



## Stretta di mano: un gesto che parla di te.

Molto più che un saluto è un gesto che racconta molto di come siamo.

### 1. Osserva le immagini e di' che cosa pensi delle persone che vedi.



### 2. Leggi l'articolo e indica quali affermazioni sono presenti nel testo.

È un saluto, un gesto di pace e di solidarietà, ma può essere anche il nostro primo biglietto da visita: la stretta di mano è un gesto antico che porta con sé molti significati e che risponde anche a precise regole di galateo. Racconta anche molto di noi stessi già dal primo contatto.

#### LA STORIA DI QUESTO GESTO

L'atto di stringersi la mano ha origine antica: presentarsi con l'avambraccio teso e la mano aperta serviva a dimostrare che non si nascondevano armi nella mano o all'interno della manica. Per questo la stretta di mano è un gesto di pace.

#### QUESTIONI DI FORZA

Che impressione vi fa ricevere una stretta debole e sfuggente?

Di solito è un contatto che trasmette una pessima impressione, perché dà l'idea di un interlocutore senza energia e senza volontà.

Una stretta troppo energica, che quasi stritola la nostra mano, invece, ci fa immaginare un potenziale avversario, o una persona aggressiva ed egocentrica.

Per trasmettere un'immagine positiva di sé è indispensabile proporsi in una giusta via di mezzo, con una certa forza, ma senza troppo impeto.

La delicatezza è d'obbligo soprattutto in presenza di una mano anziana o molto minuta: stringerla troppo potrebbe essere anche doloroso.

#### IL MOMENTO GIUSTO

Secondo il galateo, ci si stringe la mano quando si viene presentati a qualcuno, quando ci si dice arrivederci, all'inizio o alla fine di una riunione o di un impegno di lavoro, o quando ci sembra opportuno all'interno di un contesto lavorativo, ad esempio alla conclusione di un accordo.

È una buona mossa essere i primi a tendere la mano, guardando il proprio interlocutore negli occhi e facendo un bel sorriso. In questo modo dimostriamo di avere la situazione sotto controllo.



Massima attenzione invece se ci si trova in un contesto formale, nel quale le gerarchie sono ben delineate e noi siamo in una posizione più bassa: in questo caso è necessario attendere che i nostri superiori si siano salutati e aspettare il nostro turno.

### IL MODO IDEALE

La mano va offerta con il palmo in posizione perpendicolare rispetto al suolo, senza rivolgerlo verso l'alto o il basso, ma teso a incontrare il palmo dell'altro.

Il galateo dichiara che la stretta di mano dura al massimo cinque secondi, con al massimo due o tre oscillazioni dall'alto in basso.

Naturalmente, prima di stringere la mano a qualcuno dobbiamo assicurarci di avere le mani pulite e che il palmo non sia sudato.

Il ruolo chiave è svolto dal pollice: si devono intersecare in modo avvolgente, trasmettendo una sensazione piacevole e rilassante.

Liberamente tratto da:

[http://www.tgcom24.mediaset.it/donne/tra-noi/stretta-di-mano-un-gesto-che-parla-di-te\\_3104991-201702a.shtml](http://www.tgcom24.mediaset.it/donne/tra-noi/stretta-di-mano-un-gesto-che-parla-di-te_3104991-201702a.shtml)

	SÌ	NO
1. La stretta di mano ha assunto nel tempo una funzione diversa rispetto al passato.		
2. Dalla stretta di mano si può determinare il carattere e la professione dell'interlocutore.		
3. Quando si incontra una persona per la prima volta, bisogna stringerle con forza la mano per far vedere che la situazione è sotto controllo.		
4. In un contesto formale l'ordine di saluto è determinato dalla gerarchia.		
5. La posizione sbagliata del palmo della mano rappresenta una mancanza di rispetto nei confronti dell'altra persona.		

**3. Proviamo a presentarci! L'insegnante divide la classe in piccoli gruppi e assegna loro le seguenti situazioni per provare le varie strette di mano citate nell'articolo.**

**1ª situazione:** una persona presenta il proprio fidanzato/ la propria fidanzata a una persona anziana.

**2ª situazione:** in ufficio ci sono due dirigenti e due impiegati. Si incontrano dopo molto tempo e si salutano.

**3ª situazione:** in un contesto informale una persona timida e una persona egocentrica si incontrano per la prima volta.

**4ª situazione:** in un contesto formale due persone con un carattere forte si stringono la mano per concludere un accordo.

Questa pagina può essere fotocopiata esclusivamente per uso didattico - © Loescher Editore



## Soluzioni

N.2

Sì: 1 ; 4