***Невербальне спілкування: як «прочитати» людину***

Щодня ми потрапляємо в пастки, які влаштовує нам наш мозок, а інколи ми й самі його дуримо. Як це відбувається і чому важливо стежити за тим, з ким ми спілкуємось та що говоримо.

Ми так мало знаємо про себе. Наш мозок і ми разом із ним постійно піддаємося впливу зовнішніх факторів. Інколи поводимо себе так, що нас можна «прочитати», як відкриту книгу і ми зовсім не замислюємось, що є люди, які підмічають в інших найдрібніше і завдяки цьому роблять свою оцінку.

Люди, які небагато говорять, діляться на два типи: вони або по-справжньому прості, або надзвичайно глибокі натури;

* Ті, хто не любить турбувати інших, як правило, самі не люблять, коли їх турбують;
* Ті, хто часто уникає зорового контакту, борються з внутрішньою невпевненістю або щось приховують;
* Тим, хто любить скиглити та скаржитися, не подобається і не потрібна чужа думка;
* Якщо тиха людина раптом стає балакучою, її оточують люди, які їй подобаються, але якщо балакуча людина раптом стає мовчазною, вона, можливо, натрапила на певні труднощі, або поруч хтось, кому не варто чути певну інформацію;
* Чим менш авторитетна людина, тим більша ймовірність того, що вона вдасться до агресії, щоб розв'язати власні проблеми;
* Люди, які говорять спокійно і зібрано, зазвичай мають велику внутрішню силу.
* Люди, які швидко засуджують або критикують інших, часто проєктують власну невпевненість на інших.

Можливо, в одному з цих описів ви впізнаєте себе. Це не означає, що ви погані чи хороші, а лиш значить, що кожен із нас підпадає під те чи те правило.