

做有创意的教师丛书

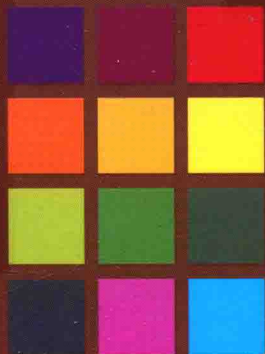
5

桃李
丛书

教师的 体态语言

总主编 ◎ 张仁贤
主 编 ◎ 徐红梅

在教育教学中，体态语言是对口头语言的重要补充，可以增强语言表达的说服力和感染力，给学生留下深刻的印象。



世界知识出版社

做有创意的教师丛书 5

教师的 体态语言

总主编 ◎ 张仁贤
主 编 ◎ 徐红梅

 世界·心·识 出版社

图书在版编目(CIP)数据

教师的体态语言 / 徐红梅主编. —北京:

世界知识出版社, 2015. 12

(做有创意的教师 / 张仁贤主编)

ISBN 978-7-5012-5122-3

I. ①教… II. ①徐… III. ①教师—身势语—研究

IV. ①G42

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 304819 号

责任编辑
责任出版
责任校对
封面设计

侯奕萌
赵 玥
马莉娜
郝亚娟

书 名

《做有创意的教师》丛书

教师的体态语言

Jiaoshi De Titai Yuyan

总 主 编
主 编

张仁贤
徐红梅

出版发行
地址邮编
网 址
经 销
印 刷
开本印张
字 数
版次印次
标准书号
定 价

世界知识出版社
北京市东城区干面胡同 51 号(100010)
www. ishizhi. cn
新华书店
三河市人民印务有限公司
710 × 960 毫米 1/16 11 印张
159 千字
2016 年 1 月第一版 2016 年 1 月第一次印刷
ISBN 978-7-5012-5122-3
780.00 元(全 12 册)

版权所有 侵权必究



教师的无声语言

提到喜剧电影大师卓别林，人们首先想到的就是他塑造的那些令人难忘的银幕形象。在无声电影时代，他用一举手一投足，一颦一笑，或幽默，或生动，将人物丰富的内心情感无声地表达出来。

提到语言，人们首先想到的是有声语言，即我们绝大多数人借以表达情感的工具。但实际上，还有一种我们时时用到但不曾被意识到的语言的存在，它就是体态语言。这种语言的作用之大，丝毫不逊于有声语言。让我们一起来看一个故事：

坎克顿镇的教堂针对镇上的一群年轻人开展了写作的教学。哈利老师受聘成为写作课的老师。听课的学生中有一个叫汤姆的年轻人，他只有14岁，是一个天生的捣乱分子。因此到哈利老师第五次上课时，汤姆已成为人人憎恨的对象。为了把他教育好，哈利老师尽了一切努力，慈爱也好、友爱也罢，发火也好、处罚也罢，总之，一切都不起作用。

一天晚上，在哈利老师上课时，汤姆把一个女学生弄哭了，哈利老师终于愤怒了。他走到汤姆面前，用双手抓住他，准备痛揍他一顿。然而，就在抓住汤姆的那一瞬间，哈利老师就知道自己干错了。现在，他该怎么办呢？马上放了他？那他就成了胜利者。揍他一顿吗？也不可能，毕竟自己是老师，而且还存在着年龄和个头上的悬殊。最后，哈利老师灵机一动，将汤姆拖到外面的空地上……

没过多久，哈利老师和汤姆都回到了教室。不过，让大家奇怪的是，这回汤姆安静下来，乖乖地听课，直到下课。甚至在后来上课的时候，汤姆也不再调皮。有几次，大家明明发现汤姆又要故态复萌，但只要哈利老师轻轻地看汤姆一眼，然后将右手一曲，汤姆马上就老实了。这是怎么回事儿？

写作课结束后，哈利老师为大家解开了谜底。原来那天哈利老师将汤姆带出教室后，先是用双眼紧紧地盯着他，就在汤姆感到恐惧的时候，开始胳膊他。开始的时候，汤姆气得哇哇大叫，然后就是边笑边叫，直至最后身体无力地躺在那里。从此之后，汤姆就怕上了哈利老师的胳膊这一小动作。而这一小动作也成了哈利老师和汤姆之间的无声的沟通语言：你若淘气，我就胳膊你。

在这个故事里，哈利老师用胳膊制服了淘气包汤姆。随后，师生二人之间就形成了一种默契——曲右手表示胳膊。这种无声的语言让汤姆明白了老师的意图，也做到了管理好自己。事实上，哈利老师那看似不经意的曲右手的动作，就是体态语言的一种，它表达了对汤姆的暗示，也将哈利老师对汤姆行为的不满表达出来。

由此可见，体态语言是我们教师从事教育活动的第二语言，它能发挥有声语言无法代替的作用，让我们与学生之间进行无声的交流。

教室里正因家长劝孩子回家而出现骚动时，孙老师的身影出现了。他来不及擦掉额头的汗水，就向依然在教室外的家长深深地鞠了一躬，连连说了几个“对不起，请多原谅”。然后，他走进教室，又向我们深深地鞠了一躬：“对不起，让大家久等了，今天就不必起立了，我们直接上课。”

教室内外静得出奇。

孙老师平静地讲完了准备的课程，再次向同学们深深地鞠了一躬：“谢谢大家的支持。我还有点事，有什么不明白，明天继续。”

然后，对着教室外的家长们，孙老师又是深鞠一躬：“给你们添麻烦了，请多原谅。”

不一会儿，他的身影消失在了全体同学和家长的目光中。中考后我们才知道，孙老师的家属在那次车祸中去世了。

同学们泣不成声。

那个下午,孙老师的鞠躬一直深深地印在我的记忆里。成为一名教师以后,我一直把孙老师那几个抱歉的鞠躬作为衡量自己对待学生和做人做事的准则,并成为我人生中一笔最宝贵的财富……

这是发表于《中国教师报》上的一篇文章的节选,文章的名字是《难忘的一躬》。在这篇文章里,孙老师的无声的语言——几个抱歉的鞠躬纵然在学生成年后,仍旧牢记不忘。因为那无声语言将太多无言的含意刻画于学生的心头,远胜于千言万语。

由此可见,体态语言用于教育中的妙处。那么,如此美妙且作用巨大的体态语言,究竟背后隐藏着什么奥秘?我们教师应该如何运用我们的体态语言呢?让我们一起走进本书,开始体态语言的探究之旅。



专题一 你的身体会说话——体态语言的奥秘

美国心理学家艾伯特·梅拉宾在1968年提出一个有趣的公式：交流的总效果 = 7% 的言语 + 38% 的音调 + 55% 的人体动作、面部表情。美国的另一位心理学家阿伯特·梅哈拉也说：“在感情交流上，无言的举止往往比语言更传情。”可以说，“我们以我们的发声器官发声，却以我们的整个身体交谈”，由此可见，体态语言是教师在课堂上不容忽视的一种语言。

- 引子 神马 003
- 认识体态语言 004
- 认识教师的体态语言 011

专题二 面部神情会说话——教师的表情语言

罗曼·罗兰说过：“面部表情是多少世纪培养成功的语言，是比嘴里讲的复杂千百倍的语言。”脸上的神气总是心灵的反映，教师的表情则是学生判断其内心情绪的晴雨表，是会说话的工具。

- 引子 最美的眼神 031
- 聊一聊表情语言的内容 033

- 如何运用表情语言修炼艺术型教师 042
- 看看名师们对表情语言的运用 059

专题三 举手投足皆诉情——教师的手势语

德国心理学家冯德认为,在远古的时候,人们用手势语来表达思想,声音只用来表达感情,到了后来,人们才慢慢地用声音来表达思想。前苏联语言学家马尔也认为,人类开始时只有“手的语言”,后来才被有声语言代替。由此可见,手势语源远流长,作用巨大。

- 引子 “嘘”,请安静 067
- 极具代表性的手势语 068
- 手势语的运用原则 079
- 极具代表性的名师手势语 083

专题四 表情达意的头势语和体势语

教师那肯定的一颌首,教师那深深的一鞠躬,教师那轻轻的一摇头,无一不向学生传达着为人师者的某种态度、某种品格。教师在教育教学中的一个细微的身体语言,均会对学生造成深深的影响。于是学生在老师肯定的点头中,在老师担心的摇头中,一点一点成长起来,成长成大写的“人”。

- 引子 向学生行鞠躬礼 095
- 不易察觉的头势语和体势语 096
- 教师不得不注意的头势语和体势语禁忌 104
- 学生难忘的老师的体势语 105

专题五 距离会说话——教师的空间语言

人与人之间需要保持一定的空间距离。任何一个人,都需要在自己周围有一个能把握的自我空间,它就像一个无形的“气泡”一样

为自己“割据”了一定的“领域”。而当这个自我空间被人触犯就会感到不舒服,不安全,甚至恼怒起来。教师如此,学生也如此。教师科学而合理的空间语言会向学生传达一种积极的信息。

- 引子 人际气泡 115
- 空间语言在人际交往中的表达作用 116
- 人际距离对教师空间语言的影响 118
- 巧用空间语言处理师生关系 120
- 近距离,让师生心意相通 126

专题六 穿衣戴帽也诉情——教师的衣着形象语言

马卡连柯说:“高等师范学校应当用科学的方法来培养我们的教师。如怎样站、怎样坐、怎样从桌子旁边的椅子上站起来,怎样提高声调,怎样笑和怎样看待等等……这一切,对教师来说都是很有必要的,如果没有这些技巧,那就不能成为一个教师。”

- 引子 拿破仑的外套 133
- 衣着背后的心理学影响 134
- 教师衣着的作用及功能 137
- 教师着装的原则 141
- 极具特色的教师形象 144

专题七 教师须注意的体态语言禁忌

不管是微表情还是微动作,均会于无意之中将我们的内心感受泄露出来。这是人类最诚实的语言。因此,倘若想创建和谐的师生关系,一些必要的体态语言禁忌是教师必须要注意的。

- 引子 辛普森上扬的嘴角 153
- 背手 154
- 抱胸 155

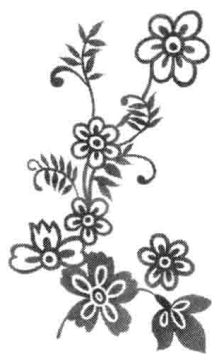
- 腿部动作 158
- 卡腰 159
- 尖塔形手势 160
- 头部动作 161
- 其他动作 163

参考文献

后 记

专题一

你的身体会说话 ——体态语言的奥秘



美国心理学家艾伯特·梅拉宾在 1968 年提出一个有趣的公式：交流的总效果=7%的言语+38%的音调+55%的人体动作、面部表情。美国的另一位心理学家阿伯特·梅哈拉也说：“在感情交流上，无言的举止往往比语言更传情。”可以说，“我们以我们的发声器官发声，却以我们的整个身体交谈”，由此可见，体态语言是教师在课堂上不容忽视的一种语言。

引子 神马

德国柏林的奥斯廷公爵有一匹智力超群的马。这匹名叫汉斯的马特别聪明,可以在极短的时间内,用蹄子击打地面,借助于敲出的“嗒嗒”声完成数学题的计算。速度之快,甚至连主人刚想出来,还来不及说出口的习题,它已算出正确的答数。

消息传开,人们大感惊异,纷纷到公爵的马场观看。就连英国的大马戏团团长巴什也对汉斯的聪明表示怀疑,特意挑选了5名助手去观察汉斯。事实证明,汉斯的确如传闻的那么聪明。

动物学家冯斯特听说了这个消息,对这匹马也产生了浓厚的兴趣。不过,他的兴趣在于汉斯之所以这么聪明的原因。为了找到问题的答案,他来到奥斯廷公爵的家中住下来,开始了对汉斯的研究。经过一段时间的观察,他发现汉斯除了特别聪明,其他地方和普通的马没有任何区别。就在他百思不得其解的时候,一件事令他找到了答案。

那天,冯斯特照例去研究汉斯。不过,这天的冯斯特照例给汉斯出了一道题,不同的地方在于,这次的这道题,连冯斯特自己都不知道答案:从柏林到伦敦有多少公里?奇怪的事情发生了,汉斯大睁着一双马眼看着冯斯特教授的表情,把刚刚举起的蹄子又放了下去。于是冯斯特教授找到了问题的答案。

原来,汉斯会算题,并不是它本身就是数学天才,而是因为它是一位天才的观察家。它的问题的答案是借助于对出题者的面部表情的观察得到的。例如,当人为其出“ $3+2=?$ ”后,人在等待答案的时候,往往会出现眼睛瞪圆,嘴唇紧闭,脸上肌肉紧张的神态,甚至会做出双拳紧握的心理动作。而当马蹄敲到5次这个答案时,人的面部表情会松弛,嘴唇会不自觉地张开,

眼睑会下垂,脸色会显得微红。于是马就不再用蹄子击打地面了。

正是借助于这些表情的细微变化,汉斯找到了答案。而差不多所有的人都不曾意识到,正是他们本人给了汉斯问题的答案。

由这个故事可知,人具有另外一种语言——体态语言。接下来在本专题中,我们就一起来了解体态语言及教师的体态语言。

认识体态语言

体态语言,亦称“人体示意语言”“身体言语表现”“态势语”“动作语言”等,是人际交往中一种传情达意的方式。它指的是人在交往过程中,用来传递信息、表达感情、表示态度的非语言的特定身体态势。

一、体态语言的特点

心理学家西格蒙德·弗洛伊德曾说:“如果一个人用眼睛去看、耳朵去听,他确信没有一个凡人能保持住秘密。如果他的双唇紧闭,他会用指尖交谈,背叛无孔不入。”这句话实际上道出了体态语言的特点:

1. 辅助性

所谓辅助性,是指体态语言可以对我们的言语行为予以支持、修饰和强化,让言语行为的表达效果更强。关于这一点,春秋时代的孔子有言为证:“说之,故言之;言之不足,故长言之;长言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故不知手之舞之,足之蹈之也。”正是体态语言这一特点,让其可以加强有声语

言的力度,增强有声语言的效果。关于这一特点,我们可以看一下那些给我们留下深刻印象的演说家的体态:

第二次世界大战期间,英国首相丘吉尔极善于鼓舞人民的斗志,他发表了许多著名的广播讲话,呼吁人民抵抗德国法西斯的侵略。有一次,德军飞机轰炸伦敦,丘吉尔依然在地下掩蔽部里举行记者招待会。此时,他将食指和中指同时按住作战地图上的两个德国城市,对与会记者说:“请相信,我们会反击的。”有位记者发问:“首相先生,有把握吗?”丘吉尔转过身,将按在地图上的两指指向天花板,激动地大声回答:“我们一定会胜利!”

丘吉尔这一镇定威严的举止,被记者当场拍摄下来,刊登在第二天出版的各大报纸上。在许多公众场合,丘吉尔也习惯性地做“V”字手势,鼓舞英国人民的信心。最终,全世界正义的力量战胜了德国法西斯。“二战”胜利后,这一手势在世界迅速流行开来。一直到今天,它都是人们成功的信念、胜利的象征。

由上述事例可知,体态语言经常是伴随有声语言而起作用的,但这种作用又是强势的、不可或缺的。这是由于体态语言直接诉诸人们的视觉器官,因而在人际交往过程中具有相当重要的意义。心理学家有一个有趣的公式:一条信息的表达 = 7% 的语言 + 38% 的声音 + 55% 的人体动作、面部表情。这表明,人们获得的信息大部分来自视觉印象。因而美国心理学家艾德华·霍尔曾十分肯定地说:“无声语言所显示的意义要比有声语言多得多。”显而易见的是,体态语言在交际中的辅助性说明了它的重要价值,即它纵然只是辅助,但作用却是不可替代的。

当然,我们现实生活中一个简单的现象也可以证明这一点,比如我们看书和看电影,对于同一部作品的感受和理解是不一样的。于是有人说,我们永远无法从印在纸上的演说词来了解到一个演说家为什么会成功。这是因为有时印在纸上的演说词可能是平淡无奇的,但一经演说家的表达,平凡的演说词也变得不平凡起来,这是因为演说家的演说并不全是他口中说出的语言,实际上包括他展现在听众面前的整个体态,包括他说话时的声调、手势、面部表情等体态语言。

2. 先天性

19世纪70年代初,英国生物学家、进化论的奠基人、“现代人体语言研

究之父”查理·罗伯特·达尔文发表了研究人类肢体语言的专著《人类和动物的表情》。在书中,达尔文指出,灵长类动物的表情是与生俱来的。

后来,科学家卡罗尔·E. 伊泽德等人经过研究发现:在人生最早的9个月里,婴儿可以将其对某人或事物感兴趣、高兴、惊奇、生气、厌恶、害怕等感情在脸部表现出来,而母亲就借助于婴儿的这些不同的表情,从而发现其要表达的意思,进而让母婴之间建立联系和交流,从而发展出母子依恋关系。

同时,一些专家针对先天性失明的儿童的观察研究也发现,基因遗传对于面部表情发挥着主要作用。研究者将26名盲童(年龄从50天到13岁)和29名正常儿童进行比较观察,结果发现在表达喜、怒、哀、乐这些人类最基本的情绪时,二者的表情几乎完全一样。而盲童不可能向他人学习面部表情的表达方式,由上可以说明,人类最基本的体态语言具有明显的先天遗传的特点。

正是由于体态语言的这一特点,因此相比于口头语言表达,它在反映人的内心世界的时候,更为真实。如此也可以解释上文精神分析学家弗洛伊德的那段话。

3. 跨文化性

有人曾对人的情绪(“愉快”“厌恶”“惊奇”“悲哀”“愤怒”“恐惧”)进行研究。研究者分别将六种表示以上不同面部表情的照片呈现给几个不同国家的人来辨认,结果,大家的反应完全一样。这也说明了体态语言的跨文化性。下面的表格就是研究者对这次研究的统计:

对六种面部表情判断一致的百分数

判断者	愉快	厌恶	惊奇	悲哀	愤怒	恐惧
99名美国人	97	92	95	84	67	85
40名巴西人	95	97	87	59	90	67
119名智利人	95	92	93	88	94	68
168名阿根廷人	98	92	95	78	90	54
29名日本人	100	90	100	62	90	66

由此可见,体态语言具有跨文化性。而之所以会出现这种跨文化性,与我们在上面讲到的体态语言的先天性存在着必然的联系。

4. 习惯性

我们观察身边的人会发现,每个人都有着不同的体态语言的习惯,如有的人喜欢在说话时手部摆动,有的人一着急就咬手指头……可谓不同人有不同的体态语言。同时,我们还可以发现,具有不同的文化背景、不同的生活环境、不同的受教育程度、不同的个性的人,也会形成不同的体态语言。比如,有些人在与他人讲话时喜欢用手指指点对方。

5. 独立性

人类的体态语言在特定情境下可以脱离言语行为而独立存在,行使自己传递信息、交流感情的功能。比如聋哑人的手语,无论在何种语言环境中,都可以将人的意图表达出来。同时,本书开篇我们提到的美国著名电影艺术大师查理·卓别林,之所以受到全世界观众的喜欢和欢迎,也是由于他运用了丰富的体态语言,而这些体态语言以相对独立的形式表达了丰富的内容。

6. 差异性

诚如上面所说,对于同一表情,不同地域文化的人们有着相同的反应。但是,由于人们生活的背景不同,于是体态语言又存在着差异性。以见面打招呼这一礼节而言,不同的地区的人们,其体态语言的表达也不同。像中国人之间见面会握手或点头,欧美人则用拥抱、亲吻或招手,库博爱斯摩人用拳头捶打对方的头和肩,萨摩亚人互相嗅闻对方,瑞典的拉普人互擦鼻子,太平洋群岛上的玻利亚人见面时边拥抱边揉搓对方的背部等。比如说,要表示同意、认可或允许的意思,在中国、日本、美国、法国、澳大利亚等大多数国家都可以用点头来表示,但在尼泊尔、斯里兰卡等国家,却是用点头来表示反对、否定和批评。

除此之外,同一种体态语言,在不同的地域文化中,也存在着不同的含义。比如跷大拇指这一动作,在我国就表示对他人的赞扬,在希腊表示要对方“滚蛋”,在英国、澳大利亚、新西兰等地除了表示要求“搭车”之意外,还是一种侮辱人的信号。

而且在同一个国家,由于不同地区的风俗习惯、文化传统、宗教信仰的不同,也会对相同的肢体语言有不同的理解。比如,在我们国家,对于居住在陕西、河南、北京等北方地区的汉族人来讲,用手抚摸小孩子的头,是大人