

ЖЕСТИ МИСЛЕННЯ: НЕВЕРБАЛЬНІ ПРОЯВИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Автор: Микола Овчаров

14 травня 2025

DOI: <https://doi.org/10.66597/unknown-orator.2025.1.04>



Більше інформації про журнал
<https://journal.ovcharov.institute/>

ЖЕСТИ МИСЛЕННЯ: НЕВЕРБАЛЬНІ ПРОЯВИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Автор: Микола Овчаров

АНОТАЦІЯ

Стаття присвячена дослідженню невербальних проявів мисленнєвої діяльності як самостійного феномену комунікації. Автор виокремлює два принципово відмінні підходи до організації інтелектуального процесу — статичне занурення у думки та активне мислення з динамічною жестикуляцією — і аналізує їх психофізіологічну природу та індивідуальну зумовленість. Через образ «Мислителя» Родена розкривається універсальний культурний архетип зосередженої людини. Окрему увагу приділено розмежуванню між мисленнєвою та презентаційною невербальною поведінкою: показано, що жести, органічні під час генерування ідей, виконують іншу функцію на етапі публічного представлення результатів роздумів.

КЛЮЧОВІ СЛОВА

жести мислення, невербальна комунікація, інтелектуальна діяльність, статичне мислення, активна жестикуляція, мисленнєвий процес, мова тіла, презентаційна поведінка.

Процес мислення перебігає у певному ритмі роботи мозку із зосередженням на конкретному об'єкті роздумів. Для підтримки цього ритму людина може обрати один з двох шляхів: заглибитися у свої думки в безпечній статичній позі або ж проявляти і стимулювати розумову активність за допомогою динамічних рухів. Розглянемо детальніше ці два підходи до ефективного мислення.

Шлях перший: занурення у думки

Іноді для продуктивних міркувань необхідне повне зосередження на предметі мислення. Цьому сприяє відчуття захищеності та комфорту, яке людина створює за рахунок закритих поз: схрещених рук і ніг, опущеної голови, погляду в одну точку. Саме таким постає перед нами образ «Мислителя» Родена – скульптура, яка втілює

універсальне уявлення про замислену людину, зрозуміле представникам різних культур.

Кожен має свої улюблені пози для заглиблення у роздуми. Комуś найкраще мислиться у кріслі чи за столом, підперши рукою підборіддя і дивлячись в одну точку. Іншим більше до вподоби розмірковувати під час прогулянок наодинці, слухаючи музику в навушниках та сховавши обличчя в капюшоні, щоб уникнути зайвої уваги та чинників, які відволікають. Усамітнення і закриті пози допомагають абстрагуватися від зовнішніх подразників та повністю сконцентруватися на ході думок.

Шлях другий: активне мислення

На противагу статичному заглибленню активне мислення супроводжується енергійною жестикуляцією та рухами, які ніби віддзеркалюють та стимулюють роботу думки. У такі моменти всередині людини немов пульсує невгамовна інтелектуальна енергія, яка шукає вихід назовні. Очі загоряються ентузіазмом, руки перебувають у постійному русі: людина ходить по кімнаті, малює, пише, клацає пальцями, чухає обличчя, крутить в руках різні предмети – одним словом, повністю поглинута вихором власних ідей.

Ці спонтанні рухи допомагають інтенсифікувати процес мислення, задають ритм і темп розумовій діяльності, залучаючи до неї не лише мозок, а й усе тіло. Активна жестикуляція виступає своєрідним зовнішнім проявом внутрішньої мисленнєвої роботи, у ході якої ідеї формуються, розвиваються і трансформуються в нові концепції та інсайти. По суті, це спосіб фізично виразити абстрактні розмірковування, надати їм матеріального втілення.

Індивідуальність мисленнєвого процесу

Обидва описані варіанти мислення – і статичний, і динамічний – є цілком органічними та індивідуальними. Схильність до того чи іншого стилю роздумів може бути зумовлена особливостями темпераменту, оточенням, фізичним та емоційним станом людини у конкретний момент. Головне - віднайти оптимальний для себе ритм та умови, за яких інтелектуальна діяльність відбувається найефективніше.

Слід зазначити, що потреба в активній жестикуляції чи усамітненні природно виникає саме під час процесу обдумування, генерування нових ідей. А от на етапі презентації вже готових результатів мислення, особливо з мотиваційною метою,

невербальна поведінка відіграє іншу роль. У такому разі мова тіла має підкреслювати ключові тези, транслювати впевненість і компетентність спікера, а не відображати його розумові пошуки. Втім, під час робочих доповідей та інформаційних повідомлень прояви зосередженого мислення будуть цілком доречними.

Червоні прапорці: відсутні. Мислення виправдовує будь-яку жестикуляцію.

Блакитні прапорці:

- Зручні, комфортні пози, що сприяють концентрації
- Активні жести, які допомагають інтенсифікувати мисленнєвий процес та втримати фокус уваги