

THE DICTIONARY OF BODY LANGUAGE

พจนานุกรม อ่านคน ตั้งแต่ ห้วงจรดเท้า

เพราะคำพูดโกหกกันได้ แต่ร่างกายโกหกไม่เป็น

**WE
LEARN**

JOE NAVARRO

ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษากายของ FBI

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

THE DICTIONARY OF
BODY
LANGUAGE

616635656
012559854
122628620



Joe Navarro



สารบัญ

บทนำ ***** 17

คีรีษะ ***** 27

- | | |
|---|--|
| 1. เครื่องประดับคีรีษะ | 11. ตบหลังหัวตัวเองเบา ๆ |
| 2. ผม | 12. เกาหัว |
| 3. เล่นผมตัวเอง | 13. ลูบหัว |
| 4. เล่นผมตัวเอง
(หันฝ่ามือออกจากตัว) | 14. เกาหัวพร้อมกับลูบท้าย |
| 5. เสยผม (สำหรับผู้ชาย) | 15. ประสานมือไว้หลังหัว
โดยกางข้อศอกออก |
| 6. สยายผม (สำหรับผู้หญิง) | 16. เอามือป้องหัว
(โดยสรีษะตบท้าย) |
| 7. จีบหรือสะบัดผม | 17. ประสานมือไว้บนหัว |
| 8. ดึงผม | 18. ยกหมวก
(ให้อากาศถ่ายเท) |
| 9. ผงกหัว | |
| 10. ผงกหัว (ส่วนทางกับความจริง) | |

หน้าผาก ***** 39

- | | |
|---|-------------------------|
| 19. หน้าผากตึง | 24. เส้นเลือดปูดทั้งบับ |
| 20. หน้าผากย่น | 25. นวดบับ |
| 21. หน้าผากฉิดโศกซ์
(เป็นปัญหาต่อการวิเคราะห์
ภาษาากาย) | 26. ชีหรือวนนิ้วทั้งบับ |
| 22. รื้อรอยบนหน้าผาก | 27. ทุบหน้าผาก |
| 23. เหยื่อเต็มหน้าผาก | 28. หน้านิ้ว |
| | 29. สวมหมวกปิดหน้าผาก |

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 30. ยกคิ้วดีใจ | 33. เลิกคิ้วเก็บคาง |
| 31. ยกคิ้วกักตายน | 34. เลิกคิ้วข้างเดียว |
| 32. เลิกคิ้วคาง | 35. พมวดคิ้ว |

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|
| 36. รุ่มาตาพยายตัว | 58. กะพริบตาทียีบ |
| 37. รุ่มาตาหดตัว | 59. ชี้นิ้วไปที่ตา |
| 38. ตาดูอ่อนคลาย | 60. ชี้นิ้วไปที่ตา |
| 39. เบ้าตาดูแคบลง | พร้อมกับเลิกคิ้วและม้มปาก |
| 40. ใต้ตากระตุก | 61. กลอกตา |
| 41. ความถี่ในการกะพริบตา | 62. แตะเปลือกตา |
| 42. กะพริบตาทีกว่าปกติ | 63. ตาโหล |
| 43. สบตา | 64. ทอดตา |
| 44. หลบตา | 65. ตายิ้ม |
| 45. มองตาสื่อสภาวะ | 66. มองด้วยหางตา |
| 46. พยายามสบตา | 67. แขนงมองเพดานหรือท้องฟ้า |
| 47. มองตาสื่อความรู้สึก | 68. มองหาพวก |
| 48. ตามองตา | 69. หลบตา |
| 49. มอง VS จ้อง | 70. ตาโรย |
| 50. หลับตา | 71. มองไปทางอื่น |
| 51. หลับตาเพื่อเน้นย้ำ | 72. มองแซ่ |
| 52. ปิดตา | 73. หรีตา |
| 53. หลับตาพร้อมอุจจุก | 74. หรีตา (เล็กน้อย) |
| 54. ร้องไห้ | 75. จ้องเงมึง |
| 55. ร้องไห้พร้อมกำบางสิ่งไว้ในมือ | 76. ตางเบ็งกึ่ง |
| 56. กำตาหลุกหลิก | 77. ถลึงตา (แพ้งกร้าว) |
| 57. มองอย่างใช้ความคิด | 78. แต้งตา |

79. ดึงหรือฉุดดึงทุ

80. ทุแดง

81. เอียงทุ

82. ฝักทุฟัง

83. แดงทุ

84. แผลเป็นที่ทุ

จมูก

81

85. ปิดจมูกด้วยมือทั้งสองข้าง

86. ย่นจมูก (ด้วยความรังเกียจ)

87. ย่นจมูกฝั่งเดียว

88. กระตุกจมูก

(แบบชาวแคริบเบียน)

89. วางนิ้วชี้ค้ำไว้ใต้จมูก
หรือบนปีกจมูก

90. กูดจมูก

91. เช็ดจมูก

92. ใช้นิ้วชี้เคาะจมูก

93. จมูกบาน

94. เล่นร่องใต้จมูก

95. แอบแตะจมูก

96. สูดหายใจเข้าลึก ๆ

ปาก

89

97. กอนหายใจดังเอือก

98. พลุลมหายใจ

99. สูดปากเพื่อตอบรับ

100. ชัดปาก

101. กลืนหายใจ

102. ปากแห้ง

103. มุมปากมีคราบขาว

104. เคี้ยวหมากฝรั่ง

105. หลุดทำเสียงแปลก ๆ

106. จับหรือเคี้ยวลิ้น

107. เหยียดปากยังฟัน

108. หาว

109. สูดนุหรี

110. กินมากไป

111. ลิ้นคุดกระพุ้งแก้ม

112. แลบลิ้น

113. แลบลิ้นยับยั้ง

114. เลียนุมปาก

115. ลิ้นคุดเพดานปาก

116. ลิ้นเลียฟัน

117. กวาดลิ้นไปมา

118. เลียบเคาะฟัน

119. ยิงฟัน

120. ขบเขี้ยว

121. น้ำเสียง
122. โทนเสียง
123. หางเสียงสูง
124. พุดติดอ่าง
125. ตอบคำถามซ้ำ
126. กังช่วงเจียบ
127. พุดไม่ออก
128. พุดขัดจังหวะ
129. อุกทานเพื่อบอกความรู้สึก
130. ความเร็วในการพุด

131. พุดมาก
132. พุดจาสิบสน
133. พุดคำเดิมซ้ำ ๆ
134. ตอบคำถามเร็ว
135. รับพุด
136. เสียงประกอบการสนทนา
137. โอหรือกระแอม
138. ผิดปากด้วยความกังวล
139. จูปาก
140. หัวเราะ

ริมฝีปาก ***** 111

141. ริมฝีปากอวบอัม
142. นิ้วแตะริมฝีปาก
143. ดึงริมฝีปาก
144. กัดริมฝีปาก
145. เสียวริมฝีปาก
146. เหยียดริมฝีปาก
147. เน้มปาก
148. เน้มปากเล็กน้อย
149. เน้มปากต่ำ
150. เน้มปากค้างไว้
151. เน้มปากสนิท
152. ปากสั่น
153. จุ่มปาก

154. ห่อปาก
155. บู้ปาก
156. ปากคว่ำ
157. อ้าปากหวอ
158. เบ้ปาก
159. ยิ้ม
160. ยิ้มจริงใจ
161. ยิ้มเสแสร้ง
162. ยิ้มฝืน
163. ยิ้มสื่ออารมณ์
164. จีบมุมปาก
165. ยกมุมปาก
166. เสียวริมฝีปากบบ

แถมและกราม ***** 125

- | | |
|------------------------|---------------------------|
| 167. ใบหน้ากระดูก | 175. ขยับแถม |
| 168. จ้มแถม | 176. ลูบแถม |
| 169. นวดแถมหรือนวดหน้า | 177. ขบกราม |
| 170. ใช้นิ้วเคาะแถม | 178. บิดหรือขยับกราม |
| 171. สร้างกรอมล้อมแถม | 179. อ้าปากค้าง |
| 172. ทำแถมป้อง | 180. กล้ามเนื้อกรามกระดูก |
| 173. เผลอจับแถม | 181. กรามยื่น |
| 174. เกาะแถม | |

คาง ***** 133

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 182. เช็ดคาง | 190. กำมัดแก้าคาง |
| 183. หดคาง | 191. ขยับคาง |
| 184. เก็บคาง | 192. ลูบหนวดหรือเครา |
| 185. ซ้อนคาง | 193. คางยับยู่ |
| 186. ไส้ห่อคอตกเพื่อซ้อนคาง | 194. คางสั้น |
| 187. จับคาง | 195. คางเกยไหล่ |
| 188. ใช้หลังมือถูคาง | 196. ใช้คางชี้ |
| 189. แก้วคาง | |

ใบหน้า ***** 141

- | | |
|-------------------------|--|
| 197. ไม่มองหน้า | 202. สีหน้าไม่เข้าพวก |
| 198. ปิดบังใบหน้า | 203. หน้านิ่งผิดปกติ |
| 199. ป้องหน้า | 204. ยิ้มผิดปกติทะเลาะ
(ด้วยความสนใจ) |
| 200. ใบหน้าสะท้อนอารมณ์ | 205. จับหน้า |
| 201. สีหน้าค้านกับคำพูด | |

คอ *** 149**

- | | |
|-------------------------|------------------------------|
| 206. จีบคอ | 215. กำมือไว้ด้านหน้าคอ |
| 207. จีบร่องคอ | 216. เส้นเลือดที่คอเต้นตุบ ๆ |
| 208. จีบปมเนกไท | 217. กลืนน้ำลายอีกใหญ่ |
| 209. เล่นสร้อยคอ | 218. ยึดกลัมน้ำคอ |
| 210. เล่นปากเสื้อ | 219. หน้าแดงไปถึงคอ |
| 211. นวดคอ | 220. ลูกกระเดือกกระดก |
| 212. นวดเส้นประสาทเวกัส | 221. อวดต้นคอ |
| 213. ดึงหนึ่ยกคอ | 222. เกร็งคอ |
| 214. ระบายความร้อนที่คอ | |

ไหล่ *** 159**

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| 223. ยกไหล่ข้างเดียว | 228. ภูไหล่หรือกระดูกโหลปลาร้า |
| 224. เอียงศีรษะแล้วยกไหล่รับ | 229. ออกผายไหล่ผึ่ง |
| 225. ยกไหล่สูง | 230. ยกไหล่พร้อมกับแบมือ |
| 226. ยกไหล่ | และเอียงคอ |
| 227. ห่อไหล่หนึ่งจมเก้าอี้ | 231. ค้อมไหล่ |

แขน *** 165**

- | | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| 232. กอด | 240. กอดอกเพื่อกอดตัวเอง |
| 233. วาดแขนไปมา | 241. กอดอกเพื่อป้องกันตัว |
| 234. ออกท่าทางประกอบคำพูด | 242. กอดอกเพื่อตั้งสติ |
| 235. แขนแบบลำตัวแต่มือกระดก | 243. กอดอกเพื่อสื่อว่าไม่ชอบหน้า |
| 236. ชูแขน | 244. กอดอกเพื่อนวดตัวเอง |
| 237. เอามือไว้หลัง | 245. กุมมือบนตัก |
| 238. เกร็งแขน | 246. กางแขน |
| 239. เผยไต่วงแขน | 247. กางศอก |

248. หุบกอก
249. แก้วเองโดยงอศอกไปข้างหน้า
250. คล้องแขน
251. หงายข้อมือ
252. รุกขมนนูนขึ้น (เพราะนูนลูก)

253. นนลูก
254. เหยื่อท่อม
255. รอยแผลจากการ
ทำร้ายตัวเอง
256. รอยเข็ม

มือและนิ้ว

***** 179

257. สภาพมือ
258. มือที่ได้รับการดูแล
259. ความถี่ในการสัมผัส
260. ลักษณะการสัมผัส
261. สัมผัสสื่อสถานะ
262. จับไม้จับมือ
263. มือแก้วเองโดยนิ้วโป้ง
อยู่ด้านหลัง
264. มือแก้วเองโดยนิ้วโป้ง
อยู่ด้านหน้า
265. ใช้มือประกาศอาณาเขต
266. ดันตัวออกจากโต๊ะ
267. มืออยู่ไม่สุข
268. พฤติกรรมการวางของ
269. ประกบปลายนิ้ว
270. ประสานมือโดยนิ้วชี้
ตั้งประกบกัน
271. ตั้งมือเตรียมพร้อม
272. แบนมือวิ่งวอน
273. คว่ำมือ
274. คว่ำมือกางนิ้ว

275. เก็บมือ
276. บิดมือตัวเอง
277. กุมมือไว้หลวม ๆ
278. มือไม้สั่น
279. มือแสดงความเป็นเจ้าของ
280. ยกมือห้าม
281. จับหรือลูบตัวขณะตอบคำถาม
282. ประสานมือโดยตั้งนิ้วโป้ง
283. ประสานมือโดยเก็บนิ้วโป้ง
284. ประสานมือพลงนวดนิ้วโป้ง
285. ประสานมือพลงนูนนิ้วโป้ง
วนรอบกัน
286. หุบนิ้ว
287. กางนิ้วโป้ง
288. หุบนิ้วโป้ง
289. อดนิ้วโป้ง
290. ยกนิ้วโป้ง
291. สัมผัสเพื่อระบายความรู้สึก
292. สัมผัสกันและกัน
293. จับยึดเฟอร์นิเจอร์

- | | |
|-----------------------------|---|
| 294. พุทติกรรบเกาะติด | 310. ประสานมือแล้วหักข้อนิ้ว |
| 295. ใช้มือเน้นคำพูด | 311. ตบต้นขาซ้ำ ๆ |
| 296. ชูนิ้วกลาง | 312. จัดเสื้อผ้าหน้าผม |
| 297. ชี้นิ้ว | 313. จัดเสื้อผ้าหน้าผม (ไม่สุภาพ) |
| 298. ใช้นิ้วจับ | 314. วางมือบนตักโดยกางศอกออก |
| 299. วาดนิ้วชี้ไปมา | 315. งอนิ้วมือแล้วใช้นิ้วโป้งถูเล็บไปมา |
| 300. ยกมือกัน | 316. จับมือกักกาย |
| 301. กัดเล็บ | 317. จับมือยื่นโบตรี |
| 302. เคาะนิ้ว | 318. พนมมือไหว้ |
| 303. มือสั่นกระเป๋ | 319. จับมือ |
| 304. นวดกำปั้น | 320. กำมือโอเค |
| 305. กำหมัดพูด | 321. กำมือแบบนิ้วโป้งแนบข้างนิ้วชี้ |
| 306. ถูฝ่ามือ | 322. หมุนแขนวนเล่น |
| 307. ถูซอกนิ้วไปมา | 323. ออกอาการไม่อยากเข้าใกล้ |
| 308. ประสานมือแล้วเหยียดแขน | 324. เสี่ยงการใช้ฝ่ามือสัมผัส |
| 309. หักข้อนิ้ว | 325. แขนและมือเคลื่อนไหวผิดปกติ |

อก ลำตัว และท้อง 213

- | | |
|-------------------------------|----------------------------|
| 326. หายใจแรง | 335. นั่งเอนตัวไปด้านหลัง |
| 327. หายใจหอบ | 336. นั่งโน้มตัวบาหน้าหน้า |
| 328. กอดหน้าอก | 337. หันตัวหนี |
| 329. นวดกระดูกไหปลาร้า | 338. หันตัวเข้าหา |
| 330. มือเกาะอก | 339. ปิดบังหน้าท้อง |
| 331. มือทาบอก | 340. เสียนแบบท่าทาง |
| 332. กระพือเสื้อเพื่อคลายร้อน | 341. นั่งตัวแข็งทื่อ |
| 333. เล่นซิปเสื้อ | 342. นั่งไม่ติดเก้าอี้ |
| 334. เอนตัวออกห่าง | 343. กอຍเก้าอี้ออก |

344. ห่อตัว

345. โกงตัว

346. วดตัว

347. ตัวเย็น

348. แต้งตัว

349. กุมก้องทนะตั้งครรภ

350. ลูบก้อง

กัน สะโปก และอ้วยวะเพศ ***** 227

351. นึ่งส่ายกัน

352. นึ่งโกกัน

353. กุสะโปก

354. ยืนส่ายสะโปก

355. อวดสะโปก

356. จับของลับ

357. จับเป้า

358. สร้างกรอบล้อมเป้า

359. กุมเป้า

360. นึ่งถ่างพา

วา ***** 235

361. เว้นระยะห่าง

362. ยืนทางวา

363. ประจันหน้า

364. หันข้าง

365. ท่าเดิน

366. จังหวะก้าวเดิน

367. ท่านี้

368. นิ่งหุบวา

369. นิ่งอำพา

370. นิ่งไวย้ำเท้า

371. นิ่งไวย้ำเท้ากับพาเท้าอี

372. นิ่งจับเข้าโดยเอนตัวไปด้านหลัง

373. นิ่งจับเข้าโดยเอนตัวมาด้านหน้า

374. นิ่งไวย้ำห่าง (ก่อกำแพง)

375. พาตพา

376. ลูบพา

377. ลูบเข้า

378. เกาข้อเท้า

379. เข้ากรุด

380. พาเข้าพื่น

381. เหย่งข้างเท้า

382. กอดพา

383. ยืนไวย้ำพา (สบายใจ)

384. นิ่งกระดิกพา

385. กระโดดโดดเต้น

386. พาเข้าเท้าไม่ให้ความร่วมมือ

387. เสียสมดุล

เท้า *** 249**

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| 388. เท้าแข็ง (วาตาย) | 398. เคาะเท้า |
| 389. หดเท้า | 399. กระดิกนิ้วเท้า |
| 390. เขี่ยเท้าเข้าหยอก | 400. เท้าอยู่ไม่สุข |
| 391. กระดกเท้าขึ้นลง | 401. เดินย่ำเท้ากลับไปกลับมา |
| 392. หันเท้าหนีข้างเดียว | 402. หันเท้าหา |
| 393. หันเท้าหนีทั้งสองข้าง | 403. เท้าอาละวาด |
| 394. ปลายเท้าหันเข้าหากัน | 404. กระทับเท้า |
| 395. ปลายเท้าชี้ขึ้น | 405. ดึงถุงเท้า |
| 396. เหยยฝ่าเท้า | 406. ห้อยรองเท้าไว้กับหลังเท้า |
| 397. เท้าแสนสุข | 407. เท้าและขากระสับกระส่าย |

บทสรุป *** 261**

บรรณานุกรม *** 263**

ประวัติผู้เขียน *** 267**