

Тема 6. Диагностика походки

Как определить характер по походке

1. Оцените осанку человека при ходьбе	
Распрямленные, развернутые плечи	признак уверенного в себе человека
Расправленные плечи и поднятый вверх подбородок, походка твердая и ровная, стремительная, темп шагов скорый	уверенный в себе человек
Походка с расправленными плечами, прямым шагом и абсолютной естественностью	говорит о том, что человек уверен в себе, имеет волевой характер и решителен
Голова опущена	ее обладатель разочарован в себе и своих возможностях
Опущенная голова, сутулившаяся спина	человек подвержен депрессии либо у него какие-либо неурядицы, масса проблем
При ходьбе мужчина сутулится	он боится ответственности, постоянно опасается сделать что-то не так; есть вероятность, что он способен при случае свалить вину на другого
Голова при ходьбе склонена набок	человек воспринимает жизнь не слишком серьезно («Всё пройдет, и это тоже» — его жизненный принцип) Тем не менее, эти люди — хорошие друзья
Если плечи «ходят» при движении то вперед, то назад	человек непостоянен, редко держит слово, часто опаздывает
2. Оцените положение ступней при ходьбе	
Ступни параллельны друг другу	эти люди обладают хорошим чувством юмора и легко общаются с окружающими, они самокритичны и объективны
При ходьбе ставят пятки внутрь, носки – врозь	веселые по характеру, но одновременно очень назойливые люди; это люди «знающие себе цену», уверенные, а, порою, самоуверенные и чванливые
Ходит носками вовнутрь	робкий человек, не уверен в себе, его легко смутить и заставить сомневаться в своих возможностях; зато он всегда пунктуален, аккуратен и обязателен
3. Оцените скорость и длину шага	
Если женщина или мужчин ходит всегда быстрыми шагами	это показатель энергичности и деятельности; это успешные люди, которые умеют добиться своего

	и быстро принимают решения
Очень быстрая походка и энергичный легкий шаг	эгоист и трудоголик
Стремительный шаг	люди с горячей натурой; они удачливы, любят много работать и отдыхать (есть один отрицательный фактор – такие люди больше заботятся о себе, чем о других)
Человек передвигается быстро, мелкими шагами	обладает сильным и целеустремленным характером
Согласно статистическим данным, люди с такой походкой добиваются успехов в бизнесе и отличаются достижениями в карьере. Обычно, они часто смотрят по сторонам из-за предосторожности, способны быстро принимать решения и могут собраться, если будет нужно.	
Заметно мелкие и при этом быстрые шаги, нарушенные ритмически	взволнованность, боязливость различных оттенков (Бессознательная цель: уклониться, уступить дорогу любой опасности)
Широкие шаги (чаще у мужчин, чем у женщин)	часто экстраверсия, целеустремленность, рвение, предприимчивость, деловитость; человек скорее всего – направлен на далекие цели
Быстрая походка широкими шагами	говорит об активности и нетерпеливости
Ходят размашисто	общительные, открытые для всех люди
Медленно ходят романтики, мечтатели, которые живут в своем особом мире и нередко, углубляясь в фантазии, не замечают того, что происходит вокруг. Но учтите, что человек может идти быстро, если куда-то спешит, либо медленно, если прогуливается с кем-то.	
Подчеркнуто широкая и медленная походка	желание выставиться напоказ, действия с пафосом (сильные и тяжелые движения всегда должны демонстрировать окружающим силу и значение личности)
Степенный шаг	человек уравновешенный, спокойный, не способный на необдуманные поступки; такие люди верны и надежны
Медленная походка степенным шагом	говорит о любви к рациональности, анализу, порядку
(если при этом голова гордо поднята, а плечи расправлены, то это говорит и о легкой форме самолюбования)	
Ходят медленно и размеренно	люди, погруженные в свои дела и мысли
Как правило, двигаться они могут и быстрее, но внутренние вопросы интересуют их куда больше, чем постоянная спешка. Также, размеренной походкой отличаются романтики и люди творческих профессий —	

художники, поэты, композиторы.	
Медленная походка с остановками	выдает человека немного пассивного или неуверенного в чем-то
Неуверенный шаг	некоммуникабельность, погруженность в свои мысли; такие люди не хотят привлекать к себе излишнего внимания, и не уверены в себе
Медленный, «журавлиный» шаг	человек равнодушный, либо, наоборот, недовольный всем на свете; такие люди желчны и тяжелы в общении
Короткие, маленькие шаги (чаще у женщин, чем у мужчин)	скорее интроверсия, осторожность, расчет, приспособляемость, быстрое мышление и реакции, сдержанность
Короткие шажки	злопамятность и безответственность
Семенящая походка, сопровождающаяся меленькими шажками	мнительный человек
Мелкий шаг	люди педантичные и придирчивые; они малообщительны
Мелкие шажки	выдают человека скрупулезного, любящего правду и порядок
(а если это еще и семенящая походка, то ее обладатель является мнительным человеком)	
4. Посмотрите, как сильно человек раскачивает руками при ходьбе	
Широкие размашистые движения, как правило, характерны для открытых, доверчивых, а иногда и чрезмерно наивных людей, способных выдать все свои тайны первому встречному. Им также присущ веселый характер и хорошее чувство юмора. Более того, если при этом походка отличается легкостью и свободой, это означает, что перед вами честный, добрый человек, которому можно довериться. Скрытные, подозрительные люди, напротив, почти не двигают руками при ходьбе.	
Сильно размахивают руками при ходьбе	энергичные, целеустремленные натуры; они приятны в общении и отношениях, открыты, искренни, дружелюбны; можно заметить элементы горячности в их поведении; есть, однако, мнение, что на помощь такие люди приходят крайне неохотно
Сдерживает движения руками при ходьбе	не обладает силой воли и отличается мягким характером
Неподвижные руки при ходьбе	характеризуют своего хозяина как человека замкнутого, малообщительного и недоверчивого
Прижатые к бокам руки при быстрых шагах	говорят о наличии амбиций, которые зачастую не воплощаются в жизнь, что вызывает неуверенность или раздражительность в

	поведении
Неподвижно висящие руки при ходьбе и тяжелая походка	говорят о человеке безвольном, скучном; такие люди скучны в жизни
5. Посмотрите, держит человек руки в карманах во время ходьбы или нет	
Если да, то перед вами, скорее всего, очень строгий человек, несколько зажатый и достаточно самокритичный; у него развито критическое мышление. Он требователен к окружающим, не принимает чужих слов на веру и всегда стремится к лидерству. Как правило ходит размеренно, то есть ни быстро, ни медленно. Однако человек может ходить, держа руки в карманах, если он замерз.	
Правда, специалисты также уверены в том, что неожиданная экстремальная ситуация также может заставить человека идти, немного зажавшись и засунув руки в карманы.	
6. Обратите внимание, не шаркает ли человек ногами при ходьбе	
Если человек шаркает ногами, его руки болтаются не в такт, а голова опущена (создается ощущение, что он идет на казнь или несет тяжелую ношу)	это говорит о расстройстве чувств, глубокой депрессии
(Возможно, человек находится в состоянии кризиса или ему предстоит не очень приятная встреча. Поэтому <u>если вы заметите</u> , что на встречу с вами человек идет, шаркая ногами, <u>это может говорить о его нежелании видиться с вами</u> , он делает это по необходимости.)	
Шаркающая, вялая походка обычно отличает пессимистов. Кроме того, человек может быть просто морально слаб, неспособен преодолевать серьезные препятствия, и каждая неудача может выбить его из колеи. Но будьте осторожны в суждениях: такая походка характерна и для некоторых пожилых людей в силу их возраста и заболеваний.	
Шаркающая «провисающая» походка	отказ от волевых усилий и стремлений, вялость, медлительность, лень
7. Оцените естественность походки, легкость и твердость шага	
Летящая походка хотя и привлекает внимание	может говорить о непостоянстве ее обладателя и способности быстро забывать и не вникать в важные моменты жизни
Люди с танцующей походкой	забывчивые, несерьезные, на таких довольно трудно положиться.
Легкой джазовой походкой, не ходят, а как бы танцуют	отличаются легкомысленным и чересчур романтическим характером
Такие люди зачастую выражают свои эмоции слишком бурно и совсем не стыдятся этого. По статистике, мужчины с такой походкой отличаются халатностью в отношениях.	

Походка прерывистая, вприпрыжку	несерьезный легкомысленный человек
Подпрыгивающая походка (человек как бы пружинит на своих ногах) может иметь двойкий смысл:	Первое. Прямое значение такой походки – счастливое, ничем не омраченное настроение, в жизни человека происходят радостные события, он доволен и весел, жизнерадостен, настроен на позитив.
	Второй смысл, более скрытый: человек намеренно старается быть веселым и беззаботным, хотя на самом деле чем-то угнетен.
Вычислить мнимую радость очень легко, достаточно обратить внимание на мимику и жесты.	
Передвигается мягко, крадучись, его шаг начинается с носка	скрытный человек, такие люди не любят привлекать к себе внимания
У девушек: громкий стук каблуков	нетерпеливая, ветреная особа, не отличающаяся хорошим воспитанием
Человек во время ходьбы очень сильно стучит ногами	бесцеремонность, несдержанность; это означает, что он желает привлечь как можно больше внимания окружающих; он ощущает себя очень значимой персоной, желая громко заявить о своем появлении
	такая походка достаточно часто не является показателем уверенности, она говорит о том, что человек, скорее всего, наоборот, не уверен в себе и «стучит каблуками» для самоутверждения и создания соответствующего имиджа
Громкий и неопрятный шаг	целеустремленно обращают внимание на себя
Но не из-за чрезмерной уверенности, а из-за бестактности и отсутствия знаний этикета. Обладатели такой манеры отличаются эмоциональностью, которую они могут выражать как хотят и где хотят. Специалисты утверждают, что этот шаг характерен для ловеласов и бездельников.	
Выражено расслабленная походка	отсутствие интереса, безразличие, отвращение к принуждению и ответственности, или у многих молодых людей – незрелость, недостаток самодисциплины, или снобизм
Ритмически сильная походка, немного раскачивающаяся вперед-назад (с усиленными движениями бедер), притягивающая на некоторое пространство	наивно-инстинктивные и самоуверенные натуры
Тяжеловесная «гордая» походка, в которой есть что-то театральное, не совсем уместное, когда при медленной ходьбе шаги относительно малы (противоречие), когда верхняя часть тела держится подчеркнуто и слишком прямо, возможно при нарушенном ритме	переоценка себя, высокомерие, самовлюбленность

Твердая, угловатая, ходульная, деревянная походка (неестественное напряжение в ногах, тело не может естественно раскачиваться)	зжатость, недостаток контактов, робость (отсюда в виде компенсации излишняя твердость, перенапряженность)
Неестественно порывистая походка, подчеркнуто большие и быстрые шаги, заметное размахивание руками вперед-назад	имеющаяся и демонстрирующаяся активность – часто лишь бессодержательная занятость и старания по поводу каких-то собственных желаний
Постоянное приподнимание вверх (на напряженных носках ног)	стремление вверх, ведомый идеалом, сильной потребностью, чувством интеллектуального превосходства
= Другие особенности походки	
Если человек не разгибает колени, идет на полусогнутых ногах	...это может быть свидетельством его почтенного возраста и болей в суставах ...если же обладатель такой походки молод, то эта особенность говорит о том, что он неуверен в себе, замкнут, мнителен
Если человек сильно выбрасывает ноги в стороны, руки его могут покоиться в карманах, либо подпирать бока, его поза напоминает букву «Ф» это:	...либо признак излишней самоуверенности ...либо беззаботности, отсутствия занятости, постоянного безделья. Он вышагивает таким образом, потому что ему просто некуда спешить, он не обременен никакими обязанностями
При ходьбе сначала наступает на пятки и легонько перекачивается на носок, вы никогда не увидите его опирающимся на всю ступню	осторожный человек, он осторожничает во всем, в том числе и в походке
О женской походке следует поговорить отдельно. По тому, как женщина движется, можно определить ее цель, жизненную установку.	
Если женщина идет медленно, делая небольшие шаги, плавно покачивает бедрами	она в данный момент настроена на поиск спутника, ее цель – привлечь окружающих мужчин
Если женщина идет уверенно, отбивая каблукками, ее бедра ходят из стороны в сторону очень резко	это говорит о ее настроении на деловое общение; это твердая, деловая женщина, которая вряд ли легко откажется от своих принципов
Женщина переваливается с одной ноги на другую	значит, не научилась пользоваться важнейшим женским орудием – походкой; такая женщина привыкла заниматься домашним хозяйством, ее удел – дом, быт, семья; возможно, она многодетная мать
Если женщина семенит ногами, идет стремительно, сильно размахивая руками, практически не раскачивая бедрами	это признак эмансипированности; своей походкой она старается походить на мужчину, ее вовсе не интересует внимание представителей сильного пола

Женщина идет вызывающе и ярко	стремление привлечь внимание к себе
Походкой, которая привлекает к себе внимание, обладают преимущественно женщины. Их шаг отличается изысканностью, они любят крутить бедрами и делать акцент на своей манере передвигаться. Как правило, хозяйки такой походки абсолютно уверены в себе и сознательно пытаются привлечь к своей персоне как можно больше взоров. Ученые отмечают эту манеру у многих знаменитостей.	