

Тема 5. Проксемика – язык пространства

Американский антрополог Эдвард Т. Холл был одним из родоначальников в области изучения пространственных потребностей человека, и в начале шестидесятых годов он ввел термин **«проксимика»** (от слова proximity – близость).

Под территорией понимается также = [пространство, которое человек считает своим], как будто это пространство является продолжением его физического тела.

Каждый человек имеет свою собственную личную территорию, которая включает пространство, окружающее его собственность, например, его дом, окруженный забором, машину во дворе, его собственную спальню, его личный стул и, как обнаружил доктор **Холл**, он имеет также четко обозначенное воздушное пространство вокруг своего тела.

Личная территория.

Физическое тело большинства животных окружено определенной пространственной зоной, которую они считают своей собственной личной территорией.

Насколько далеко простирается эта территория зависит, главным образом от того, как густо населены места, в которых это животное проживает.

Подобно другим животным, человек обладает своей собственной воздушной оболочкой, окружающей его тело, ее размеры зависят от плотности населения людей в месте его проживания.

Следовательно, >>> размеры личной пространственной зоны социально и национально обусловлены.

Если представители одной нации, например, японцы, привычны к перенаселенности, другие предпочитают широкие открытые пространства и любят сохранять дистанцию.

☞ Социальное положение человека может тоже быть значимым при описании расстояния, на котором человек держится по отношению к другим людям.

Зональные пространства.

Размеры личной пространственной территории человека [средне обеспеченного социального уровня] в принципе одинаковы независимо от того, где он проживает.

Ее можно разделить на 4 четкие пространственные зоны.

1. Интимная зона (от 15 до 46 см). Из всех зон эта самая главная, поскольку именно эту зону человек охраняет так, как будто бы это его собственность.

Разрешается проникнуть в эту зону только тем лицам, кто находится в тесном эмоциональном контакте с ним. Это дети, родители, супруги, любовники, близкие друзья и родственники.

В этой зоне имеется еще подзона радиусом в 15 см, в которую можно проникнуть только посредством физического контакта. Это сверх интимная зона.

2. Личная зона (от 46 см до 1,2 метра). Это расстояние, которое обычно разделяет нас, когда мы находимся на коктейль – вечеринках, официальных приемах, официальных вечерах и дружеских вечеринках.

3. Социальная зона (от 1,2 до 3,6 метров). На таком расстоянии мы держимся от посторонних людей, например, водопроводчика или плотника, пришедшего заняться ремонтом в нашем доме, почтальона, нового служащего на работе и от людей, которых не очень хорошо знаем.

4. Общественная зона (более 3,6 метра). Когда мы адресуемся к большой группе людей, то удобнее всего стоять именно на этом расстоянии от аудитории.

Практическое Использование Зонального Пространства

Обычно наша интимная зона нарушается тем или иным человеком по двум причинам.

Первая, когда «нарушитель» является нашим близким родственником или другом, или же человеком, имеющим сексуальные намерения.

Вторая, когда «нарушитель» проявляет враждебные тенденции и склонен атаковать нас.

Если мы можем терпеть вторжение посторонних людей в наши личные и социальные зоны, то вторжение постороннего человека в интимную зону вызывает внутри нашего организма различные физиологические реакции и изменения.

Сердце начинает биться быстрее, происходит выброс адреналина в кровь, и она приливает к мозгу и мышцам как сигнал физической готовности нашего организма к бою, т.е. состояние боевой готовности.

Если вы хотите, чтобы люди чувствовали себя в вашем обществе уютно, соблюдайте золотое правило: >>>

☞ **«Держи дистанцию».**

✓ → Чем интимнее наши отношения с другими людьми, тем ближе разрешается нам проникать в их зоны.

☞ Дистанция между двумя целующимися может много рассказать вам о характере взаимоотношений между этими людьми.

Любовники крепко прижимаются телами друг к другу и находятся внутри интимной зоны друг друга.

Совершенно другое будет расстояние, если вы получаете поцелуй от постороннего человека, поздравляющего вас с Новым годом, или от мужа лучшей подруги, поскольку оба будут отставлять нижнюю часть тела по крайней мере на расстояние 15 см от вашей.

☞ Исключением из правила, требующего строгого соблюдения дистанционной зоны, являются случаи, когда пространственная зона человека обусловлена его социальным положением.

Существует ряд неписанных правил поведения человека в условиях скученности людей, например, в автобусе или лифте.

Это такие правила: →

1. Ни с кем не разрешается разговаривать, даже со знакомыми.
2. Не рекомендуется смотреть в упор на других.
3. Лицо должно быть совершенно беспристрастным – никакого проявления эмоций не разрешается.
4. Если у вас в руках книга или газеты, вы должны быть полностью погружены в чтение.
5. Чем теснее в транспорте, тем сдержаннее должны быть ваши движения,
6. В лифте следует смотреть только на указатель этажей над головой.

Каждый раз, когда мы едем в переполненном лифте или едем в битком набитом автобусе, окружающие перестают для нас существовать, и до тех пор, пока нас непосредственно не заденут, мы не реагируем на них.

Создается такое впечатление, будто →

➤➤➤ своим, неосознанным посягательством на нашу интимную территорию люди ставят нас в оборонительную позицию.

Разъяренная толпа или агрессивная группа людей, объединенных единой целью, реагирует на нарушения их территории совершенно другим образом, чем отдельные личности.

В действительности происходят следующие вещи: →

→ по мере того, как увеличивается толпа и ее плотность, личное пространство каждого отдельного человека становится все меньше, и он принимает враждебную стойку, поэтому ...

☞☞ → с ростом толпы усиливается ее враждебность и агрессивность, и в любой момент может начаться рукоприкладство.

Это очень хорошо известно полиции, и она всегда стремится разогнать толпу, чтобы каждый человек вновь обрел свое зональное пространство и успокоился.

Следователи полиции используют специальные методы, построенные на нарушении территории личности, для того, чтобы сломить сопротивление допрашиваемых преступников.

Для этого они усаживают преступника на стул без подлокотников, ставят стул в центре комнаты и постоянно во время допроса проникают в его интимную и особо интимную зону, оставаясь в ней до тех пор, пока тот не даст ответ.

С помощью таких методов сопротивление преступника очень быстро подавляется.

Зональные пространства у разных наций

У многих европейских наций интимная зона составляет только 23-25 см, а у некоторых и того меньше.

Датчане чувствуют себя уверенно и непринужденно, находясь на расстоянии 25 см от американца, не подозревая о том, что они вторгаются в его интимную зону, составляющую 18 дюймов.

Датчане также чаще используют контактный взгляд, чем американцы, что дает повод для ошибочной оценки их поведения.

☞ Продвижение в интимную территорию человека лица противоположного пола является = способом выражения его интереса к этому человеку и называется **заигрыванием**.

Если заигрывание не принимается, этот человек отступает и соблюдает в дальнейшем дистанцию. Если же ухаживания принимаются, человек позволяет «нарушителю» оставаться внутри его интимной зоны.

Различие пространственных зон у горожан и жителей сельской местности

Объем личного пространства, необходимый для обитания, зависит от плотности населения людей в том месте, где люди выросли.

Тем, кто вырос в редконаселенных сельских местностях, требуется более просторное личное пространство, чем тем, кто воспитывался в густонаселенных столичных городах.

По тому, как человек протягивает руку для рукопожатия можно судить, проживает ли он в крупном городе или в отдаленной сельской местности.

У городских жителей их личная «воздушная оболочка» составляет 46 см, и именно на столько сантиметров протягивается кисть руки от тела при рукопожатии.

В таком случае руки собеседников встречаются на нейтральной территории.

Люди, выросшие в районном городе, где плотность населения невысокая, могут иметь «воздушную оболочку» до 1,2 метра в радиусе или более, и именно на этом расстоянии находится кисть руки от тела, когда сельские жители здороваются за руку.

Сельские жители обычно стоят прочно на земле и наклоняются навстречу вашему рукопожатию, в то время как городской житель сделает шаг вперед при рукопожатии.

Люди, выросшие в отдаленных или малонаселенных сельских районах, обычно имеют очень большие потребности в личном пространстве, достигающем 9 метров. Эти люди предпочитают не здороваться за руку, а лучше на расстоянии помахать друг другу рукой.

Территория и собственность

Человек расценивает свою собственность или площадь, регулярно используемую им, как свою личную территорию, подобно личному воздушному пространству, и готов биться, чтобы защитить ее.

Такие вещи как собственный дом, офис и машина представляют территорию, имеющую четко обозначенные границы в форме стен, ворот, заборов и дверей.

Автомобили и их влияние на чувство территории

Психологи заметили, что люди за рулем совершенно по-другому реагируют на факторы, имеющие отношение к их территории, и эта реакция отличается от их обычного социального поведения.

Похоже, что машина оказывает магическое влияние на размеры личной зоны человека. В некоторых случаях размеры их территорий могут увеличиваться в 10 раз, потому что водитель чувствует, что он может претендовать на расстояния от 3,7 до 4,6 метров перед его машиной и сзади нее.

Когда другой водитель проскакивает перед ним, он (даже если никакого вреда это ему не принесло) может испытать ряд физиологических изменений в организме, типа ярости, вплоть до желания атаковать другого водителя.

В заключении отметим, что →

→ другие люди будут рады вам или избегать вас в зависимости от того, насколько уважительно вы относитесь к их личной пространственной зоне.

Разные культуры и пространство

Особое внимание доктор Холл уделил значению проксемики в различных культурах.

Например в Японии, по мнению Холла, скученность людей является признаком теплой и приятной интимной близости.

Холл отмечает, что в некоторых ситуациях люди предпочитают находиться как можно ближе друг к другу.

Доктор **Кин**, написавший книгу «Живая Япония», подчеркивал, что в японском языке нет слова для обозначения «уединение».

Это вовсе не означает, что у японцев нет представления о том, что такое «уединение».

Для японца понятие «уединение» связано только с личным домом.

Он рассматривает эту область как свою собственную и с негодованием отвергает вторжение в нее. Эта потребность в личном пространстве не противоречит и даже странным образом сочетается с желанием к близости с другими людьми.

Доктор Холл видит в этом проявление японского отношения к пространству. Для людей из западных стран пространство – это расстояние между предметами.

Для нас пространство пусто.

Японцы воспринимают пространство, его форму и организацию, как осязаемые предметы.

Это проявляется не только в том – как они создают композиции из цветов или украшают интерьер, но и в разбивке садов и парков, где отдельные элементы пространства гармонично соединяются в едином целом.

Как и японцы, арабы стремятся быть как можно ближе друг к другу. Но, если на людях арабы неизменно пребывают скученно, то внутри арабских домов слишком много пустоты.

Арабские дома большие и пустые, а люди внутри них скучены на небольшом пространстве.

Перегородок между комнатами обычно нет, потому что, несмотря на желание иметь в своем распоряжении как можно больше пространства, арабы не любят быть в одиночестве и скучиваются вместе в своих просторных домах.

Между арабской и японской скученностью существует принципиальное различие. Араб любит дотрагиваться до своего компаньона, осязать и обонять его.

Если вы не хотите дышать на вашего друга, это значит, что вы стыдитесь его.

Хотя японцы стараются быть поближе к другим людям, они сохраняют определенную формальность и возвышенность.

Они умудряются притрагиваться друг к другу и в то же время сохранять жесткие границы вокруг себя. Араб отбрасывает эти границы прочь.

Помимо этой любви к скученности в культуре арабского мира много толкотни и совместного использования единого пространства, что так раздражает американцев.

Для американцев существуют границы в общественном месте.

Когда он стоит в очереди, то ему кажется, что его место нерушимо. Араб не признает уединенности в общественном месте и, если он сможет влезть в очередь, он считает, что он вправе так сделать.

Точно так же, как отсутствие у японцев специального слова для «уединенности» выражает их отношение к другим людям, отсутствие у арабов специального слова для «изнасилования» в определенной степени показывает их отношение к телу.

Для американца тело – священо. Для араба, которому ничего не стоит толкнуть, пихнуть человека на улице и даже ущипнуть женщину, агрессия против тела – не столь страшное преступление.

Однако насилие против личности, совершенное в виде оскорбления, для араба – серьезная проблема.

В то же время, как подчеркивает Холл, араб вне зависимости от того, насколько близко он хочет оказаться к своим близким, время от времени стремится побыть один.

Для того, чтобы остаться одному, он перерезает линии коммуникации. Он уходит в себя, и этот уход уважают его окружающие.

Его уход в себя выражает на языке тела мысль: «Мне нужно уединение. Несмотря на то, что я физически с вами, дотрагиваюсь до вас и живу с вами, я должен удалиться в свою скорлупу».

Если с таким уходом в себя столкнется американец, он будет считать такое поведение оскорбительным. Уход в себя будет истолкован на языке тела, как нежелание общаться или разрыв отношений. Такое поведение будет расценено как оскорбление.

Когда два араба разговаривают друг с другом, они напряженно смотрят в глаза друг другу.

В американской культуре не принято, чтобы мужчины смотрели друг другу в глаза с такой интенсивностью. Типичная реакция американца на такой взгляд араба – следующая: «Мне очень не понравилось, как он смотрел мне в глаза. Казалось, что он хотел чего-то личного, а то и интимного».

КАК ЛЮДИ ЗАПАДА ОБРАЩАЮТСЯ С ПРОСТРАНСТВОМ

Однако среди западных стран существует также огромная разница.

Например, **американцы** и **немцы** обращаются с пространством по-разному.

Американец носит вокруг себя полуметровый пузырь уединения, и если друг хочет поговорить с ним по поводу интимных дел, он должен подойти к нему достаточно близко, чтобы их пузыри слились вместе.

Для немца вся комната в его доме может быть пузырем интимности. Если кто-то вступает в интимную беседу в его собственной комнате и не подключает его самого, он почувствует себя оскорбленным.

Холл не исключает того, что такие размеры личного пространства объясняются тем, что в отличие от арабов личность немца «чрезвычайно уязвима».

По этой причине немец предпринимает всевозможные усилия для того, чтобы сохранить свою личную сферу.

Во время второй мировой войны немецких военнопленных помещали по четыре человека в хижину.

Холл замечал, что, как только они оказывались в хижине, тут же начинали делить имеющееся пространство на свои личные территории. На открытых площадках немцы сразу же принимались мастерить личные жилища.

Немецкая «уязвимая личность» объясняет жесткость поз и общее отсутствие гибкости в телодвижениях. Такая жесткость может быть защитой или маской. Неконтролируемые движения могут открыть правду.

Конструкция домов в Германии обеспечивает максимум уединения.

Дворы тщательно огорожены, балконы за непроницаемыми барьерами. Двери неизменно заперты.

Когда араб стремится к уединению, он уходит в себя. Когда уединения желает немец, он прячется за закрытой дверью.

Это желание немцев к уединению, их стремление найти определенную личную зону, которая не нарушает чужих рубежей проявляются в их поведении в очередях.

Отношение **англичанина** к пространству отличается от немецкого – он не ощущает полного уединения в своей комнате.

Английское поведение отличается и от американского.

Когда американец хочет уйти в себя, он куда-нибудь уходит.

Возможно из-за воспитания в школьных общежитиях и нехватки личного пространства англичанин, которому хочется побыть одному, уходит в себя, как араб.

Заявление, сделанное на английском языке тела, которое гласит: «Я ищу уединения на некоторое время», часто прочитывается американцами так: «Я на тебя разозлился и не хочу иметь с тобой ничего общего».

В английской социальной системе уединение обеспечивается ⇒ **структурой общественных отношений.**

В Америке вы разговариваете со своими ближайшими соседями просто потому, что вы находитесь в физической близости к ним.

Если вы являетесь соседом кого-нибудь в Англии – это еще не гарантия того, что вы знаете его или разговариваете с ним.

Существует рассказ об одном американском студенте, который встретил английскую леди на борту океанского лайнера.

Леди совратила молодого человека, и у них был бурный роман.

Через месяц студент попал на званый обед в Лондоне и среди гостей увидел леди Х. Приблизившись, он обратился к ней: «Привет! Как дела?» Взглянув на студента сверху вниз, леди Х. процедила: «Мне кажется, что мы не представлены друг другу».

«Но... – запинаясь начал студент, – вы ведь не забыли меня?» Потом, осмелев, он сказал: «Послушайте, всего месяц назад мы спали в одной постели во время поездки по океану».

«А с чего вы взяли, – заметила холодно леди Х» – что из этого следует, будто мы были представлены друг другу?».

В Англии отношения строятся не на основе физической близости, а в соответствии с социальным положением.

Если ваше социальное положение не является равным, то вы можете и не быть другом вашего соседа.

Это явление английской культуры является не только следствием английской истории, но и перенаселенности страны.

Как и англичане, **французы** являются нацией, живущей в перенаселенной стране, но иная история культуры привела к другому культурному результату.

В то время как скученность заставила англичан чрезвычайно ценить уединение, во Франции она привела к тому, что люди гораздо больше участвуют в жизни друг друга.

Француз смотрит вам прямо в глаза во время разговора.

Парижанок внимательно разглядывают на улице. Многие американки, возвращающиеся домой из Парижа внезапно обнаруживают, что их перестали замечать.

Своим взглядом француз передает бессловесное послание: «Ты привлекательна. Вероятно, я никогда не познакомлюсь и не заговорю с тобой, но ты мне нравишься».

Ни один американец не смотрит так на женщину. Здесь выражение восхищения женщиной может быть истолковано как грубость.

Во Франции скученность отчасти вызвана тем, что люди вовлечены в жизнь других людей, отчасти же озабоченностью пространством.

Различие между французами и американцами в отношении к пространству проявляется в планировке и организации парков.

Французы с благоговением относятся к открытым площадкам. Любовь к ним заметна и в городской архитектуре.

Мы относимся к пространству по-иному. В Нью-Йорке мы живем в чрезвычайно скученном городе, и по этой причине там развилась ярко выраженная потребность в уединении.

Житель Нью-Йорка известен своей «недружелюбностью», и это недружелюбное отношение развилось из-за уважения к уединению своего соседа.

Мы не будем вмешиваться в это уединение, поэтому → мы игнорируем друг друга в лифтах, вагонах метро, на переполненных улицах.

Мы бредем по жизни, пребывая в своих уединенных мирках, и когда обстоятельства сближают нас, мы пребываем в состоянии крайнего волнения, вызванного опасениями, что наши мотивы будут неверно истолкованы.

На языке тела мы восклицаем: «Мне пришлось дотронуться до вас, но напряжение моих мышц показывает вам, что я не имел намерения вторгнуться в вашу зону».

Вторжение в чужую зону – это худший грех. Заговори с незнакомым человеком в Нью-Йорке, и ответной реакцией будет испуг или тревога.

Только в минуты острого кризиса все барьеры падают, и тогда мы понимаем, что жители Нью-Йорка отнюдь не являются недружелюбными людьми, а, скорее всего застенчивыми и запутанными.

За пределами Нью-Йорка, в маленьких американских городках, отношение людей друг к другу более теплое и открытое.

Люди говорят «Привет!» незнакомцу и часто вступают с ним в небольшой разговор.

Однако в наиболее маленьких городках, где каждый знает друг друга и так мало уединения, незнакомец может столкнуться с таким же отчужденным отношением, как и в большом городе.