MỘT SỐ QUY TẮC GIAO TIẾP QUA CỬ CHỈ TRONG VĂN HÓA ANH

ĐỖ THỊ MỸ DUNG
Trường Đại học Hải Phòng

Nhận bài ngày 08/4/2025. Sửa chữa xong 15/4/2025. Duyệt đăng 21/4/2025.

Abstract

Body language gestures are as effective in conveying messages as verbal communication. Besides general international rules, each culture has its own distinctive body language norms. Britain is often noted for its politeness and adherence to strict communication etiquette, especially in non-verbal interactions. This article presents key cultural features in British body language communication. Understanding and mastering these rules will help individuals become more confident and win others' sympathy when communicating, particularly with British people.

Keywords: *Body language, eye contact, culture, Britain, handshake, hug.*

1. Đặt vấn đề

Cách giao tiếp thông qua ngôn ngữ cơ thể có hiệu quả truyền tải thông điệp rất lớn và quan trọng không kém gì so với việc giao tiếp qua ngôn ngữ. Ngoài các quy tắc chung, ở mỗi nền văn hóa khác nhau sẽ có những quy tắc giao tiếp qua cử chỉ khác nhau. Người Anh thường được cho là lạnh lùng, thiếu nhiệt tình hoặc không thể hiện tình cảm thân mật rõ ràng. Nhưng trong thực tế, người nước ngoài thường ngạc nhiên trước số lượng những cái nắm tay, ôm, âu yếm, hôn nhau, v.v. mà họ nhìn thấy trên đường phố London [2, tr. 97-111]. Vậy có đúng là chúng ta đã thật hiểu về văn hóa giao tiếp của Anh, nhất là văn hóa giao tiếp qua ngôn ngữ cơ thể của họ không? Bài báo này sẽ đưa ra một số nét văn hóa trong quy tắc giao tiếp ngôn ngữ cơ thể của người Anh. Việc hiểu biết và nắm vững những quy tắc này sẽ giúp cho chúng ta trở nên tự tin và có được cảm tình của người khác khi giao tiếp, đặc biệt là khi giao tiếp với người Anh.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Bắt tay

2.1.1. Tình huống

Người Anh thường chỉ bắt tay khi gặp ai đó lần đầu tiên hoặc gặp lại ai đó sau một thời gian dài, kèm theo câu nói "Rất vui được gặp bạn", "Đã lâu không gặp" hoặc "Thật vui khi được gặp lại bạn". Trong các tình huống khác, chẳng hạn như cuộc gặp lần thứ hai vào ngay ngày hôm sau, chỉ cần nhướng mày và giơ tay lên để làm cử chỉ "Xin chào" thường sẽ phù hợp hơn. Cách này cũng được áp dụng trong những mối quan hệ thân mật hoặc khi gặp một nhóm đông người. Bởi lúc đó việc bắt tay có thể trở nên khách sáo hoặc mất quá nhiều thời gian.

Mọi người cũng thường bắt tay khi thống nhất đi đến ký kết một thỏa thuận (trong khi nói "Tuyệt vời, tôi có thể bắt tay vào việc đó", "Tôi nghĩ chúng ta có thể đi đến thống nhất một thỏa thuận", v.v.), và khi kết thúc những cuộc họp thành công như vậy (nói điều gì đó như " Cảm ơn, điều đó rất hiệu quả", "Rất vui được hợp tác lần này").

Cũng có những lúc việc bắt tay được thực hiện khi chia tay và nói lời tạm biệt. Nhưng với những

Email: dungdtm76@dhhp.edu.vn

nhóm đông người hoặc với những người mà họ thường xuyên gặp gỡ thì người Anh thường không bắt tay.

2.1.2. Khoảng cách

Ở những quốc gia có văn hóa bắt tay nói chung, những người sống ở khu vực nông thôn thường có thói quen bắt tay với tư thế đứng khá xa nhau. Điều này có nghĩa là bạn phải duỗi tay ra và nghiêng người về phía trước một chút để có thể bắt tay. Cách thức này cũng tương tự ở Anh. Nhưng ở Anh, ngay cả người dân ở các thành phố lớn cũng có xu hướng đứng khá xa nhau khi bắt tay với tư thế cơ thể nghiêng về phía trước như vậy.

2.1.3. Thời gian

Một cái bắt tay kiểu Anh diễn ra khá nhanh, với khoảng ba nhịp lắc nhẹ lên xuống. Cũng có những lúc có thể nhanh hơn, thậm chí có thể chỉ là một cái bắt tay với một nhịp lên xuống, chẳng hạn khi gặp một nhóm đông người hoặc khi bắt tay lại vào cuối cuộc họp. Nói chung, đối với người Anh, bắt tay nhanh thì phù hợp và lịch sự hơn là bắt tay quá lâu. Trên thực tế, nếu một người bắt tay quá lâu hoặc nhịp lắc lên xuống với biên độ quá xa sẽ thể hiện bạn là người thiếu kỹ năng giao tiếp. Những nhân vật trong các bộ phim hài của Anh cũng thường thể hiện điều này để gây cười.

2.1.4. Lực

Bên cạnh khoảng cách và thời gian thì lực sử dụng trong khi bắt tay cũng rất quan trọng. Khi bạn bắt tay với một lực quá nhẹ hoặc quá mạnh đều có thể đem lại cảm giác thiếu thiện cảm cho người bắt tay với mình. Người Anh cảm thấy những cái bắt tay của người Mỹ quá mạnh, đôi khi họ coi đây là dấu hiệu của sự gây hấn hoặc quá nhiều tham vọng của đối phương. Những cái bắt tay của người Mỹ có thể được hiểu như những ngụ ý: "Tôi sẽ dìm ông trong cuộc đàm phán này" hoặc "Cảm ơn sếp, nhưng tôi sẽ cho ông biết tay tôi". Người dân ở những quốc gia không có thói quen bắt tay thường có xu hướng bắt tay quá yếu. Người ta gọi đó là kiểu bắt tay "cá ướt" vì nó gợi cảm giác giống như đang cầm hải sản sống. Kiểu bắt tay này có thể được hiểu là dấu hiệu của sự yếu đuối, không đáng tin cậy hoặc thiếu tham vọng.

2.1.5. Tiếp xúc

Người Anh thường tránh bất kỳ sự tiếp xúc cơ thể nào khác trong khi bắt tay, đặc biệt không sử dụng tay trái. Ví dụ, việc ôm và bắt tay cùng lúc là rất hiếm ở Anh. Ở Anh, nắm lấy cánh tay của người khác bằng tay kia trong khi bắt tay có nghĩa là "Thật vinh dự được gặp bạn" hoặc "Tôi mãi mãi mắc nợ bạn" và chỉ được sử dụng trong những tình huống như ai đó là bạn thân của bạn hoặc là ân nhân. Người Anh cũng rất hiếm khi nắm vai người khác khi bắt tay, chỉ khi có ý hỏi "Bạn có ổn không?", chẳng hạn như khi người thân của họ qua đời. Đối với đa số người Anh, đây là điều khó chấp nhận nhất về cái bắt tay của người Mỹ, vì người Anh thấy việc tiếp xúc cơ thể quá mức là không thoải mái và cảm thấy rằng việc thể hiện sự thân mật quá nhiều khi nó không thực sự phù hợp với hoàn cảnh hoặc cảm xúc thực của bạn là không thành thật. Việc nắm tay người khác bằng cả hai tay không phổ biến ở cả Anh và Mỹ.

2.1.6. Tay phải

Có lẽ để việc bắt tay được thuận chiều hơn, người Anh thường bắt tay bằng tay phải. Họ chỉ bắt tay bằng tay trái nếu thực sự không thể sử dụng tay phải, chẳng hạn như tay phải bị dính bẩn hoặc bị thương. Trong các tình huống khác, họ thường yêu cầu người kia chờ họ thu xếp để có thể sẵn sàng bắt tay bằng tay phải, ("Đợi một chút để tôi rửa tay", "Đợi tôi cất cái này đi đã",...).

Tóm lại, có một số điều cần tránh trong quy tắc bắt tay của người Anh. Những điều dưới đây được sắp xếp theo thứ tự về mức độ thiếu lịch sự từ cao đến thấp.

- Bắt tay quá yếu ("cá ướt");
- Nắm tay, cánh tay hoặc vai người khác bằng tay trái khi bắt tay với họ;
- Lắc quá lâu;

- Lắc lên xuống với biên độ quá xa;
- Bắt tay quá mạnh;
- Bắt tay bằng tay trái;
- Đứng quá gần khi bắt tay.

Nếu đang làm việc với người Anh trong môi trường kinh doanh nói riêng hoặc giao tiếp với người Anh nói riêng, chắc hẳn những người nước ngoài cần phải để ý đến những quy tắc này. [3, 102-120]

2.2. Nắm tay

Nắm tay là cử chỉ thân thiết tưởng như tất cả các mối quan hệ thân quen đều có thể sử dụng được. Tuy nhiên, ở Anh có những quy tắc khác biệt với các quy tắc chung. Ngoài chồng, vợ, bạn trai, bạn gái, người duy nhất mà người Anh có thể nắm tay là một đứa trẻ nhỏ. Không giống như ở một số quốc gia khác, các thành viên trong gia đình và bạn bè ở Anh rất hiếm khi nắm tay hoặc khoác tay nhau, v.v. Ngoại lệ duy nhất là nếu ai đó cần được giúp đỡ khi đi bộ trên phố vì họ đã già hoặc có vấn đề về thị lực, sức khoẻ, khuyết tật v.v. Trẻ em ở Anh cũng từ chối việc nắm tay ở độ tuổi sớm hơn so với ở một số quốc gia khác. Ngay từ khi còn rất nhỏ các em bé đã được rèn luyện thói quen độc lập và làm quen với các quy tắc giao tiếp. Vì vậy, việc cha mẹ vẫn còn nắm tay một đứa trẻ 11 tuổi có thể sẽ là hình ảnh lạ lùng trên phố đối với người Anh.

2.3. Nụ hôn

Nụ hôn là cử chỉ có thể được xếp vào nhóm những cử chỉ có tính thân mật nhất. Ở bất kỳ nền văn hoá nào, nụ hôn bao giờ cũng là biểu tượng của tình yêu. Tuỳ thuộc vào vị trí nụ hôn đặt ở đâu để có thể phân biệt được mối quan hệ cũng như dạng tình cảm mà người ta dành cho nhau.

2.3.1. Hôn môi

Hình ảnh các cặp đôi yêu nhau (thường là các bạn trẻ) thể hiện cử chỉ thân mật ở nơi công cộng rất phổ biến những thành phố trung tâm tại Anh. Với người yêu, một nụ hôn lên môi khi gặp nhau hoặc nói lời tạm biệt, nắm tay, ôm eo hoặc vai khi đang đi, đặt tay qua vai khi ngồi cạnh nhau trên ghế sofa, v.v. là điều hết sức tự nhiên ở Anh. Tuy nhiên, hôn lên môi chỉ đặc biệt giới hạn trong những mối quan hệ hai người yêu nhau. Việc hôn nửa kia ở nơi công cộng là điều rất bình thường, đặc biệt là khi chào và tạm biệt. Thậm chí, nếu không có ai quen biết ở xung quanh, nụ hôn có thể khá dài và nồng nhiệt mà không bị bình luận hay có những ánh nhìn hiếu kỳ.

2.3.2. Hôn má

Hôn má thể hiện tình yêu rộng hơn và dùng được cho nhiều mối quan hệ khác. Các em bé thường cũng chỉ được hôn lên má. Các thành viên khác trong gia đình cũng có thể hôn lên má nhau, đặc biệt là trong khi ôm, hoặc sau một thời gian dài không gặp nhau. Nụ hôn trên cả hai má không phổ biến lắm và thường chỉ giới hạn ở những nhóm người cụ thể như một số nhóm bạn, thường là những người làm trong các ngành sáng tạo như thời trang, nghệ thuật... "Hôn gió" - hôn cả hai má ai đó nhưng không thực sự tiếp xúc với má họ khi bạn tạo ra tiếng hôn- và hôn má giữa nam giới thậm chí còn bị hạn chế hơn, nhưng đôi khi cũng vẫn được sử dụng.

2.4. Ôm

Ôm là cử chỉ phổ biến ở hầu khắp mọi nơi trên thế giới. Nó được coi là một cách thể hiện tình cảm dễ thực hiện và dễ cảm nhận nhất. Tuy nhiên, những quy tắc liên quan đến cái ôm khá cầu kỳ, chỉ một chút thay đổi về lực, về sự tiếp xúc và các cử chỉ kèm theo trong lúc ôm cũng có thể có những ý nghĩa khác nhau. Đối với người Anh, ôm nhau là cử chỉ được sử dụng nhiều hơn nhiều hơn so với hôn má. Đôi khi trong các tình huống tại văn phòng như ngày làm việc cuối cùng của đồng nghiệp, hoặc đồng nghiệp vừa mới về sau đợt công tác xa… Ôm cũng là sự tiếp xúc cơ thể duy nhất giữa người đàn ông và cha của họ. Tuy nhiên, một cái ôm siết chặt, mạnh mẽ thường dành riêng cho những người vừa trải qua nguy hiểm, những người mà bạn tưởng rằng sẽ không bao giờ gặp lại, v.v. Thay vào đó, một cái ôm

kiểu Anh thông thường có xu hướng khá ngắn và nhẹ, phần trước cơ thể của họ không hề chạm vào nhau và có thể kèm theo một vài cái vỗ nhẹ vào lưng. Người nước ngoài có thể ôm kiểu Anh và vỗ nhẹ như thế này để tỏ rõ sự thân mật, nhưng thông thường không nên thực hiện theo cách đó.

2.5. Va chạm cơ thể

Ngoại trừ việc bắt tay là phổ biến ở Anh, quy tắc chung khi tiếp xúc với người lạ ở Anh là "tuyệt đối tránh mọi tiếp xúc cơ thể". Điều này quan trọng ngang với những điều cấm kỵ khác của người Anh như không nói chuyện với người lạ. Ví dụ rõ ràng nhất về điều này là khi ở trên tàu, nơi việc tiếp xúc cơ thể với mọi người khi chen lấn lên hoặc xuống tàu là khó có thể tránh khỏi, vậy nhưng đây là điều tuyệt đối nên tránh. Thậm chí điều này có thể gây ra những phản ứng bực tức hoặc thậm chí hung hăng gây gổ dẫn tới bạo lực. Thay vào đó, khi muốn len qua người khác lúc lên xuống tàu bạn nên xin lỗi thật lịch sự và hỏi "Tôi có thể đi qua được không?". Hoặc thậm chí bạn phải đợi chuyến tàu hoặc ga tiếp theo nếu cảm thấy bất tiện khi phải len qua nhiều người.

Sự va chạm tiếp xúc cũng có thể bị cấm kỵ đối với ngay cả những người bạn quen biết, đặc biệt là trong các môi trường có quy tắc như trường học và công sở. Tiếp xúc cơ thể đã được coi là bất hợp pháp ở các trường học ở Anh từ lâu, nhưng điều này ngày càng trở thành một quy tắc nghiêm ngặt hơn bao giờ hết, giáo viên không chạm vào trẻ em và đôi khi cả trẻ em cũng không chạm vào nhau. Trong khi việc va chạm được cho là bình thường ở Mỹ, thì ở Anh, ngay cả hai đứa trẻ vui vẻ chơi trò chơi đánh nhau cũng thường sẽ bị nhà trường phạt. Trong những tình huống này, ngay cả giáo viên cũng không dám kéo hai đứa trẻ đang đánh nhau ra xa nhau, vì cha mẹ của bọn trẻ có nhiều khả năng sẽ dọa kiện giáo viên thay vì xin lỗi về hành vi của con mình. Điều tương tự cũng ngày càng được áp dụng đối với những tương tác thân mật hơn giữa giáo viên và trẻ em, Việc ôm một đứa trẻ đang khóc, những đứa trẻ ngồi trong lòng giáo viên, giáo viên vuốt ve vỗ về đứa trẻ v.v., ngày càng bị phản đối.

Ngoại trừ việc bắt tay, ôm tạm biệt trong ngày chia tay quan trọng và thỉnh thoảng vỗ nhẹ vào lưng hoặc vai, các đồng nghiệp cũng có xu hướng rất ít hoặc không có sự tiếp xúc cơ thể. Một cái vỗ nhẹ vào mông gần như chắc chắn sẽ bị coi là hành vi khiêu khích tình dục và có thể là nguyên nhân dẫn đến những khiếu nại về hành vi quấy rối tình dục. Việc này không chỉ bất tiện khi người đàn ông làm điều đó với phụ nữ. Trên thực tế, bạn thậm chí có thể phải hết sức cẩn thận ngay cả với người cùng giới hoặc đến cả việc giúp đỡ một đồng nghiệp bị ngã, vì đó cũng có thể bị coi là quấy rối tình dục.

Tuy nhiên, sự tiếp xúc cơ thể, thậm chí vỗ nhẹ vào mông lại được coi là bình thường trong thể thao, đặc biệt là bóng bầu dục. Vì vậy những nơi làm việc có nhiều người chơi thể thao cùng nhau hoặc có nền tảng chung về thể thao sẽ có sự cởi mở hơn các quy tắc chung ở trên. Điều này cũng có thể xảy ra ở những nơi làm việc có nhân viên chủ yếu là một giới, nam hoặc nữ [3, tr.65-90].

2.6. Tư thế đứng và ngồi

2.6.1. Nơi công sở

Thông thường, ở nhiều quốc gia mọi người được rèn cách đứng và ngồi thẳng thớm nghiêm chỉnh, không nên ngồi thõng vai như thói quen của người Mỹ. Nhưng phong cách đứng và ngồi thông thường của người Anh hiện đại lại rất khác biệt bởi sự tự do và có phần thiếu nghiêm ngắn của họ. Ví dụ, đút tay vào túi, ngồi cong cột sống, ngồi ngả lưng ra phía sau, ngồi trên mép bàn khi thuyết trình hoặc chùng một gối khi đứng sao cho một bên hông hạ xuống và cơ thể nghiêng sang một bên… đều là những cách rất phổ biến và hoàn toàn được chấp nhận ở Anh. Bạn còn có thể nhận được phản ứng tiêu cực nếu sử dụng ngôn ngữ cơ thể quá trang trọng hoặc quá tuân thủ theo nguyên tắc chung. Ví dụ, một người Nhật trong một công ty của Anh đang ngồi thẳng lưng hoặc đứng chắp tay trước mặt theo phong cách chụp ảnh trang trọng có thể không phù hợp, cần phải có tư thế thư giãn thoải mái hơn.

2.6.2. Trên tàu

Quy tắc ngồi khi ở trên tàu cũng có một số điểm tương đồng và khác biệt với việc đứng lên và di chuyển quanh tàu. Bạn nên cẩn thận để không va vào người bên cạnh khi họ đang gấp báo hoặc làm

việc gì đó v.v. Đặc biệt, việc ngủ gục trên vai họ là điều hoàn toàn không nên. Bạn cũng nên lưu ý không ngồi quá chiếm diện tích trên ghế và không ngồi cạnh ai đó khi vẫn còn chỗ trống khác. Tuy nhiên, việc đứng lên để tránh ngồi cạnh ai đó có thể bị coi là một sự xúc phạm, đặc biệt nó có thể bị coi là thành kiến đối với người khuyết tật, người dân tộc thiểu số, v.v. Nhanh chóng di chuyển sang chỗ ngồi khác khi thấy có chỗ trống mới cũng có thể bị coi là một hành vi xúc phạm đối với người đang ngồi cạnh bạn. Ngược lại, việc vẫn tiếp tục ngồi cạnh ai đó khi chuyến tàu đã vắng gần hết khách lại có thể bị coi là hơi kỳ lạ và có thể bị cho là có ý đồ không tốt [1, tr. 40-48].

2.7. Giao tiếp bằng mắt

Giao tiếp bằng mắt là ngôn ngữ giao tiếp khá tinh tế, nó có khả năng kết nối, định hình thái độ cũng như không khí buổi nói chuyện rất hiệu quả. Ngoài ra, giao tiếp bằng mắt còn giúp thể hiện sự tự tin cũng như tôn trọng người đối diện. Khi nói đến giao tiếp bằng mắt, người Anh cũng không theo hẳn các quy tắc chung với các nền văn hóa khác. Việc không giao tiếp bằng mắt hoặc giao tiếp bằng mắt quá nhiều đều đem lại cảm nhận không tốt. Với nhiều nơi ở Châu Á, bạn phải giữ giao tiếp bằng mắt khi xin lỗi, thậm chí giáo viên còn yêu cầu "Hãy nhìn tôi khi tôi đang nói chuyện với em" nếu học sinh nhìn xuống với vẻ tội lỗi. Tuy nhiên, ở Anh giao tiếp bằng mắt quá nhiều có thể bị coi là tỏ thái độ đáng sợ, hoặc ngược lại, tỏ ra quá say mê người khác. Người Anh thường giao tiếp bằng mắt trong khoảng thời gian ngắn hơn thông thường thường [3, 140-148]. Vì vậy, có nhiều người Anh cảm thấy hãnh diện khi người Nam Âu nhìn mình, trong khi trên thực tế, những người này chỉ đang giao tiếp bằng mắt với thời lượng và tần suất rất bình thường theo văn hóa của nước họ mà thôi.

3. Kết luận

Giao tiếp qua cử chỉ là một kênh giao tiếp rất quan trọng và được sử dụng song song với giao tiếp bằng ngôn ngữ ở tất cả các nền văn hóa. Hơn nữa, giao tiếp bằng cử chỉ là loại hình giao tiếp phản ánh rất chân thực nội tâm của con người, thậm chí nó còn hỗ trợ đắc lực cho ngôn ngữ nhằm truyền đạt nội dung giao tiếp trong cược sống, công việc và học tập. Tuy nhiên, sự khác biệt về các quy tắc giao tiếp qua cử chỉ ở những nền văn hóa khác nhau sẽ tạo nên sự hiểu lầm hoặc thậm chí xung đột nếu chúng ta không có sự hiểu biết về những điều này. Thậm chí ngay trong cùng một quốc gia, cùng là một cử chỉ, nhưng với độ tuổi khác nhau, mối quan hệ khác nhau, mức độ thân thiết khác nhau và tình huống khác nhau… cũng có những quy tắc khác nhau. Chính vì vậy, việc tìm hiểu và áp dụng đúng quy tắc giao tiếp là rất cần thiết và hữu ích. Ở Anh, giao tiếp qua cử chỉ rất phổ biến và có nhiều quy tắc khác biệt so với những nguyên tắc quốc tế chung. Việc tìm hiểu những quy tắc này và so sánh với những quy tắc mà chúng ta thường áp dụng sẽ đem lại một góc nhìn mới về sự đa dạng trong văn hóa Anh, giúp tăng thêm hứng thú và mong muốn khám phá nhiều hơn nữa về đất nước này.

Tài liệu tham khảo

[1] Clive Bloom (1993), *Literature and culture in modern Britain (Văn học và văn hóa Anh hiện đại),* Routledge.

[2] Morris, D. (1971), *Intimate behavior (Hành Vi Cư Xử Thân Mật),* Cape, London.

[3] Paul Norbury (2006), *Culture smart! Britain: A quick guide to customs and etiquette – Văn hóa lịch thiệp Anh: một số quy tắc truyền thống về phép lịch sự*, Kuperard.