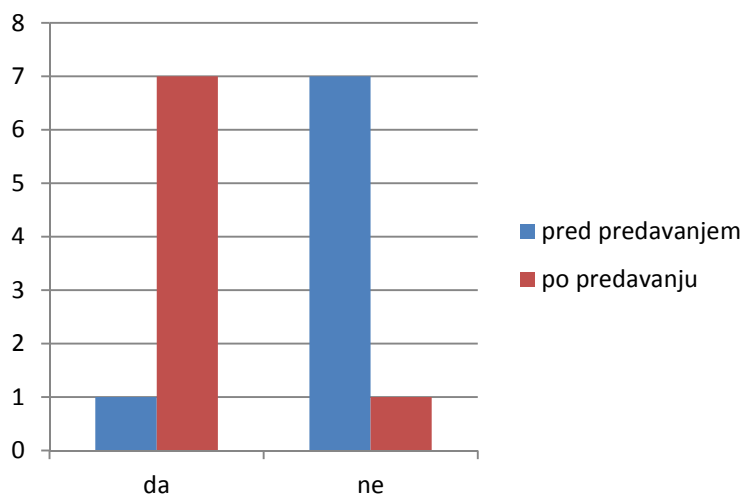
Graf 1: Pozornost na telesno govorico sogovornika med pogovorom



Pred predavanjem sta bila na telesno govorico sogovornika pozorna dva učenca, ostalih šest ne. Po predavanju je vseh osem učencev začelo namenjati več pozornosti sogovorniku, saj so se seznanili s pomenom nekaterih kretenj.

2. Ali si pozoren/-na na to, kaj sam/-a izražaš s telesom?

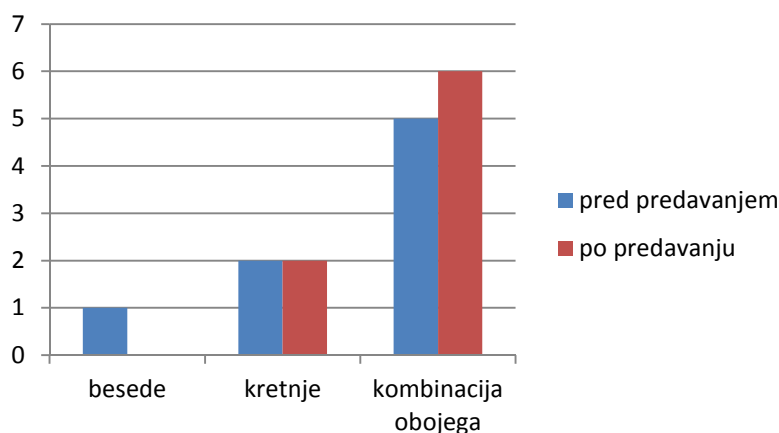
Graf 2: Pozornost na lastno govorico telesa



Pred predavanjem je na lastno govorico bil pozoren le en učenec, kar sva tudi pričakovali, zato naju rezultat ni presenetil. Ostalih sedem do takrat ni bilo pozornih na govorico telesa, kar se je po predavanju čisto spremenilo. Rezultat se je ravno obrnil in tako jih zdaj sedem opazuje svojo govorico telesa, eden pa še vedno ne.

3. Kaj ti pove več?

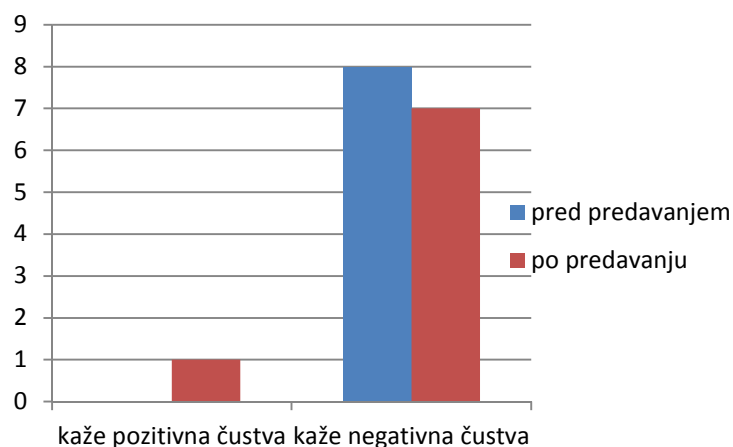
Graf 3: Moč besed, kretenj oz. kombinacije obojega



Pred predavanjem je pet sodelujočih navedlo, da jim več pomeni kombinacija obojega, kar pomeni, da jim govorica telesa in govor dajeta vtis o sogovorniku. Eden je navedel le besede, dva le kretnje. Po predavanju se je spremenilo le to, da nobenemu besede ne pomenijo največ, kretnje še naprej največ pomenijo dvema, kombinacija kretenj in besed pa pomeni več šestim.

4. Kako razumeš nekoga, ki »žuga« s kazalcem?

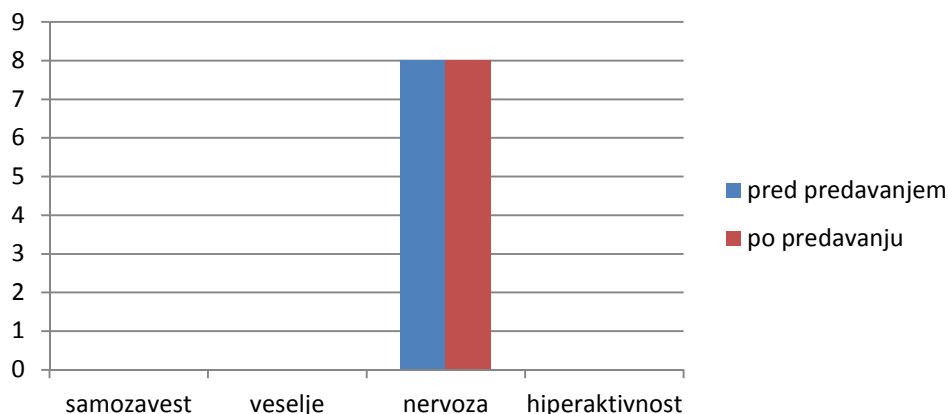
Graf 4: Razumevanje »žuganja« s kazalcem



Pred predavanjem je vseh osem anketirancev odgovorilo, da žuganje s kazalcem kaže negativna čustva, kar je tudi pravilen odgovor, saj ljudje žugajo, kadar so jezni na nekoga. Po predavanju je sedem učencev odgovorilo, da žuganje s prstom kaže negativna čustva, eden pa je spremenil mnenje in menil, da s to kretnjo kažemo pozitivna čustva.

5. Katero od navedenih lastnosti bi pripisal/-a človeku, ki bi med govornim nastopom prestopal z ene noge na drugo?

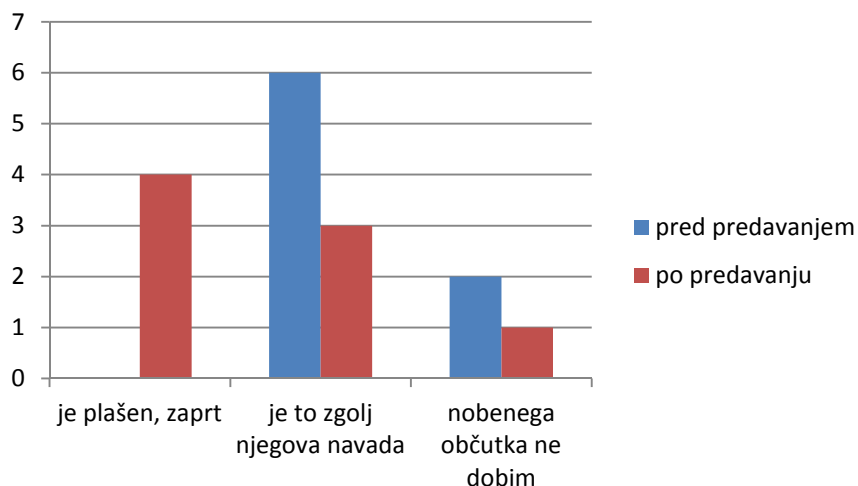
Graf 5: Pripis lastnosti človeku, ki med govornim nastopom prestopa z ene noge na drugo



Učenci so pred predavanjem vsi izbrali, da ta kretnja pomeni nervoznost, kar sva tudi pričakovali, saj se učenci s tem večkrat srečujemo v šoli. Po predavanju se mnenje ni spremenilo.

6. Ob človeku, ki sedi s prekrižanimi nogami, dobiš občutek, da ...

Graf 6: Občutek ob človeku, ki sedi s prekrižanimi nogami



Pred predavanjem je šest učencev menilo, da človek, ki ima prekrížane noge, kaže zgolj svojo navado, eden pa je odgovoril, da pri tem ne dobi nobenega občutka. Po predavanju so štiri učenci odgovorili, da s tem kaže plašnost, trije, da je to njegova navada, eden pa je še zmeraj ostajal pri mnenju, da ob človeku s prekrížanimi nogami ne dobi nobenega občutka.

4.3 OPAZOVALNI EKSPERIMENT

Določili smo dva zaporedna dneva opazovanja. Pred opazovanjem smo naredili tandeme oz. skupine, ki jih bomo opazovali. Učenci so po parih oz. skupinah po tri odšli v poseben razred, kjer so dobili navodilo, da sedejo na pripravljene stole in se pogovarjajo (o čemer koli oz. če ne vedo, so imeli pripravljene teme). V razredu je bila skrita kamera, za katero sprva niso vedeli. Kamera je bila povezana s sosednjim razredom (samo slika, brez glasu), v katerem sva avtorici opazovali njihovo govorico telesa in si sproti beležili njihove kretnje.



Fotografija 1: Izgled prenosa preko kamere

Ko so se kretnje začele ponavljati, sva preko mobitela poklicali mentorico, ki je prekinila pogovor v razredu in poklicala naslednje.

Ostali učenci so bili medtem v dveh razredih (tisti, ki so že bili v opazovanem razredu in tisti, ki še niso bili).

4.4 PREDVIDEVANJA IN ANALIZA OPAZOVALNEGA EKSPERIMENTA

4.4.1 Prvi dan opazovanja

Za prvi dan opazovanja sva pripravili 7 tandemov oz. skupinic, ki sva jih opazovali preko kamere.

Najprej sva napisali, kakšen odnos imajo med seboj, ter predvideli, kaj bi se med pogovorom lahko zgodilo. Na dan opazovanja sva si sproti beležili njune kretnje ter naslednji dan zapisali.

1. opazovanje: punca in fant

Pri nji ne veva, kaj lahko, glede na njuno preteklost, pričakujeva. Njun odnos bo verjetno bolj prijateljski, torej pozitivne prijateljske kretnje. Od punce lahko morda celo pričakujeva znake zapeljevanja glede na to, da je bolj temperamentna oseba in sva že prej opazili zelo odprto govorico telesa. Fant bo verjetno zadržan. Pogovor bo gladko stekel.

Na dan opazovanja je v prvem delu pogovora punca uporabljala kretnje zapeljevanja, kot so: prekrižane noge proti njemu, popravljanje izgleda oz. las, pogledi izpod čela. Fant je bil v prvem delu živčen, oblizoval si je ustnice in hotel povečati razdaljo med njima, a jo je ona s tem, ko se je nagnila naprej, spet izenačila. V drugem delu sva opazili, da sta se začela pogovarjati o temi, ki je bila punci zanimiva, fantu pa je bilo zelo nelagodno in nerodno. Punca je kazala kretnje razočaranja, saj nečesa ni izvedela oz. je po najini presoji razkrinkala laž. V tretjem delu je punca spet zapeljevala fanta, njemu pa je bilo ponovno nelagodno in želel se je znebiti trenutnega položaja. Punca je prav tako uporabila najprivlačnejši ženski položaj, s katerim je poleg kolen razkrila še ranljiv vrat ter zapestje.

Predvidevava lahko, da je njun pogovor bil razdeljen na tri dele, kot sva že omenili zgoraj. Svoja predvidevanja lahko na nek način potrdiva. Njun odnos je, kot sva predvidevali, le prijateljski, navkljub kretnjam zapeljevanja s strani punce.

2. opazovanje: punca in fant

Tukaj se pustiva presenetiti, saj bi lahko pričakovali več različnih situacij glede na njuno preteklost, saj sta bila nekoč par (samo preko interneta), vendar sta se razšla. Mogoče lahko pričakujeva znake všečnosti s strani punce, možno pa je tudi, da pridemo do nerodne situacije, ko ne eden in ne drug ne bosta vedela, kaj bi sama s sabo. Seveda lahko pričakujeva tudi čisto nasprotje – pogovor bo normalno stekel. Možnosti kretenj ni veliko: ali obrambni položaj oz. negativne kretnje pri vsakem in bo šlo za posnemanje (če se bo zaprl eden, se bo tudi drug) ali pa za pozitivne prijateljske kretnje v nizu, ki se jim lahko sčasoma (mogoče) pridruži kakšna kretnja zapeljevanja oziroma všečnosti.

Na opazovanju je bila punca skozi pogovor živčna in se je dolgočasila. Nekajkrat si je popravila lase in vmes začela posnemati fanta, ki je na začetku prevzel položaj prekrizanih gležnjev po moško. Bilo mu je nerodno, ko je opazil kamero, se je zaprl vase in odmaknil stol stran od nje, da ga v obraz ni bilo moč videti. Obema je bilo proti koncu pogovora dolgčas, prav tako pa sta bila živčna in sta želela oditi. Sklepava, da je med njima prijateljski odnos.

3. opazovanje: 2 puncici in fant

V tem primeru naju zanima, kateri puncici bo fant pokazal večje znake zanimanja. Glede na to, da sta punca 2 in fant najboljša prijatelja, lahko pričakujeva morda tudi izključitev tretjega, torej punce 1. Morda pa bo ravno karakter punce 1 vplival, da se bo pozitivno vključila v pogovor, ki bo v vsakem primeru lepo stekel.

Na opazovanju so se začeli pogovarjati o temi, ki je bila fantu zelo nelagodna, zato se je nagnil nazaj. Punca 1 je z nogo udarila punco 2. Mogoče zato, da bi nehala govoriti o tisti temi. Punca 2 je nogo usmerjala v fanta in postala živčna, saj verjetno želenega ni izvedela. Na koncu so se začeli posnemati in vsi zavzeli isti položaj. Njihov odnos je po najinem sklepanju prijateljski.

4. opazovanje: punca in fant

Predvidevava, da bo njun odnos prijateljski, vendar bo malce neprijetno, saj se opazovana ne poznata najbolje in ne bosta imela teme za pogovor. Nizala bosta pozitivne prijateljske kretnje ali pa kretnje negativnega obrambnega odnosa, kot so prekrižane roke, prekrižani gležnji, podpiranje glave (dolgočasje, saj ne bo teme za pogovor).

Punca in fant se ne poznata dovolj dobro, da bi stekel pogovor. Punca je obračala noge stran od njega in imela zaprt položaj. Fant je bil zaprt in ponovno obrnjen stran od kamere. Sklepava, da je šlo za bolj zaprt prijateljski odnos.

5. opazovanje: fant in dve puncici

Pričakujeva, da bosta obe puncici uporabljali kretnje zapeljevanja (kolena, kazanje zapestja, popravljanje las ...), vendar bo njun odnos oziroma pogovor prijateljski. Fant bo – kot vedno – uporabljal svoj značilen niz samovšečnih kretenj, kot je ameriška štirica. Pogovor bo gladko stekel, vendar se bo fant morda zaprl (obrambni položaj – prekrižane roke, gležnji), če bo sumil na njune kretnje zapeljevanja. Kot pri prejšnji trojki naju tudi tu zanima, če in do katere puncice bo fant pokazal večje zanimanje. Seveda pa ne moreva izključiti možnosti, da bo ena izmed njiju izločena. V tem primeru se lahko zgodi, da bo tista, ki bo izločena, užaljena in se bo zaprla ali pa se bo čim bolj poskušala vključiti v pogovor. Druga bo to izkoristila in morda še bolj uporabljala kretnje zapeljevanja.

Na opazovanju je punca 2 kazala znake zapeljevanja in se na nek način borila za njegovo pozornost. Razkazovala je ranljiv vrat in zapestje, medtem ko je punca 1 postavila obraz na pladenj. Vmes pa je bila celo za trenutek izločena, prav tako pa je pokazala vrat in zapestje. Fant je bil živčen ter se je dolgočasil. Ves čas pa je imel prekrižane gležnje po moško. Skozi opazovanje pred eksperimentalnim dnevom sva predvidevali, da je samovšečen, vendar sva s pomočjo govornice telesa ugotovili, da je to le prevara in je pravzaprav zadržan. Te kretnje uporablja pogosto, vendar ne za dolgo časa. Večinoma prevladujejo prekrižani gležnji in prekrižane roke, kar pomeni strah oziroma obrambo (odvisno od tega, v kakšnem položaju so prekrižane roke). Punca 2 je skozi pogovor posnemala fantove kretnje. Njihov odnos je, kot sva

predvidevali, prijateljski, vendar so bile vključene tudi kretnje zapeljevanja s strani obeh punc.

6. opazovanje: punca in fant

Tukaj dejansko ne veva, kaj se bo zgodilo, predvidevava, da bodo prevladovale pozitivne prijateljske kretnje v nizu (možni so tudi znaki zapeljevanja z obeh strani). Predvidevava, da se še nista veliko pogovarjala, zato ne izključujeva možnosti zaprtega položaja. Če se bo zaprl eden, se bo verjetno tudi drugi in pogovor ne bo gladko stekel. Lahko se tudi zgodi (in je zelo verjetno), da bo fant ponovno uporabil svoj vsakodnevni niz kretenj (ameriška štirica).

Na začetku pogovora pri opazovanju sta drug drugega posnemala. Čeprav punca ni izražala zanimanja za pogovor, je fant s presojo z zanimanjem le-tega spremljal. Čez čas je povečal razliko med njima v medsebojni razdalji in se zaprl vase, kljub temu da je govoril. Nogo je skoraj ves čas usmerjal v punco in sedel po moško s prekrižanimi gležnji. Punci je bilo dolgčas, vmes pa si je nekajkrat popravila lase. Njun odnos oziroma pogovor je prijateljski.

7. opazovanje: punca in fant

Tukaj pričakujeva predvsem prijateljski odnos z znaki zapeljevanja s strani punce, saj naj bi ji bil še pred kratkim všeč. Glede na to, da se v šoli ne pogovarjata veliko, sklepava, da se bosta znašla v nerodni situaciji, kjer ne bosta imela teme za pogovor. Fant bo ponovno uporabljal kretnje, kot so prekrižani gležnji, ameriška štirica ... Ker sta oba vedela za kamero, sta bila bolj zadržana. Punca je bila živčna in nervozna ter se je očitno znašla v zadregi, medtem ko je bil fant v zaprtem položaju s prekrižanimi gležnji in rokami. Nekajkrat je uporabil kretnjo presojanja z zanimanjem, a je imel ves čas nogo usmerjeno stran od punce, ki je nekajkrat uporabila zapeljiv pogled izpod čela, kar pomeni, da ga je zapeljevala le s pogledom. On se na njene kretnje ni odzval. Punca je razkazovala ranljiv vrat in zapestje. Njun položaj je po najinih predvidevanjih prijateljski s kretnjami zapeljevanja s strani punce.

4.4.2 Drugi dan opazovanja

Drugi dan opazovanja sva oblikovali 4 skupine. Sodelujoči so vedeli, kje je kamera in kaj na njih opazujeva. Njihova drža je bila sproščena, nikjer nisva opazili kakšnega negativnega položaja ali zaprtosti. Sklepava lahko, da so nekateri prejšnji dan zavzeli takšen položaj ravno zaradi tega, ker niso vedeli, kaj na njih se opazuje in kdo jih opazuje. Vedeli so, kaj kakšna kretnja pomeni, zato so večinoma posnemali najpogostejše in očitne kretnje svojih prijateljev, kar sva seveda z lahkoto tudi brez govora lahko ugotovili. Videli sva, da je njihova glavna tema pogovorov pravzaprav govorica telesa in da so razpravljali o določenih kretnjah. Bili so razporejeni v skupine po tri, kar jih je verjetno še bolj sprostilo in jih ni omejevalo na pogovor le z eno osebo.

Ker so želeli vedeti, kako poteka najino opazovanje, sva jim omogočili, da so bili pri enem opazovanju v učilnici, kjer sva delali sprotno analizo in nama tudi pomagali z znanjem, pridobljenim na predavanju.

5 RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK

Hipoteze smo postavili na podlagi prebiranja literature in lastnih domnevanj. Natančnih, že raziskanih trditev najinih hipotez, ki bi jih lahko izmerili v %, ni. Podobnega eksperimenta v literaturi nisva zasledili.

Postavili smo naslednje hipoteze:

1. Učenci menijo, da govorica telesa ni tako pomembna kot govor in nanjo niso pozorni.

Glede zavedanja govorice telesa je Mojca Odar, diplomantka višješolskega strokovnega študija, v raziskavi 55 anketirancev, ugotovila, da se 70 % anketiranih zaveda govorice telesa, 30 % pa ne. Mateja Nosan v diplomu ugotavlja, da je za 76 % njenih anketirancev bolj pomembno besedno komuniciranje.

Urška Šifrer v svoji diplomu navaja, da 34 % zaposlenih v nekem podjetju meni, da telesna govorica pove več kot beseda. Za trditev, da govorica telesa in beseda povesta enako, se je odločilo 33 % anketirancev, 23 % jih meni, da več pomeni beseda, 10 % ne ve odgovora.

Aniti Ferš je od 48 anketiranih, zaposlenih na Univerzi v Mariboru, 34 % odgovorilo, da govorico telesa poznajo slabo, 58 % dobro, 8 % pa zelo dobro.

Naših 25 % opazovanih devetošolcev je bilo pred predavanjem pozornih na telesno govorico sogovornika, na svojo pa le 12,5 %. Kar 62,5 % učencev je menilo, da največ povedo besede in govorica telesa skupaj.

Učenci so tudi pravilno razumeli pomen »žuganja« s kazalcem in nervozo človeka, ki med govornim nastopom prestopa z ene noge na drugo.

Hipotezo potrjujeva.

2. Ko so učenci seznanjeni z razlago govorice telesa, menijo, da je govorica telesa bolj pomembna kot govor in so nanjo bolj pozorni.

Po predavanju, kjer so se seznanili s pomenom nekaterih kretenj, je vseh osem učencev začelo namenjati več pozornosti govorici telesa sogovornika, 7 pa jih je menilo, da so pozorni tudi na lastno govorico telesa. Po predavanju so vsi učenci menili, da največ pove kombinacija besed in kretenj. Bolje tudi razumejo situacijo, ko nekdo sedi s prekrižanimi nogami.

Hipotezo potrjujeva.

3. Iz opazovanja telesne govornice lahko prepoznamo položaj/odnos med sogovorniki.

Pease v svojih knjigah navaja in podkrepljuje s slikovnim gradivom, da govornica telesa kaže na odnose med sogovorniki.

Po najinem opazovanju sva prišli do ugotovitve, da govornica telesa opazovanih učencev odkriva njihove medsebojne odnose, vendar le-ti niso bili tako izraziti. Mogoče zaradi kamere, ki so jo kasneje odkrili, ali vedenja, da so opazovani.

Hipotezo delno potrjujeva.

4. Ko osebe vedo, da pri njih opazujemo govornico telesa, je le-ta bolj kontrolirana.

Pease navaja, da se govornice telesa na da ponarejati dlje časa oz. jo sploh ne moremo.

Drugi dan opazovanja sva ugotavljali, da v opazovanih pogovorih veliko pozornosti posvečajo izrazitim in ponavljajočim se kretnjam drugih opazovancev oz. se nama je zdelo, da se o govornici telesa pogovarjajo, kar so nama kasneje tudi potrdili.

Hipotezo potrjujeva.

5. Pri samozavestnih osebah je tudi govornica telesa bolj izrazita.

Pease navaja, da določeni znaki govornice telesa pomenijo samozavestno osebnost (npr. pokončna, vzravnana drža ...), določeni znaki pa odsotnost samozavesti (prst v ustih lahko pomeni stisko, pomanjkanje samozaupanja).

Zadržane osebe, ki sva jih opazovali, niso imele izrazite govornice telesa in iz nje nisva uspeli dobro prepoznati njihovega položaja oz. situacije, v kateri so se znašli. V nasprotnem primeru pa je bilo tudi nekaj takih, pri katerih sva njihovo govornico telesa brali brez težav.

Hipotezo potrjujeva.

Skozi postopek raziskovanja sva bili navdušeni nad temo in naju je vedno bolj zanimala. Raziskovani dan je potekal po načrtih, vendar so najina pričakovanja vsebovala veliko več kretenj zapeljevanja s strani punc, kot so jih pokazale. Misliva, da sva se od tega veliko naučili in da nama bo prišlo to znanje prav, ko bova odrasli in se zaposlili.

Najini sosošolci, ki sva jih opazovali, nama tega niso zamerili, temveč so bili zelo zadovoljni, da so sodelovali pri opazovalnem eksperimentu. Predavanje jih je zelo pritegnilo, nad temo so bili navdušeni in malce tudi presenečeni, ko so izvedeli, kaj na njih sva opazovali. Seveda so želeli izvedeti kaj več o svoji oz. govorici telesa drugih, vendar nisva povedali, saj spoštujeva njihovo zasebnost. Ker pa so vztrajali, sva dovolili (ob strinjanju drugih opazovancev), da so bili naslednji dan opazovanja izmenično prisotni. Podajali so tudi svoja stališča, ki so bila pravzaprav zelo natančna (ne tako kot najina), kar nama je dalo potrditev, da sva jim temo kvalitetno predstavili in jih pritegnili k opazovanju.

Nasploh pa se je najina domneva, da učenci malo vedo oz. niso pozorni na govorico telesa, potrdila. Da bi učenci govorico telesa bolje (s)poznali, bova na šoli pripravili nekaj delavnic na to temo, najina mentorica pa bo poznavanje govorice telesa vključila v delo z nadarjenimi učenci.

6 VIRI IN LITERATURA

Ferjan, M., *Poslovno komuniciranje*. Kranj: Moderna organizacija, 1998. ISBN: 961-232-030-6.

Ferš, A., *Govorica telesa pri komuniciranju zaposlenih na Univerzi v Mariboru* (internetni vir). 2010. Pridobljeno: 1. 10. 2014. Dostopno na: file:///C:/Users/jozica/Downloads/VS_Fers_Anita_1974.pdf.

Mihaljčič, Z., Šantl, L., *Poslovno komuniciranje*. Učbenik. Ljubljana: Jutro: 2000. ISBN: 961-6006-88-6.

Možina, S. e tal. *Poslovno komuniciranje*. 1. natis. Maribor: Obzorja, 1995. ISBN: 86-377-0763-7.

Nosan, M., *Govorica telesa kot del nebesedne komunikacije* (internetni vir). 2010. Pridobljeno: 1. 10. 2014. Dostopno na: http://www.bb.si/doc/diplome/Nosan_Mateja-Govorica_teleasa.pdf.

Odar, M., *Govorica telesa* (internetni vir). 2011. Pridobljeno: 1. 10. 2014. Dostopno na: http://www.bb.si/doc/diplome/Odar_Mojca.pdf.

Pease, A., *Govorica telesa*. Zbirka za zdravo življenje. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1996. ISBN: 86-11-14753-7.

Pease, A., Pease, B. *The definitive book of body language* (internetni vir). 2004. Pridobljeno: 15.09.2014. Dostopno na: https://e-edu.nbu.bg/pluginfile.php/331752/mod_resource/content/0/Allan_and_Barbara_Pease_-_Body_Language_The_Definitive_Book.pdf.

Pease, A., Pease, B. *Velika šola govornice telesa: nebesedno izražanje, kulturni vzorci sporazumevanja in branje med vrsticami*. 1. natis. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2011. ISBN 978-961-01-1383-6.

Šifrer, U., *Govorica telesa pri komuniciranju v poslovnem svetu* (internetni vir). 2007. Pridobljeno 1. 10. 2014. Dostopno na: http://www.bb.si/doc/diplome/Sifrer_Urska-Govorica_teleasa_pri_komuniciranju_v_poslovnem_svetu.pdf.

Ulcman, I., *Koncepti in veščine komunikacije* (internetni vir). 2003. Pridobljeno 1. 10. 2014. Dostopno na: <http://www.leila.si/dokumenti/kom.pdf>.

7 SEZNAM FOTOGRAFIJ, SLIK, TABEL in GRAFOV

FOTOGRAFIJA

Fotografija 1: Izgled prenosa preko kamere (foto: Jožica Novak)	21
---	----

SLIKE

Slika 1: Delitev komunikacije	8
Slika 2: Odklonilen oz. obramben odnos	12
Slika 3: Sovražen odnos	12
Slika 4: Negotova oseba	13
Slika 5: Gospodovalni položaj rok	13
Slika 6: Najstnik, ki laže	15

TABELA

Tabela 1: Anketirani učenci glede na spol	17
---	----

GRAFI

Graf 1: Pozornost na telesno govorico sogovornika med pogovorom	18
Graf 2: Pozornost na lastno govorico telesa	18
Graf 3: Moč besed, kretenj oz. kombinacije obojega	19
Graf 4: Razumevanje »žuganja« s kazalcem	19
Graf 5: Pripis lastnosti človeku, ki med govornim nastopom prestopa z ene noge na drugo	20
Graf 6: Občutek ob človeku, ki sedi s prekrižanimi nogami	20

8 PRILOGE

Priloga 1: Vabilo na sestanek

Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur
Ulica skladateljev Ipavcev 2
3230 Šentjur

Šentjur, 15. 01. 2015

Spoštovani starši!

V okviru raziskovalnega dela na naši šoli načrtujemo delavnice na različne teme, ki bodo v petek, 30. 01. (popoldan), in v soboto, 31. 01. (dopoldan). K temu smo povabili tudi vašega otroka.

Ker bo ena izmed delavnic opazovalni eksperiment, za katerega potrebujemo vaše soglasje, bi vam radi delavnice predstavili.

Zato vas vabimo na sestanek, ki bo v četrtek, 22. 01. 2015, ob 17.00 v čitalnici knjižnice OŠ Franja Malgaja Šentjur.

Vljudno vabljeni.

Vodja raziskovalnega dela:
Jožica Novak

Ravnatelj:
Marjan Gradišnik

Priloga 2: Soglasje staršev

Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur
Ulica skladateljev Ipavcev 2
3230 Šentjur

SOGLASJE STARŠEV ZA SODELOVANJE OTROK NA DELAVNICI »OPAZOVALNI EKSPERIMENT«

Podpisani/-a _____ (ime in priimek staršev)
oče, mati, skrbnik učenca/učenke _____ iz _____
razreda sem bil/-a na sestanku, 22. 01. 2015, seznanjen/-a z vsebino in potekom
delavnice »opazovalni eksperiment«.

DOVOLJUJEM / NE DOVOLJUJEN (ustrezno obkrožite)
sodelovanje mojega otroka na delavnici »opazovalni eksperiment.«

Na sestanku sem bil/-a seznanjen/-a, da bo pri mojem otroku (čas trajanja
posamezne delavnice cca. 15 minut):

- preko kamere opazovana govorica telesa,
- prenos bo neposreden in se ne bo snemal,
- govor otroka se ne bo slišal,
- otrok v raziskavi ne bo poimenovan (v raziskavi bo omenjen kot skupina devetošolcev) oz. bodo imena izmišljena.

Podpis staršev:

Šentjur, _____

Priloga 3: Anketni vprašalnik

ANKETNI VPRAŠALNIK

Spoštovani, spoštovana!

Pred tabo je anketa o govorici telesa. Pri vsakem vprašanju obkroži črko pred pravilnim odgovorom.

Anketa je anonimna. Rezultati ankete bodo uporabljeni za raziskovalno nalogo na to temo. Prosiva, da podajaš resnične odgovore.

Nika in Monika

1. Ali si med pogovorom pozoren/-na telesno govorico sogovornika?

- a) Da.
- b) Ne.

2. Ali si pozoren/-na to, kaj sam/-a izražaš s telesom?

- a) Da.
- b) Ne.

3. Kaj ti pove več?

- a) Besede.
- b) Kretnje.
- c) Kombinacija obojega.

4. Kako razumeš nekoga, ki »žuga« s kazalcem?

- a) Kaže pozitivna čustva.
- b) Kaže negativna čustva.

5. Katero od navedenih lastnosti bi pripisal/-a človeku, ki bi med govornim nastopom prestopal z ene noge na drugo?

- a) Samozavest.
- b) Veselje.
- c) Nervozo.
- d) Hiperaktivnost.

6. Ob človeku, ki sedi s prekrižanimi nogami, dobiš občutek, da ...

- a) je plašen, zaprt.
- b) je to zgolj njegova navada.
- c) nobenega občutka ne dobim.

Hvala!