

La comunicación no verbal

Por ENRIQUE GUARNER
(Tercera parte)

El territorio es el espacio o área que el ser humano defiende. En cierta forma se podría decir que Joseph Proudhon estaba equivocado al asegurar que toda la propiedad privada era un robo, puesto que requerimos de una extensión que nos pertenezca. Esto se observa en la mayoría de las especies animales, cada una de las cuales domina una superficie y hasta permite que el vecino ejerza el poder sobre la suya. Incluso el hombre que juega un papel secundario dentro de la sociedad, necesita mandar en su humilde morada.

De una manera general los territorios se dividen en tres categorías: 1) Nacionales, cuando una aglomeración despliega una bandera simbólica y sienten la idea de pertenencia; 2) El espacio familiar centrado alrededor del hogar, donde se forma la unidad a través de los vínculos sanguíneos, y 3) El personal, constituido por las limitaciones en cuanto a la extensión de nuestras medidas.

Sin embargo, aunque los seres humanos guarden su territorio, siempre se desplazan en diferentes direcciones para ejecutar su trabajo o en la búsqueda del placer. Con frecuencia esto se realiza valiéndose de vehículos, pero en la mayoría de las ocasiones lo efectúan utilizando las extremidades inferiores.

Gestos en la locomoción

Cada persona posee una manera distinta de caminar. Muchas de estas características se deben a la estructura corporal, pero no podemos separar aquello que adquirimos o que resulta de nuestro estado emocional. Por ejemplo, los que andan rápidamente quieren alcanzar a la menor brevedad sus objetivos o metas. Es por ello que aumentan la longitud de los pasos, mantienen la postura erecta y aunque haga calor meten las manos dentro de los bolsillos.

La persona melancólica o que se siente rechazada, camina con pisadas temerosas y cortas, sin fijar una dirección constante. Parece que duda y rehuye la mirada de quienes la rodean. Todos sus movimientos se encuentran inhibidos y si llegan a efectuarse ocurren lentamente y con dejadez. En ocasiones la cabeza parece hundirse en el tronco y andan apoyándose con las paredes. Cuando la depresión es agitada observamos lo contrario, puesto que la inestabilidad lleva a la persona que la sufre a correr alterada gesticulando y ejecutando movimientos cambiantes desordenados. A veces efectúan acciones violentas y amenazan a los transeúntes.

Debemos diferenciar a los melancólicos de los preocupados, los cuales adoptan posiciones meditativas, reflexionando sus ideas. Resulta frecuente que estos últimos mantengan sus manos entrelazadas en la espalda.

El individuo arrogante siempre deambula con la cabeza alta, levantando su mandíbula. Se nota rígido y exagera los pasos queriendo impresionar a quienes le rodean.

El sujeto intrusivo refleja vanidad y actúa su exhibicionismo, de tal manera que hace notar su presencia con pisadas sonoras que suelen escucharse a la distancia.

Posiciones corporales

Cuando los animales se enfrentan al peligro pueden luchar, huir, pedir ayuda o tratar de apaciguar al asaltante. Es en este momento en que aparece la posición de sometimiento por medio de la cual los vemos ofrecer el pescuezo en señal de haber sido vencidos. También la especie humana adopta posturas sumisas donde percibimos que el cuerpo se encorva queriendo hacerse menor en su dimensión. A través de este acto de subordinación se piden favores o el perdón del poderoso.

Tal vez de allí se deriva la costumbre de inclinarse ante el ser superior, la cual permanece en la Iglesia. En una época la práctica de arrodillarse también se practicaba por parte de los vasallos por respeto a los soberanos. Afortunadamente en Europa la tradición ha ido desapareciendo y sin embargo entre nosotros el grado de subordinación ante el poderoso parece inamovible. Véase sino la posición desdichada que debemos que adoptar los ciudadanos de México cuando tenemos que enfrentarnos con un funcionario o policía. Ellos en forma generalmente arbitraria nos exigen sumisión abusando de su prepotencia.

Cuando Darwin escribió sobre las emociones, señalaba que en el momento que los animales muestran su pescuezo o se colocan en posición boca arriba, indican una forma de apertura. Esto mismo sucede con los seres humanos, quienes al abrirnos ante alguien, dejamos expuesta la cara, el tronco y las extremidades. Es decir, que al entablar una conversación nos aproximamos al interlocutor y frecuentemente nos desabotonamos la chaqueta. En contraste con estos actos de apertura existen aquellos que denotan posiciones defensivas. Uno de los más comunes es cruzar los brazos sobre el pecho. Esto lo vemos con frecuencia en los deportes cuando surge alguna reclamación y el árbitro toma esta postura como un baluarte para resguardar su decisión. Sería una manera de protegerse contra el ataque que se anticipa. Por supuesto que no necesito agregar que la mujer por la presencia de las glándulas mamarias entrecruza sus extremidades más abajo que el hombre.

Entre las posiciones que indican indiferencia o falta de cooperación está la de poner una pierna colgada fuera del brazo de un sillón. Otra sería la de cambiar la posición de una silla utilizando el respaldo como si fuera una muralla.

Augusto Rodin creó la imagen del «Pensador», escultura en la que el dedo medio y el índice de una mano eran colocados en la región temporo-frontal del modelo. La persona que se sitúa en esa postura demuestra estar interesada, atenta, receptiva y hasta crítica de lo que se le comunica.

Otra acción curiosa se produce en los sujetos que mueven sus dedos alrededor de la barba o el mentón. En la magnífica película sobre Freud que dirigiera John Huston, vemos al actor Montgomery Clift realizando este gesto al reflexionar y posteriormente se le iluminan los ojos al llegar a algún descubrimiento importante.

El aspecto expresivo más común que demuestra que se está escondiendo algo se realiza con movimientos de retracción o rectificación de la posición del cuerpo. Un conocido comentarista de noticias en la televisión tiende a movilizar el cuello hacia atrás, como rechazando aquello que en el fondo duda, o sea, que él mismo se delata porque sabe que su auditorio tiene que recibir con escepticismo aquello que nos informa. Además la sonrisa en este mismo locutor es siempre superficial, como si al transmitirnos algo negativo tratara de suavizar el golpe. Hamlet tenía razón cuando exclamaba: «Uno puede sonreír y sonreír y ser un villano».

El gesto del movimiento constante indica impaciencia. Cuando se desplaza en el cuello como si la camisa nos apretara puede representar arrogancia. Todavía recuerdo las acciones en alargar el pescuezo de Luis Miguel Dominguín, en las que parecía un gallo de pelea. Indudablemente que era una forma de mostrar su disgusto con el público al que consideraba inferior.

Frecuentemente los que damos conferencias o clases, sabemos de la importancia que tiene despertar el interés del auditorio. Si somos perceptivos observaremos sus gestos impacientes o de aburrimiento. Los primeros se notan en los pies que se mueven sin cesar, en tanto que los de cansancio pueden captarse porque se tiene que sostener la cabeza que se cae.

Si deseamos ser escuchados cambiaremos el tema o

haremos algún chiste y entonces veremos renacer el interés con muestras de apertura, posturas tranquilas y hasta signos de admiración cuando los ojos no parpadean.

La nariz es la parte más prominente del rostro y puede simbolizar el fallo. Algunas personas la presionan para tomar decisiones. Sin embargo, el hecho de que concierne al olfato nos hace pensar en aspectos anales. Recuerdo una paciente que solía tocársela cuando hablábamos de algo que ella consideraba inmoral.

En conclusión, el gesto al igual que la palabra del lenguaje que se estructura formando las frases, se encadena produciendo las acciones. Estas señales inconscientes deben ser analizadas en forma cuidadosa y detallada.