

美国人常用的身势语

BODY ENGLISH BY AMERICANS

李泽鹏 编著

张志公 审定



人民教育出版社

BODY ENGLISH BY AMERICANS

美国人常用的身势语

李泽鹏 编著

张志公 审定

人民教育出版社

(京)新登字 113 号

图书在版编目(CIP)数据

美国人常用的身势语/李泽鹏编. 北京:人民教育出版社,1995

ISBN 7-107-11225-2

I. 美… II. 李… III. 身势语-美国人 IV. H026.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 09468 号

94.08.15

Body English by Americans

美国人常用的身势语

李泽鹏 编著

张志公 审定

*

人民教育出版社出版发行

全国新华书店经销

民族印刷厂印装

*

开本 787×1092 1/32 印张 5.125 字数 81,000

1995 年 4 月第 1 版 1995 年 4 月第 1 次印刷

印数 1—5,270

ISBN 7-107-11225-2
G·4026 定价 4.20 元

写在前面的话

张 志 公

关于身势语的重要性、学习身势语的意义等，作者在前言中已经有所说明，我同意那些说法。这里再补充几句。

身势语不仅仅是个人习惯甚至一个民族的风俗习惯而已，它往往可以反映更多的东西。比如说在古代，人际交往少，那么，经常住在一望无际的大平原的人，多年住在波涛汹涌的海边的人，常年住在林木茂密、崎岖不平的山区里的人，他们的身体活动会有所不同，以至于他们的心理、他们对自然界景物的看法都会有所不同。这许多身体的、心理的因素，必然会从他们常用的身势中反映出来。换言之，身势语在某种程度上可以反映一个民族的生活地域、风土习惯、心理状态，往大里说，甚至于自然观、宇宙观之类。所以，身势语是一个非常值得重视、值得深入研究的问题。为什么有的民族比较活跃，能歌善舞，有的民族差一些，这又跟社会生活有相当密切的关系。典型的例子是我们自己的祖国——中国。中国由于封建制度流行的时间特别长，中间没有过大的间断，尤其是到了宋明道学家产生之后，许多人借儒家之名过分地强调人要

循规蹈矩，少说少动。一位尊者走过去，晚辈要躲在一旁，躬身垂手侍立。年轻人在尊者面前不许大声说笑，甚至连教训自己的孩子都是不许可的。至于妇女，限制就更多了。总而言之，要从小就把孩子们训练成一批伏首贴耳的驯服的小奴才。可是小孩子们一向是有强烈的逆反心理的。你有权，你可以拿戒尺、拿棍子打他们，所以在你面前他只好伏首贴耳；但是一转身，你看不见他们了，他们胡作非为得会更加厉害。正像贾宝玉，他那么顽皮，那么守封建礼教的管束，可是他爸爸把他屁股打烂了，他也只好挨着。在这样的社会背景里长大的孩子们，往往表现出一种缩头缩脑、缩手缩脚的样子，恨不得成为一个僵化的人。这是从一个方面看，就是说，身势语用得多少、用得怎么样能反映出许多东西。反过来，从另一个方面看，如果对身势语的使用加以注意、加以重视，并且对孩子们的身势语加以训练，身势语反转过来会影响他们的心理、意识等等的发展。比方一个人走路老爱低着头，这个人往往所见不广，或者心事重重，或者不愿意跟别人多接近。你如果有意识地帮助他，诱导他抬起头来走路，他所见的外界事物多了，接触的人多了，慢慢地他的性格会发生相当大的变化。再比如一个人，别人跟他谈话时，他不是两眼正视别人，而是东张西望，这表现了好几个问题。第一，此人极不礼貌，对别人说的话满不在意；第二，很可能他一边跟人谈着话，同时又有重重心事，心不在焉；第三，也可能他心怀某种或大或小的鬼胎，不敢正视跟他谈话的人。所以，这个不可取的身势语反映的东西很是不少。

反转过来，如果你善意地帮助他，让他习惯于别人对他说话时他正视别人，集中精力注意听别人说些什么，这对他起的作用会是非常大的。首先训练了他的礼貌，不能似听非听；其次训练了全神贯注听人讲话的习惯，知道只有认真听，才能正确理解，才能正确地处理别人对他提出的希望、要求、或者指令；而不至于他说他的，你干你的，发生不必要的矛盾；此外还可能训练他的胆量：即使知道这个人对自己有所不悦、有某种误解、甚至于有某种怨恨，自己也敢善意地正常地看着他，这样，倒反而容易消除那些东西；相反，你越不敢看他，那些东西会越加重。所以，无论从哪方面讲，从观察一个人的身势语来理解他这个身势语所可能包含的内容，或者反过来帮助他建立良好的身势语，从而使他的性格、心理、为人等等得到改善（或者换一个说法，无论从消极方面还是从积极方面着眼、着手，都大有益处）。

身势语太平常了，习惯于用身势语的人，那是家常便饭，不觉得怎么样；不习惯用的，不用就是了，也不觉得怎么样。所以，对身势语的研究一向非常非常的少，有之也研究得非常非常浅，只是说一些现象，谈不到它的意义、它的作用，深入不下去。泽鹏同志这部著作在这一方面，坦率地说，也还有待加强。不过，我总认为，他这样比较细致地注意到了身势语的运用，并把它一定程度的条理化，至少谈论到它的性质和重要性，这是一个良好的、非常可喜的开端，值得欢迎。希望泽鹏同志在这个基础上再上一个台阶，再上一层楼，把这个问题研究得更深

透一些。也希望别的有兴趣的同志们共同努力,对这个很有意义、很有重要性的问题做出一种开拓性的研究。

1994年11月11日

前 言

语言是人们交际的工具。语言一般分为书面语言 (the written language) 和口头语言 (the spoken language)。但是, 在人们日常交流过程中或在许多场合下, 还有一种非常重要的方式或语言, 而在学习外语时 (或教给外族或外国人学习汉语时) 往往为不少人所忽视, 就是身势语言 (the body language), 即各种手势, 姿势和身势 (signs, signals and gestures)。很多人有一种误解, 以为只有聋哑人或有口语障碍的人才使用身势语言。其实不然。正常人使用身势语言决不少于聋哑人。可以说, 身势语言和口头语言是相辅相成、同时并用的。至于戏剧演员们, 身势语言成为他们演技的重要组成部分, 那就更不在话下了。

不同的国家或地区, 由于文化传统和风俗习惯的不同, 身势语言不尽一致, 同样一种手势表达的意思可能有很大差异; 而同样一种思想表达的方式又不相同。我们常说‘摇头不算点头算’, 就是说, 点头表示‘肯定’、‘同意’, 摇头则表示‘否定’、‘不同意’。可是, 在有的国家, 摇头 (People turn their heads from side to side.) 则表示‘同意’、‘肯定’。再如, 怎样用手势表示请人走过来, 有的地方的人是一手掌心向下, 全手移动; 而另外一些地

方的人是一手掌心向上，只移动食指。因此，在学习一门外国语时，了解和掌握操纵这种语言的人常用的身势语言将有助于提高理解能力和交流水平，并可避免误解。

本书精选美国和北美州国家讲英语的人在日常交往中经常使用的手势，姿势或表达法，这里把它们称作 *Body English by Americans* (美国人常用的身势语)，按身体部位分为单元，以生动活泼的形式介绍给读者。

全书共 8 个单元，每个单元有 10 种表达法。编排体例如下：

首先用实例图介绍每种身势表达法的姿势，然后讲解其意义和使用场合，最后是练习。通过练习使读者基本掌握本书所介绍的身势语。

身势语言是经常使用的，几乎达到不经过思考就能使用（像条件反射似的）。身势语言在特定场合下则可成为表达思想和感情的一种特殊交际方式或手段，有直接亲切感，往往带有比较强的感情色彩，如喜乐、惊讶、愤怒、蔑视等。有时单独使用，有时与口头语言相配合。身势语言如果使用得当，可以增进交流的气氛，有时可以取得口头语言或书面语言达不到的效果。但是，如果使用不当，可能会使对方感到不愉快，或使自己处于尴尬的地位。因此，在使用身势语言时，要注意场合和谈话人的性格习惯等等。

由于编者水平有限，对身势语的研究还很不深入，本书所谈到的只是美国人常用的一部分身势语，很不全面，错误之处在所难免。欢迎读者和有兴趣的同志批评指正。

CONTENT

UNIT ONE *THE HAND* (1)

SHAKE HANDS/SHAKE SOMEONE'S

HAND	1
A HANDSHAKE	1
WAVE ONE'S HAND	5
RAISE ONE'S HAND	7
HOLD SOMEONE'S HAND	9
HAND IN HAND	9
PUT UP ONE'S HANDS	11
HANDS UP!	11
SHAKE ONE'S FIST (AT SOMEONE)	13
WRING ONE'S HANDS	15

UNIT TWO *THE HAND* (2)

GIVE SOMEONE SOME SKIN	19
CUP ONE'S EAR	21
CUP ONE'S HAND TO ONE'S EAR	21
CLENCH ONE'S FISTS	23

SLAP SOMEONE ON THE BACK	25
GIVE SOMEONE A PAT ON THE BACK	27
PAT SOMEONE ON THE BACK	27
GIVE SOMEONE A HAND	29
GIVE SOMEONE A BIG HAND	29
KISS ONE'S HAND TO SOMEONE	31
I AM VERY FULL	33

UNIT THREE *THE FINGERS* (1)

SNAP ONE'S FINGERS	37
SHAKE ONE'S FINGER AT SOMEONE	39
CROSS ONE'S FINGERS	41
KEEP ONE'S FINGERS CROSSED	41
PUT ONE'S FINGER TO ONE'S LIPS	43
THUMBS UP	44
TURN UP THE THUMB	44
THUMBS DOWN	44
TURN DOWN THE THUMB	44
THUMB A RIDE	46

UNIT FOUR *THE FINGERS* (2)

GIVE THE OK SIGN	51
------------------------	----

GIVE THE VICTORY SIGN	53
TWIDDLE ONE'S THUMBS	55
THUMB ONE'S NOSE	56
MAKE A LONG NOSE	56
BITE ONE'S THUMB	56
BITE ONE'S NAILS	58
GIVE THE SIGN TO PAY THE BILL	60
GIVE THE SIGN TO COME HERE	61
GIVE THE SIGN OF MONEY	62

UNIT FIVE *THE HEAD*

HOLD UP ONE'S HEAD/HOLD ONE'S	
HEAD HIGH	66
HANG ONE'S HEAD/LOWER ONE'S HEAD	
.....	68
SHAKE ONE'S HEAD	69
HIDE ONE'S HEAD	70
SCRATCH THE HEAD	71
NOD	73
NOD SOMEONE A WELCOME	75
TURN ONE'S HEAD ASIDE	76
NOD APPROVAL (AGREEMENT)	77
HEADS UP	78

UNIT SIX *THE EYES*

LOOK SOMEONE IN THE EYE	83
GIVE SOMEONE THE EYE	85
MAKE EYES AT SOMEONE	85
MAKE EYE CONTACT WITH SOMEONE	85
WINK AT SOMEONE	87
ROLL ONE'S EYES	89
LOWER ONE'S EYES	91
RAISE AN EYEBROW	92
RAISE ONE'S EYEBROW(S)	92
MAKE ONE'S EYES POP OUT	93
NOT BAT AN EYELID	94

UNIT SEVEN *THE ARMS AND SHOULDERS*

GIVE SOMEONE A HUG	99
WAVE ONE'S ARMS	100
FLAG SOMEONE DOWN	102
PUT ONE'S ARM AROUND SOMEONE	104
WALK ARM IN ARM	106
SHRUG ONE'S SHOULDERS	107
WITH SHOULDERS THROWN BACK	109

WITH FOLDED ARMS	110
WITH OPEN ARMS	111
THAT'S IMPOSSIBLE!	112

UNIT EIGHT *THE MOUTH*

STICK OUT ONE'S TONGUE	118
MOUTH THE WORDS	120
GRIN FROM EAR TO EAR	122
FORCE A SMILE	123
STAND THERE WITH ONE'S MOUTH	
HANGING OPEN	125
MAKE A MOUTH	127
BITE ONE'S LIP(S)	128
LICK (SMACK) ONE'S LIPS	129
SHOOT OUT ONE'S LIPS	131
KEEP ONE'S MOUTH SHUT	132

REVIEW	137
---------------------	-----

UNIT ONE



THE HAND (1)

SHAKE HANDS/SHAKE SOMEONE'S HAND

A HANDSHAKE

WAVE ONE'S HAND

RAISE ONE'S HAND

HOLD SOMEONE'S HAND

HAND IN HAND

PUT UP ONE'S HANDS

HANDS UP!

SHAKE ONE'S FIST (AT SOMEONE)

WRING ONE'S HANDS

SHAKE HANDS

握手

A HANDSHAKE

握手

SHAKE SOMEONE'S HAND

握某人的手



适用场合：

1. 握手是人们见面时最常用的一种手势，通过握手表示问候或礼貌，特别是在初次见面或相互介绍时，握手则是常见的方式。男士之间，男

士和女士之间都可以握手。这差不多已经成为一种礼节，尤其是在正式的或严肃的，如外交、公务、商务场合。

在正式场合下，握手有先后次序，一般应由主人、年长者、身分高者、女士先伸手，客人、年轻者、身分低者待对方伸手后再握。在许多非正式的场合，人们见面时不握手，而采用其他方式，如点头、挥手、拥抱、亲吻等。如果拿不准是否该握手，不妨先看一下别人怎么做。

2. 握手也常常用于对某人表示祝贺。如果你的朋友或同事有什么喜事或好消息，如取得成绩、晋升职位、提薪、订婚等，都可以同对方握手表示祝贺。

3. 当人们对某一问题取得一致看法，或者决定共同做某事时，特别是达成某种交易，求得某种谅解，得出一致结论时，常以握手的方式表示‘赞同，认可’等。我们常说‘一言为定’，口头商定的可以代替书面协定。在美国，握手“A Handshake”有时也可以起书面协议的作用。(Many Americans think that a handshake is as good as a written agreement.)

4. 在日常生活中，人们要打个赌或者做一次较量，来一场比赛，如果对方同意，也会以握手