



06 – BODY LANGUAGE



Body language can be very **informative**, but if you **jump to conclusions** when you interpret a particular gesture you may misinterpret what it means. For example, people who look away to **avoid eye contact** may not necessarily be lying: they could just be very shy. To understand body language, **therefore**, we need to observe a combination of behaviour that a person displays. With lying, for example, **look out for** any or all of these:

- avoidance of eye contact
- **going red**
- biting fingernails
- sweating a lot
- excessive hand gestures.

Here are some common interpretations of gestures, although **bear in mind** the danger of **making generalizations** about body language.

- A **clenched fist** shows anger.
- **Folded arms** may **imply** stubbornness.
- People who **lean towards** each other are **displaying an interest** in each other.
- Women who fancy someone often **fiddle with their hair**; men **stroke an earlobe**.
- Women lift their heads to show more of their neck when they're flirting.

Il Linguaggio del corpo può essere molto istruttivo, ma se salti alle conclusioni quando interpreti un gesto particolare potresti interpretare male il suo significato. Ad esempio, le persone che distolgono lo sguardo per evitare il contatto visivo potrebbero non necessariamente mentire: potrebbero semplicemente essere molto timide. Per comprendere il linguaggio del corpo, quindi, dobbiamo osservare una combinazione di comportamenti che una persona mostra. Con il mentire, ad esempio, cerca di individuare uno o tutti questi (segnali):

- evitare il contatto con gli occhi
- arrossire
- mordersi le unghie
- sudare molto
- gesti delle mani eccessivi.

Ecco alcune comuni interpretazioni dei gesti, tuttavia tenete presente il pericolo di fare generalizzazioni sul linguaggio del corpo.

- Un pugno chiuso mostra rabbia.
- Le braccia incrociate possono implicare testardaggine.
- Le persone che si inclinano l'una verso l'altra mostrano interesse l'una per l'altra.
- Le donne a cui piace qualcuno spesso giocherellano con i loro capelli; gli uomini accarezzano un lobo dell'orecchio.
- Le donne alzano la testa per mostrare di più il collo quando flirtano.