

A1-2 肢體語言

人類的溝通包括了語言與非語言傳播，而非語言就是肢體表達。根據研究，好的肢體語言能夠有效交流，提升個人形象。比方說自然的微笑表現出自信與友善；兩手或是兩腳交叉代表防備、不贊同；玩頭髮或小東西、抖腳、咬指甲等小動作，都顯示出緊張與不安。所以如果我們要給別人好的印象，就必須用好的肢體語言來表達，包括適當的站姿、手勢、表情與語調。

