

JÜRI ULJAS

EESTLASE KEHA KÕNELEB

**TEEKOND PAREMA ENESETUNNETUSE JA
TEISTE MÕISTMISE JUURDE**

2015

Retsensent: Maria Tamm

Toimetaja: Kristi Kingo

Kujundaja: Alar Kitsik

Fotod: Merike Toomet, autori erakogust (fotod: Ester Uljas ja Jiři Kottas) ja Dreamstime.com

Kaanefoto: Merike Toomet. Modell Liisi Tarve kannab Perit Muuga kleiti.

Autoriõigus: AS Atlex ja autor, 2015

Kõik õigused kaitstud. Igasugune autoriõigusega kaitstud materjali ebaseaduslik paljundamine ja levitamine toob kaasa seaduses ettenähtud vastutuse.

ISBN: 978-9949-492-52-7

atlex

AS Atlex

Kivi 23

51009 Tartu

Tel 734 9099

Faks 734 8915

atlex@atlex.ee

www.atlex.ee

SISUKORD

SAATEKS	6
KÕNE JA KEHAKEEL	7
Kuidas me end väljendame?	10
Kõne tempo	11
Pausid	11
Hääl	12
Intonatsioon	14
Vaikus	14
Kuidas suurendada oma kõne mõjukust?	15
Suuline kõne ja kehakeel	16
Eestlaste käitumisharjumused	19
VÄLIMUS JA ILU	20
Atraktiivsuse teooriad	20
Mis veel mõjutab atraktiivsusele antavaid hinnanguid?	24
Eestlaste käitumisharjumused	26
PUUDUTUSED	27
Funktsionaalsed (professionaalsed) puudutused	29
Sotsiaalsed (viisakusega seonduvad) puudutused	30
Sõbralikud (tundeid peegeldavad) puudutused	30
Armastusega (intiimsusega) seotud puudutused	31
Seksuaalset erutust väljendavad puudutused	32
Flirtimine ja puudutused	34
Puudutuste tajumine	36
Enda puudutamine	38
Eestlaste käitumisharjumused	39
KINEESIKA I – ŽESTID, PEALIIGUTUSED JA POOSID	40
Žestid	40
Eestlaste käitumisharjumused	43
Pealiigutused	45
Poosid	46
KINEESIKA II – NÄOVÄLJENDUSED JA PILGUD	52
Millest räägib inimese nägu?	52
Emotsioonide väljendamise erinevused	54
Emotsioonitud eestlased?	56
Suhtlus ja nägu	57

Pilgud	59
Pilkude roll suhtluses	61
Pilk ja huvi	64
PROKSEEMIKA EHK RUUM MEIE ELUS	66
Kultuur	69
Suhtlemisdistsantsid	70
Intiimne distants	70
Personaalne distants	71
Sotsiaalne ehk ametialase suhtlemise distants	72
Avalik ehk esineja distants	72
Muutunud distants, muutuvad suhted	73
Orientatsioon	75
Ruumikasutus ja võim	77
Eestlaste käitumisharjumused	79
KRONEEMIKA EHK ARUSAAMINE AJAST	81
Monokrooniline ja polükrooniline ajakäsitus	81
Ajaline orientatsioon	85
Ajaline orientatsioon ja inimesed	86
Elutempo	88
Eestlaste käitumisharjumused	90
LÕHNAD JA INIMSUHTED	91
Kehalõhnad	94
Mis ained on feromoonid?	94
Androstadienoon	95
Androstenool	96
Androstenoon	96
Feromoonide funktsioonid	97
Kogetavate emotsioonide edastamine	97
Mõju menstruaaltsüklile	98
Mõju imiku ja ema kiindumussuhte kujunemisele	98
Omasooliste tõrjumine ja vastassugupoole meelitamine	99
Geneetiliselt sobiliku partneri leidmine	100
Kunstlõhnade kasutamine	101
Eestlaste käitumisharjumused	102
PETMINE	104
Emotsioonid ja valetamine	104
Petmise tunnused	106
Petmise avastamine	108
Eestlaste käitumisharjumused	110

MULJE KUJUNDAMINE	111
Mulje kujundamise strateegiad	116
Meeldida püüdmine	117
Eneseülendamine	117
Hirmutamine	118
Näidise esitamine	118
Abituse näitamine	118
Tagasihoidlikkuse ilmutamine	119
Riietus	120
Värvid riietuses	122
Eestlaste käitumisharjumused	125
KASUTATUD KIRJANDUS	128

SAATEKS

Eesti keel on maailma ilusaim keel. Vähemalt nii arvavad eestlased ise. Legendi järgi jõudsid eestlased esimestena Vanataadi juurde Katla mäele, kust nad tänu sellele ka kõige ilusama keele said (Eisen 1926: 99).

Eesti naised on kõige kaunimad maailmas, hõlmates ilu ja seksikuse rahvusvahelistes pingeridades kõrgeid kohti. Ilus keha ja ilus keel, kuid kas ka ilus kehakeel? Milline üldse on eestlaste kehakeel? Erineb see millegi poolest teiste kultuuride esindajate kehakeelest? Mis on eestlaste kehakeele eripärad? Kellega me kõige enam sarnaneme?

Kehakeelt mõjutavad paljud tegurid – bioloogilised, kliimaatilised, kultuurilised ja ajaloolisest kogemusest tulenevad ning teiste kultuuride mõjud. Aja jooksul võib kehakeel muutuda, näiteks kaotavad mõningad žestid oma olulisuse, teised aga asenduvad uutega. Antud valdkonna kohta on ilmunud palju erinevaid raamatuid, kahjuks ei ilmne neis aga eestlaste eripära. Kehakeele nimetus on populaarse kirjanduse najal üldlevinud, täpsem oleks aga kasutada terminit *mitteverbaalne kommunikatsioon*. Viimase alla kuuluvad kõik need vahendid ja võimalused, mille abil suhtluses sõnumit edastatakse. Nii mahub selle alla ka näiteks fotodel poseerimine, fotode ja diplomite eksponeerimine jne. Ehkki inimesed on aegade algusest kehakeele abil suhelnud, on termin „mitteverbaalne kommunikatsioon“ kasutusele võetud alles hiljaaegu. Esmakordselt kasutasid seda psühhiaater Jurgen Ruesch ja Weldon Kees oma 1956. aastal ilmunud raamatus „Nonverbal Communication: Notes on the Visual Perception of Human Relations“. Eestis on selles valdkonnas uuringuid läbi viidud juba pikemat aega, samas pole senini tehtud katset kogu laiaulatuslikku valdkonda Eesti kontekstist lähtuvalt kirjeldada. Loodetavasti suudab antud raamat selle lünga vähemalt osaliseltki täita.

Kui teksti sees on esitatud tõsisemate teaduslike uuringute tulemused, siis „aken-
desse“ on valitud veidi kummalisema nurga alt tehtud uuringute tulemused, mis ilmestavad hästi eestlaste käitumisharjumusi. Aastate jooksul on tudengid autori juhendamisel läbi viinud sadu vaatlusi, autor on tudengitele nende nutikuse ja julge pealehakkamise eest ääretult tänulik.

KÕNE JA KEHAKEEL

Loomulik oleks eeldada, et kõige olulisemat rolli mängivad suhtlemises sõnad. Kuid vaadates seda, kuidas mingeid sõnu lausutakse, võib sõna tähendus selle käigus muutuda. Mõelge kasvõi sellele, kui palju on erinevaid võimalusi öelda sõna *palun*. Me võime seda sõna öelda nii aupaklikult kui üleolevalt, külmalt kui ka äärmise sõbralikkusega. Kui me sealjuures kasutame veel erinevaid žeste, siis võib see sõna omandada hoopis teistsuguse tähenduse.

Mõned sõnad võivad omada teistest enamat kaalu. Muiste usuti, et sõnadel on maagiline võim. Seetõttu üritati varjata oma õiget nime ja vältida kurjade jõudude nimetamist. Kõigile on tuntud ütlus *Ära hüüa hunt!* ning hundi nimetamise asemel mitmesuguste sünonüümide kasutamine – kriimsilm, võsavillem jne. Ka tänapäeval välditakse selliste sõnade kasutamist nagu *surema* ja *surnu*. Pigem kasutatakse *lahkuma*, *kadunuke*, *manalateed läinu* jne. Ka äris võivad teatud väljendid olulist rolli mängida. Näiteks on suur hinnavahe *kasutatud* ja *antiiksel* mööblil. Raamatute läbimüüki aitab ilmselt tõsta pealkirjas selliste sõnade kasutamine nagu *saladus* ja *mõistatus*. Neid sõnu leiame paljude enesebiõpikute pealkirjades.

Sõnad omavad olulist kaalu ka seetõttu, et lendulastud sõnu me enam tagasi võtta ei saa. Kui me oleme teisele halvasti öelnud, end tema peal välja elanud, siis seda olematuks teha pole enam võimalik. Suhtlus saab minna ainult edasi, lähtudes sellest, mis on juba olnud. Kuid sõnade taak jääb kestma.

Sõnad mängivad tähtsamat rolli kirjaliku kõne puhul, kus olulisemal kohal on informatsiooni edastamine. **Kirjaliku kõne** puhul on tegemist teistsuguse lauseehituse ja sõnavaraga, tekst peab olema oluliselt täpsem ja informatiivsem, tagasiside puudumise tõttu ei pruugita sellest muidu aru saada. **Suulise kõne** eeliseks on see, et rääkija ja kuulaja on samas situatsioonis ning räägitavat aitavad selgemaks teha ka mitmesugused mitteverbaalsed märgid. Need aitavad kõnet täpsustada ja ilmestada, andes samas edasi ka mitteteadvustatud informatsiooni. Inimene ei oska veel oma tundeid sõnastada, kuid need ilmnevad juba tema liigutustes. Mitteverbaalse suhtlemise tähendused ei pruugi olla üheselt mõistetavad, tihtipeale ei pruugi ka nende edastaja saadetavaid sõnumeid iseendale teadvustada. Kehakeelt on võimalik erinevalt tõlgendada, kohati ei pruugita seda aga üldse mõista. Nagu kõnekeeles saab sõnadest aru vaid öeldud lauset mõistes, nii tuleks ka üksikuid žeste ja poose vaadelda laiemas kontekstis: kogu konteksti ning kehaliigutusele eelnevat silmas pidades. Lisaks kehakeele osatähtsusele on suulise ja kirjaliku kõne vahel veel neli olulist erinevust (Hennoste 2000: 1141).

Esimene erinevus tuleneb sellest, et kirjakeelt iseloomustab lausete kaupa kirjutamine, suulise kõne puhul on aga tegemist ideede edastamisega. Need ideeüksused koosnevad tavaliselt 2–7 sõnast, mille edastamiseks kulub harilikult 2 sekundit.

Siit tuleneb ka teine erinevus. Kõnelemise ajal mõeldakse ainult hetkel öeldavale. Kirjaliku kõne puhul on aga võimalik oma teksti juurde korduvalt tagasi tulla, seda uuesti lugeda ja täiendada.

Kolmandaks, suulist kõnet iseloomustab reeglina teatud ajasurve, seetõttu ei saa jääda häid mõtteid ootama. Reageeritakse spontaansemalt ning tihtipeale ei pruugitagi neid õigeid sõnu leida. Kirjalik tekst võimaldab aga pikemalt heade mõtete saabumist oodata.

Neljas erinevus tuleneb silmast silma suhtlemise eripärast, tänu millele on jutt vahetult seotud nii kuulaja kui kõnelejaga. Sagedasti viidatakse iseendale (*mina, meie*) või oma teadmistele (*ma ei tea*) ja hinnangutele (*muidugi, minu arust, väga*). Suulise kõne iseärasuseks on ka see, et jutuaajamise käigus jälgitakse hoolega vestluskaaslase käitumist, jutust arusaamist ja kuulamist.

Kõiki neid sõnu, mida kasutatakse suulises kõnes, kirjaliku teksti puhul ei kasutata. Suulises kõnes kasutatakse igasugust sõnavara, nii ropendamist, teaduslikke termineid kui ka võõrkeeltest tulnud ütlosti (*okei, jess*). Hinnanguliselt kattub kirjaliku ja suulise kõne sõnakasutus 80% ulatuses. Esinevad ka teatud soolised erinevused, nii kasutavad naised enam kirjakeeles kasutamist leidvaid sõnu kui mehed (Hennoste 2000).

Lisaks suulisele ja kirjalikule kõnele on olemas ka **afektiivne kõne** ehk suhtumist väljendavad reaktsioonid. Siia alla kuuluvad näiteks sellised hüüatused nagu *jah, ah, ootoot* jne. Afektiivsete hüüatuste seas on ka mitmeid laensõnu nagu *jess, vau, sorri* (Hennoste 2000).

Nende afektiivsete reaktsioonidega saab väljendada nii positiivseid kui ka negatiivseid emotsioone. Näiteks imestust ja üllatust võib väljendada paljude erinevate hüüatustega nagu *hm, aa, ah, ohhoo, ohoh, oih, oi, oo, assa, ossa, vau*; rõõmu – *hurraa, haa, vau*; kiitust – *voh*; rahulolu – *einoh, jah, jess*. Negatiivsete emotsioonide väljendamisel võidakse kasutada hoiatamist – *nonoh*; hirmu saab väljendada hüüatusega *aaa*; viha – *äähh*; ehmatus – *oih, oh, oi*; kahtlust – *hmm, tjah, mnjaa/mnjah, nooh* (Hennoste 2000).

Vestlustes kehtivad teatud reeglid selle kohta, kes ja kui pikalt võib kõneleda ning kuidas kõnevoor vahetub. Eriti oluline on nende reeglite teadmine juhul, kui puudub eelnev kokkulepe vooruvahetuse kohta. Tavaliselt valib kõneleja järgmise kõneleja või alustab keegi ise juttu. Kui seda ei toimu, siis vana kõneleja jätkab. Kõnevooru vahetamine võib toimuda sujuvalt, võidakse jätkata kohe teise jutu lõppemise järel või räägitakse teisele peale. Sellisel juhul alustab kuulaja oma juttu enne, kui eelkõneleja on lõpetanud. Vestluse sujuvaks kulgemiseks on oluline, et tuntaks ära koht, kus jutujärje üleminek teisele inimesele paistab olevat normaalne, kus võiks olla eelkõneleja jutu lõpp. Eestlaste puhul on üsna tavaline see, et räägitakse teisele peale ehk kuulaja alustab oma juttu enne, kui kõneleja oma jutu lõpetab. Kuid vestlusvooru üleandmiseks võidakse kasutada ka pausi. Samas võivad need pausid pikale venida juhul, kui eelnevalt oodatakse ära teise inimese jutu lõpetamine (Hennoste 2000).

Eestlaste vestluskäitumise eripärade väljatoomine on kõige lihtsam võrdluses soomlastega. Neid erinevusi on üsna põhjalikult uurinud Hille Pajupuu (1996). Näiteks vahetavad eestlased minutis kõnevooru keskmiselt 7 korda. Räägitakse kiiresti, kiiresti vahetuvad ka kõnevoorud, suhteliselt sage on korruga rääkimine. Kui teise jutt pakub huvi, näidatakse seda üsna häälekalt välja – kas siis hüüatuste, kommentaaride või täpsustavate küsimustega. Kõnevoorude katkestamist aktsepteeritakse enam kui pikki kõnevoore. Soomlased räägivad rahulikult ja pikalt, kõnevoorude vahel on tavalised pikemad pausid.

Kõnevoor vahetub minutis keskmiselt 3,5 korda, korruga räägitakse haruharva, pigem kuulatakse teist rahulikult ja vaikides. Teise katkestamist peetakse ebaviisakaks.

Kõnes tulevad ilmsiks ka soolised erinevused. Nii mehed kui naised räägivad omasoolistega valjemini. Kui suhtlevad mees ja naine, siis räägivad mehed pikemalt. Kui aga paaris suhtlevad samast soost inimesed, on naiste kõnevoorud üldjuhul pikemad. Abielupaaride puhul räägivad naised üldiselt oma abikaasadest kauem. Meeste puhul on teatavad erinevused ka selles, et nende kõne muutub vastavalt sellele, kellega räägitakse. Meestega rääkides peegeldub nende kõnes vähem emotsioone kui naistega vesteldes (Newman *et al.* 2008).



Naised räägivad enam kui nende abikaasad.

Kõige ilmekamalt tulevad soolised erinevused ilmsiks suulises kõnes ja eelkõige sellistes olukordades, mis väga keelekasutust ei piira. Meestele meeldib rääkida konkreetsetest asjadest, räägitakse tööst, rahast, spordist ja mitmesugustest maailma asjadest. Jutu vahele lipsavad sageli vandesõnad ning naistest sagedamini väljendatakse negatiivseid emotsioone. Naised räägivad enam teistest inimestest ja sellest, mida nad teevad, samuti oma tunnetest ja kahtlustest. Samas hakkavad need erinevused tasapisi hääbuma. Soorolide erinevuste vähenemine toob kaasa ka selle, et meeste ja naiste jutus esinevad erinevused hakkavad vähehaaval kaduma (Newman *et al.* 2008).

Tavaliselt usume me, et naised on meestest jutukamad. Kuid kas see ikka on nii? Uurijad on üsna põhjalikult meeste ja naiste jutukust analüüsinud (Leaper & Ayres 2007: 353–354). Ilmneb, et mehed on jutukamad sellistes olukordades, kus neilt eeldatakse mingi otsuse langetamist. Põhjuseks võib olla asjaolu, et mehi on kasvatatud selles vai-

mus, et nemad peavad vastutama, mistõttu ongi nad sellistes olukordades jutukamad. Tavasuhtluses ja eriti siis, kui räägitakse iseendast, on aga jutukamad naised. Kuigi üldiselt on meeste ja naiste kõnepruuk võrdlemisi sarnane, kasutavad mehed siiski veidi enam kehtestavat kõnepruuki, naised aga afilitatiivset (ühendavat) kõnepruuki.

Kõige suuremad erinevused leiti jutujärje ülevõtmises, oma seisukohtade esitamises ja jutu kestuses. Kaudselt peegeldavad need tunnused inimeste võimu. Räägivad ju võimu omavad inimesed tavaliselt enam ja kauem kui nende alluvad. Naised edestasid mehi üldises järje ülevõtmiste arvus. Ilmselt järgivad naised täpsemalt seda, et üks inimene liiga kaua ei räägiks.

Naised toetasid teisi verbaalselt enam ning ilmutasid jutus ka teiste aktiivset mõistmist. Need käitumised viitavad ühelt poolt teisega seotusele, teisalt on aga tegemist enesekehtestamisega. Seega kehtestavad naised end lihtsalt veidi teisel viisil. Nõustumise ja tänusõnade ütlemise osas aga soolisi erinevusi ei ilmnenud.

Meeste jaoks on suhtlemine sageli seotud mingite ülesannete või probleemide lahendamise, seetõttu on nende jutus sagedamini soovitusi ja nõuandeid. Naised teevad aga meestest enam kriitilisi märkusi. Sama nähtus tuleb ilmsiks ka abieludes – naised kurdavad ja kritiseerivad; mehed, tajudes, et ülesannet ei saa edukalt lahendada, kipuvad eemale või endasse tõmbuma. Mehed on üldiselt jutukamad siis, kui neil on mitu vestluskaaslast, kelle hulgas on nii mehi kui naisi (Campbell & Ayres 2007: 353–354).

Kuidas me end väljendame?

Sõnad võivad omandada erineva tähenduse sõltuvalt sellest, kuidas neid välja öeldakse. Seda mitteverbaalse kommunikatsiooni valdkonda, mis tegeleb hääldamise ja sõnade väljaütlemisega, nimetatakse **prosoodiaks**. Selles on omakorda eristatavad viis erinevat aspekti. Öeldu tajumist võib mõjutada nii kõne tempo, pausid, hääle eripärad kui ka intonatsioon ja vaikus. Huvitaval kombel on nendel aspektidel sõnumi mõistmisel kohati olulisemgi mõju kui sõnadel endil.

Kultuuridevahelises suhtluses mängivad need aspektid erilist rolli siis, kui suhtlevad erinevat tüüpi kommunikatsioonistiilide esindajad. Tugeva ja nõrga kontekstiga kommunikatsiooni erinevused tõi välja Edward T. Hall (1983), võttes eristamise aluseks selle, millises ulatuses kasutavad vestlejad konkreetse kõne kõrval oma sõnumi edastamiseks teisi faktoreid. Tugeva kontekstiga kultuuride esindajateks on aasia kultuurid, Kreeka ja Hispaania. Hille Pajupuu (1996) paigutab siia ka Soome. Nõrga kontekstiga kultuuride esindajateks on USA, Saksamaa, Skandinaavia, Šveits ja ka Eesti. Seega sarnaneb meie kommunikatsioon oma olemuselt enam sellele, kuidas suheldakse näiteks USA-s kui sellele, kuidas suheldakse Soomes. Seega on Hille Pajupuu (1996) arvates eesti ja soome kultuurid *sedavõrd erinevad, et üksteise mõistmiseks jääb keelesugulusest väheks*. Järgnevalt vaatamegi, kuidas need erinevused prosoodia erinevate alaosade lõikes ilmnevad.

Kõne tempo

Eestlaste kõnelemise kiirus sõltub paljuski situatsioonist. Nii on näiteks Hille Pajupuu leidnud, et raadiovestlustes on keskmiseks kõnekiiruseks 158 sõna minutis, ametlikus situatsioonis räägitakse minuti jooksul 120 sõna, argivestlus toimub aga oluliselt kiiremini, siin räägitakse keskmiselt juba 180 sõna minutis (Hennoste 2000: 1139). Soomlaste rääkimiskiirus on erinevate uurijate hinnanguil 70–140 sõna minutis, ameeriklastel 125–150 sõna ja inglastel 150–190 sõna minutis (Pajupuu 1996). Kui inimene on oma kõne varem ette valmistanud, siis hoitakse selle esitamise ajal kõne tempot. Vaba vestluse korral võib kõne kiirus üsna suures ulatuses muutuda. Kui jutt on varem valmis mõeldud või ei pea inimene seda eriti oluliseks, siis üritatakse teksti esitada kiiremini. Olulist juttu räägitakse aga aeglasemalt. Aega läheb ka siis, kui me alles otsime õigeid sõnu, mida öelda.

Inimese võime sõnumist aru saada ehk siis tema mõtlemiskiirus on aga oluliselt suurem (ligemale 400–800 sõna minutis). Samas võib see mõtlemiskiirus olla kohati ka takistuseks kõne mõistmisel. Näiteks on raske mõista kõnet, kui see on aeglasem kui 125 sõna minutis. Aeglase kõne ja pikkade pauside korral kiputakse sinna omapoolseid mõtteid vahele panema ja seetõttu muutub esineja jutt raskesti jälgitavaks. Väga kiiresti räägitavat juttu (näiteks 250–275 sõna minutis) on raske jälgida, ehkki inimene on võimeline sellist infot töötleva. Seda kinnitab ka lugemise tempo, mis kõigub 200–400 sõna vahel minutis (Hennoste 2000: 1139). Huvitaval kombel on soomlaste keskmiseks lugemiskiiruseks loetud 185 sõna minutis (Nissinen & Vuotikainen 1979), seega soomlased ka loevad aeglasemalt kui eestlased.

Pausid

Inimese jutt on tavaliselt väga katkendlik ja fragmentaarne ning täis pause. Enamikel juhtudel on pausid grammatiliselt õigel kohal – näiteks lause lõpetamisel, enne küsimusi ning täpsustavaid konstruktsioone. Kuid inimesed kasutavad pause ka fraaside keskel, korduvsõnadega vahel ning lausete struktuuri rikkumise korral. Pausid võivad olla nii täidetud kui ka tühjad. Näiteks võidakse pause täita mitmesuguste vokaalidega (*eee*) või siis parasiitsõnadega (*nii, kule, onju, eksju, misasi* jne). Võimalik, et nii hoitakse sõnajärg endale, vältides partneri poolt järje ülevõtmist. Sagedamini kasutavad sellist kõnepruuki mehed. Jutu sees olevad pausid on eestlastel harva üle ühe sekundi pikad, jutu lõpupausid on nendest aga ligi kaks korda pikemad (Hennoste 2000).

Võrreldes eestlastega on soomlaste pausid oluliselt pikemad. Kui soomlane alustab juttu ning teeb oma läbimõeldud jutus lausete vahel pausi, võib eestlane tajuda, et soomlane on oma jutu lõpetanud ning alustab oma kõnevooru. Kui eestlane on jutu kiiresti ära rääkinud, jätkab soomlane eestlase suureks üllatuseks juttu sealt, kus ta enne pooleli jäi. Kui ühe arvates on teine rumal, siis teise arvates on teine kasvatamatu. Kui mõlemad jäävad oma kultuuri kõnenormidele kindlaks, siis kogemuse kordudes ongi stereotüüpidele alus pandud.



Jutuajamise sujumine tekitab tunde, et asjad kulgevad hästi. Pausid tekitavad aga ärevustunnet.

Liiga pikaks venivad pausid võivad vestlejalatel tekitada ärevustunnet ja võimendada nende negatiivseid emotsioone (Koudenburg *et al.* 2011).

Vestluse sujumine tekitab inimeses positiivseid emotsioone. Vestluse käigus sünkroniseeritakse oma käitumist vestluskaaslasega, see omakorda aitab luua vaimset seost teisega ning ka ühtekuuluvustunnet. Jutuajamiste sujumine tekitab tunde, et asjad kulgevad hästi ning et inimene omab mingit kontrolli vestluse kulgemise üle. Kui aga vestluses tekib katkestus, kui vestlus ei suju, siis põhjustab see inimestes ärevust, võib tekkida tunne, et olukorda ei kontrollita või teine ei taha minuga suhelda. Hollandi uurijad (Koudenburg *et al.* 2011) leidsid, et ka lühiajaline paus (olgu see või neli sekundit) võib neid tundeid tekitada. Seega ootavad inimesed vestluse sujuvat kulgemist, pikkade pausidega jutuajamine ei ole eriti meeldiv.

Hääl

Kahte täpselt ühesugust häält olemas ei ole, küll aga võivad hääled sarnaneda. Seetõttu võime me hääle järgi teise inimese võrdlemisi hästi ära tunda. Raskused tekivad aga siis, kui inimene oma häält moonutab. Hääl ütleb inimese kohta palju – annab teavet tema isiksuse ja staatuse ning emotsionaalse seisundi kohta.

Häälel on teatud omadused, mis muudavad selle meeldivaks. Meeldiva häälega inimesele omistatakse ka paljusid positiivseid iseloomuomadusi nagu avatus, meeldivus, tugevus ja ausus. Sellisele häälele on omane kõlavus, vähene monotoonsus, meeste

puhul on tegemist madala häälega ning keskmised näitajad on sellisel häälel kõrguse, diapasooni, tugevuse ja pehmuse osas. Läbi nina rääkimist hinnatakse aga negatiivselt.

Uurijad on üritanud perfektse hääle saladuste jälile saada. Suurbritannia Sheffieldi ülikooli lingvist Andrew Linn ja heliinsener Shannon Harris palusid inimestel hinnata 50 häält nende meeldivuse alusel. Töö tellijaks oli Post Office Telecoms (Formula 'Secret of Perfect Voice' 2008). Nad leidsid, et ideaalse häälega kõnes peaks olema mitte enam kui 164 sõna minutis ning lausete vahel peaks olema 0,48sekundiline paus. Lausete intonatsioon peaks olema langev, mitte tõusev. Kõige meeldivamateks ja ideaalsemateks hinnati sügavaid ja pisut karedaid hääli.

Inimesed üldiselt muudavad oma kõnepruuki sõltuvalt sellest, kellega nad kõnelevad. Näiteks kasutatakse imikutega rääkimisel kõnepruuki, mida nimetatakse *baby-talk*'iks, kus rääkimist iseloomustab kõrge toon, laulvus, aeglane tempo, rütmilisus, kordused ja süntaksi lihtsus. Ka imikutele meeldib selline jutt, see tõmbab tähelepanu, toetab keelelist arengut, aitab luua emotsionaalset kontakti ja selgitada sõnumi mõtet.

Teist inimest kuulates suudetakse üsna täpselt ära arvata seda, kellega räägitakse. Ja seda mitte ainult imikute puhul. Näiteks paluti kuulajatel (neid oli kokku 80) hinnata seda, kellega inimene 20sekundilise telefonivestluse klipi ajal rääkis, kas armastatu või sõbraga. Ehkki kuuldi vaid ühe osapoole juttu, piisas sellest lühikesest ajast vestluskaaslase kindlakstegemiseks. Huvitaval kombel muutus naiste hääle armastatuga kõneledes madalamaks, meeste hääle aga kõrgemaks (võrreldes sõpradega rääkimisega). Võimalik, et vestluse ajal peegeldati partneri käitumist (Farley *et al.* 2013).

Hääle kannab endas ka informatsiooni inimese kui võimaliku partneri kohta. Eriti oluliselt loetakse hääles peituvat informatsiooni pimedal ajal, olukorras, kus muud infot käepärast ei ole. Naised eelistavad üldiselt madalama häälega mehi, pidades kõrgete hääletega mehi vähem meeldivateks. Meestel, kellel on meeldiv hääle, on sageli ka meeldiv nägu. Maskuliinne hääle meeldib naistele eriti siis, kui ollakse menstruatsioonitsükli fertiilses faasis, samuti eelistatakse sellist häälet lühiajaliste suhete puhul (Puts 2005). Mehe hääle meeldivus on seotud ka tema seksuaalpartnerite arvuga – mida meeldivam hääle, seda enam on olnud seksuaalpartnereid (Simmons *et al.* 2011).

Meestele meeldivam enam kõrgema häälega naised. Naiste hääle muutub menstruaaltsükli jooksul, olles kõige meeldivam ajal, kui naine on tsükli fertiilses faasis (Pipitone & Gallup 2008). Kui meestele meeldivam üldiselt enam kõrgema häälega naised, siis seksikana mõjub neile eelkõige madalam hääle. Mingis mõttes läheb naiselikult kõrge hääle siin seksika madalama häälega vastuollu.

Olles koos veetleva partneriga, muudavad inimesed oma hääletooni alateadlikult madalamaks. Eriti kasulikuks osutub selline muutus olukorras, kus muud flirtimisel kasutatavad kehakeele sõnumid ei toimi, näiteks telefonivestluste puhul. Seega kasutatakse hääle madaldamist eelkõige olukordades, kus muid flirtimise võimalusi eriti kasutada ei saa. Häälet madaldavad alateadlikult nii naised kui mehed. Naiste hääle muutub kähedamaks ja madalamaks, selline – kähe, kergelt hingeldav ja madal – on ka stereotüüpne arusaam seksikast naisehäälest.

Kuidas seda siis uuriti? Uurijad palusid tudengitel vaadata inimese fotot ja seejärel jätta pildil kujutatud isiku telefoni häälsõnum. Mida veetlevamaks pildil kujutatud isikut

peeti, seda madalama häälega sõnum sisse loeti. Häält madaldasid nii mehed kui naised. Lisaks oli meeldivama isiku puhul teate jätja füsioloogilise erutuse tase kõrgem (Hughes *et al.* 2010). Suhtlemisse toob see kaasa ühe väga huvitava nüansi. Kui vestluskaaslane meile väga meeldib ja meis seksuaalseid kujutelmi äratav, siis kaasnevad sellega ka muutused meie hääles. Me ei pruugi nendest üldse teadlikud olla. Kui vestluskaaslane tajub seda muutust ning veetus on vastastikune, siis muutub ka tema hääl veetlevamaks ja võrgutavamaks. Seega annavad nii mehed kui naised hääle madalamaks muutmisega märku oma romantilisest ja seksuaalsest huvist teise suhtes.

Stressiolukorras muutub inimeste hääl kõrgemaks, omandades seetõttu ebaloomuliku kõla. Põhjuseks on asjaolu, et sellises olukorras muutub hingamine katkendlikuks, mis survestab hääle loomulikku kõla. Kuulajatele võib see mõjuda ebameeldivald.

Intonatsioon

Olulist rolli mängib suhtlemisel ka intonatsioon. Sellega antakse esmalt märku oma suhtumisest vestluskaaslasesse – on see heatahtlik või üleolev. Kuid nii peegeldatakse ka suhtumist edastatavasse sõnumisse. On leitud, et kui sõnumis peituv verbaalne informatsioon on positiivne, kuid see edastatakse negatiivse intonatsiooniga, siis tajutakse kogu sõnumit negatiivsena. Intonatsiooni abil võib muuta ka teatud afektiivsete reaktsioonide tähendust. Nii võivad need olenevalt intonatsioonist ja kontekstist väljendada erinevaid tundeid, näiteks sõnaga *ah* võib väljendada nii kahetsust, üllatust, naudingut, kurbust, tühimust, valu, vaimustust kui rahulolematust (Hennoste 2000).

Intonatsiooni abil on võimalik väljendada ka emotsioone ja irooniat. Eestlaste eneseironia on tuntud, samas võõrastele kohati arusaamatu (Bird, Öpik & Mustmaa 2010).

Vaikus

Kõige suuremaks sarnasuseks eestlaste ja soomlaste kõnekäitumises hindab Pajupuu (1996) suhtumist vaikusesse. Mõlemas kultuuris talutakse vaikust hästi.

Samas on just soomlased need, keda tuntakse nende vaikimise poolest. Iseloomuliku näite selle kohta on toonud Vesa Niinikangas (1992). 1975. aastal viibis ta koos oma sõbraga Budapestis türgi saunas. Lisaks neile oli seal veel kolmaski inimene. Kõik vaikusid. Ootamatult patsutas kolmas mees talle õlale ja teatas: „*Perkele*, te olete soomlased.“ Selgus, et ta oli 1930. aastatel meremehena Soomes käinud. See, mille alusel ta aru sai, et tegemist on soomlastega, oli vaikimine. Nii vaikivad ainult soomlased.

Eestlased taluvad vaikust, kuid see on pigem negatiivse viisakuse ilming. Kui teine ikka tahab omaette olla, siis teda ei segata. Vaikimist ei aktsepteerita aga vestluse ajal. Vestluses tuleb suu avada ja omi mõtteid väljendada. Inimese arukust hinnatakse eelkõige tema jutuhõljal.