

体态与交际

〔美〕朱利斯·法斯特著

孟小平译



北京语言学院出版社

体态与交际

〔美〕朱利叶斯·法斯特 著

孟小平 译

北京语言学院出版社

BODY LANGUAGE

by

Jilius Fast

据 M. Evans and Company, Inc

1970年版翻译

体态与交际

【美】朱利叶斯·法斯特 著

※ 译

北京语言学院出版社

(北京海淀区学院路15号) 出版发行

新华书店北京发行所

河北省新城县劳动服务公司印刷厂 销

开本787×1092毫米 1/32 8.5印张 121厂排印

1988年5月第1版 1988年5月第1次印刷 千字

印数1—20,000册

ISBN 7-5619-0007-4/G·1

定价：2.30元

译者前言

十几年前，这本小书大受美国读者欢迎，《时代》周刊将其评为当年十大非小说类畅销书之一。直到今天才译出来介绍给中国读者，似乎晚了些，但读者只要翻上几页，就会生出一种新鲜感，使你非读下去不可。

这本书所讲的叫做体态语的东西，对于从未正式涉足的人，是一片闻所未闻的新天地，他们会惊异人生还有这样一片广阔的天地而从前竟无所知。人生在世，身体各部分不停地活动，也就是在不停地诉说。据国外一些实验统计：人在交流中，语言传达的信息只是一小部分，可非语言因素传达的信息竟占了65—93%，而体态语又是非语言因素的重要组成部分；忽视体态语，就是忽视了人类交流的一大半内容。

之所以要把这本书翻译过来，是因为它把这门很专的学科讲得深入浅出，引人入胜，能使人在不

知不觉中对它产生兴趣，并对其基本知识及其在生活中的表现和应用有所了解。

对体态语的研究，最早可以追溯到希腊哲人亚里士多德，他曾经分析过行为的表达方式。而正式的研究是从达尔文1872年出版的《人类和动物的表情》一书开始的。达尔文发现，人类和动物的表情有许多相似之处，都是内在情绪的表露。人的表情是遗传的，不分文化和种族的。到了本世纪，科学家们将达尔文这一权威观点加以发展补充，认为，那些较原始的、较基本的表情，如欢快、惊奇、惧怕、气愤等，是与生俱来的，有其生理机制；而一些较高级的含有文化色彩的表情，则是后天习得的，因文化而异。人的表情以及体态语，在不断地发展、分化，越来越丰富。

对体态语的研究作出了重要贡献的学者有：

人类学家伯德惠斯特尔（R.L. Birdwhistell）。他从自己的研究角度出发，试图将身体动作和语言一一对应起来，他将身体动作分解至最小单位，象研究语言一样加以研究。他甚至发明了一套记谱法，把身体动作象记录舞蹈图谱一样予以记录。

心理学家埃克曼（P. Ekman）。他更偏重于从实验的角度进行研究。他和他的同事将体态语分

为表示明确意义的符号势、指明物体的图示势、引导对话的调整势、揭示内心感觉的表情势和消除紧张情绪的适应势。

非语言传播学者美拉比安 (A. Mehrabian)。他突破了以前学者将体态语和口述语言对应起来加以研究的方法，认为体态语传达的信息比口述语言有更多的细微区别。

人类学家霍尔 (E. T. Hall)。在对不同的民族进行研究后，他写出了一本极有才气的书——《无声的语言》。在书中，他首次提出人际交流中距离的概念，并将人与人交往的距离划分为亲密距离、个人距离、社交距离和公众距离四种，从空间的角度来研究人与人之间信息的传递，在体态语研究中独辟蹊径。

对体态语研究作出了贡献的还有研究民族体态语的差异的埃弗隆 (D. Efron)，研究“侵犯”的金泽尔 (A. Kinzel)，研究用体态语学揭示心理状态并进行心理治疗的舍弗伦 (A. E. Schefflen)，埃克曼的同道弗里森 (W. V. Friesen) 等众多的学者。

对体态语的研究是一门新兴的学科，它的英文名称是伯德惠斯特尔提出的 Kinesics，意即动的科

学。对于这门学科，近几年国内有些文章间有提及。它们将 Kinesics 分别译成了“身动学”、“身势学”、“身姿学”等，译名很不一致。我们倾向于将它译成“体语学”，因为比起其它译名来，它更清楚地表述了同其研究对象“体态语”之间的关系。

体态语或体语学，从属于更大的非语言交流学科。非语言交流可分为体语学、目光学、界域学、时间学、接触学、物品运用学、副语言、环境因素、外貌等等许多门类，体语学是其中一大门类。为了便于研究和理解科学术语的含义，关于非语言交流常见术语的中文译名，我们略作注释，附于书后。

80年代以来，体态语及其所属的非语言交流领域的研究越来越活跃，富有新意的研究方式和结论层出不穷。国际研究的蓬勃景象，反衬出我国在这方面的空白和岑寂。非语言交流和体态语在我国还是位“陌生客”，大家还不认识它，这是因为：一、我国社会科学的某些研究停顿了许多年，现在正急起直追，对于象非语言交流和体态语研究这样的新学科还不熟悉，还未意识到它的重要性；二、在我国现行学科划分中，它尚无归属。

北京语言学院出版社的同志，多年从事对外汉语教学工作，他们从自身经验中，深感不同文化间非语言交流的成分与语言交流的成分同样重要。他们准备出版若干关于非语言交流的著作，作为开展这门新学科研究的“引子”和先头小分队。

中华民族有着与其它民族不同的久远而独特的文化，在非语言交流和体态语方面，有着十分丰富、非常值得研究的地方。我们相信，这支先头小分队会吸引我国一大批有志于此的同道，来共同探索这片跟口述语言同样广阔的新天地。

不同社会和文化的体态语既有其共同之处，又有很多的特异之处。这本书是美国人写的，所取实例多数来自美国和西方社会，其中有一些可能与我国的传统习俗不相符，但是它对开拓我们研究工作的视野，比较不同文化背景中体态语的异同，都是有益的。在实际生活中，了解某些西方社会的体态语，于对外交往也有实用价值。这里我们要提醒读者的是：不能生搬硬套。在翻译过程中，对个别段落作了删节。原书名 Body Language(体态语)，现改作《体态与交际》，以昭示体态语与交际的关系；似更通俗。

孟小平

1987.5.18. 北京三里屯

目 录

1. 体态即信息.....	1
名叫体语学的科学.....	3
无意中的新信号.....	4
怎样识别姑娘的体态信号.....	5
碰，还是不碰？.....	9
孤独中的触摸.....	10
2. 动物与界域.....	13
象征性殴斗.....	15
我们能继承语言吗？.....	18
“界域的要求”.....	22
一个人需要多大空间？.....	24

3. 如何处理空间	27
属于自己的空间.....	29
名为界域学的学科.....	30
社交和公众空间.....	35
不同的文化如何处理空间.....	41
西方人对待空间的方式.....	45
 4. 空间被侵犯时	 51
保卫身体区域.....	53
向追求地位的人进一言.....	55
怎样作一个领导.....	58
不可侵犯的空间.....	61
空间和个性.....	64
性别与非人.....	69
礼仪与座次.....	72
 5. 人的假面	 77
掩盖心灵的微笑.....	79
摘掉假面.....	83
不能摘掉的假面.....	86
何时人不算人?	87
受虐者与虐待者.....	91

如何去掉假面·····	92
6. 神奇的触摸世界·····	97
来拉住我的手·····	99
使人残缺不全的假面·····	101
外表就是内心·····	103
怎样破壳而出·····	105
无言的鸡尾酒会·····	109
为了健康的游戏·····	111
7. 爱的无声语言·····	119
姿态，扫视和进攻·····	121
她有意吗？·····	126
值得要面子吗？·····	129
邂逅、交流和直流·····	131
选择你的姿势·····	133
准性交往·····	137
8. 位置，点和姿势·····	143
喊救命·····	145
你的姿势说明什么？·····	148
地方不同，姿势也不同·····	152

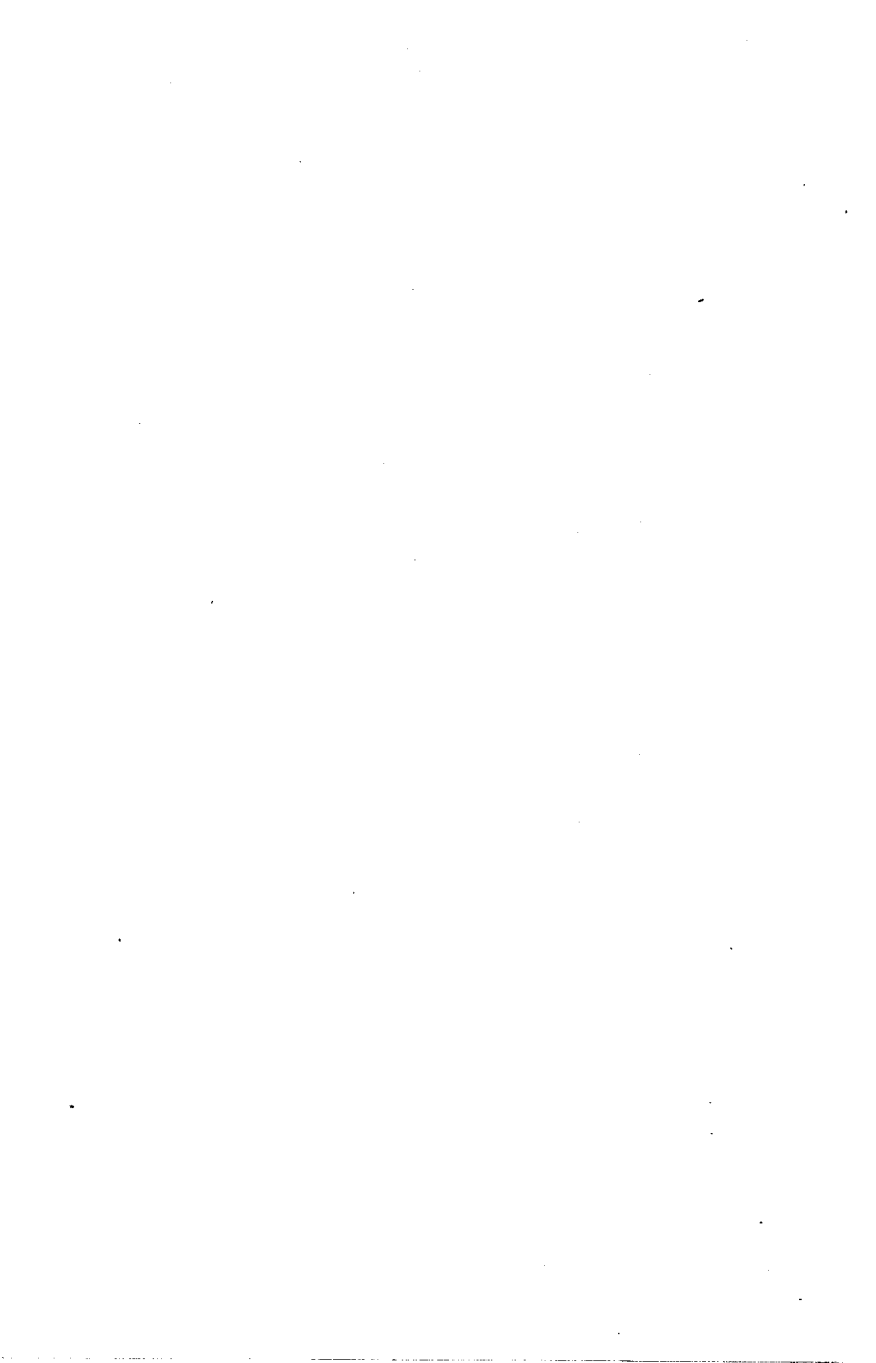
移动和信息·····	155
姿势和演段·····	159
争夺位置·····	163
家庭行为的三条线索·····	169
9. 皱眉，挤眼和点头·····	175
把人不当人的盯视·····	177
注视的时间·····	180
笨拙的眼睛·····	183
卧室里的眼睛·····	184
文化不同，眼神不同·····	187
久久的自视·····	191
一瞥有多长·····	192
10. 动作的拼写符号·····	197
腿有语言吗？·····	199
体态语ABC·····	203
给动位作标志·····	207
文化和体语学·····	212
效仿领头人·····	214
11. 体态语的使用和误用·····	219

和动物谈谈吧.....	221
无声世界中的符号.....	223
用体态语愈合心灵创伤.....	226
伪造体态语.....	233
总结.....	241

附 录

一、参考书目.....	247
二、非语言交流术语简介.....	250

1. 体态即信息



名叫体语学的科学

近年来，人们发现并探索着一门崭新而又令人振奋的科学，这门科学就叫体态语（body language）。在书面上和科学研究中，称之为体语学(kinesics)。体态语和体语学，都以非语言交流(nonverbalcommunication)的行为型式为基础，但体语学还是一门全新的科学，这个领域的权威是屈指可数的。

实际研究表明，体态语和语言交流（verbal communication），在实际生活中可能相互抵牾。一位青年妇女对心理医生说，她深深爱恋着她的男友，但同时却又频频摇头，无意中又否定了她说的话。这是一个典型的例子。

体态语，也渗透在家庭内部的活生生的关系之中。比如说，一家子坐在一起，只要看看家庭成员胳膊和腿怎样动作，他们之间的关系就一目了然了。假如母亲首先交叉起双腿，其他家人纷纷效尤，那么，她就是这家活动的指挥者，尽管她和其他家庭成员并未觉察出来。实际上，母亲嘴上也许否认她的领导地位，因为她经常征询丈夫和子女的意见。但是，没有说出的“跟随一领导”（follow-

the-leader) 的信息，通过她的行动，已经向懂得体语学的人表明了这个家庭成员之间的相互关系。

无意中的新信号

爱德华·赫斯博士 (Dr. Edward H. Hess) 不



图 1-1-1 人看到感兴趣的东西，如打扑克的人抓到一付好牌时，眼睛的瞳孔会放大。