



El Apretón de Mano

Cómo hacer una buena impresión antes de decir una palabra.

Por: MOIRA BEATON, DTM/ Traducido por: Javier Córdova Glez.

"Noventa por ciento de lo que pensamos de una persona se determina en los primeros 90 segundos de conocerla" - Anónimo

Una forma del apretón de manos se dice que se originó hace siglos como un brazo fuerte y apretón de manos para comprobar si la otra persona estaba armada. Se usaba como una forma de desalojar las armas escondidas en las mangas en la época medieval. Hoy en día, darse la mano se utiliza para saludar a los demás, felicitar a alguien o sellar un acuerdo - no para comprobar si hay armas.

En Toastmasters, a menudo nos damos la mano, no sólo como un saludo, sino también como una forma de ceder el control de la reunión al siguiente orador. Como Toastmaster

que he sido por más de 10 años, he dado muchas veces la mano. Muchos apretones de mano sobresalen – para bien o para mal. En esta última categoría, he experimentado "el pescado húmedo", "el triturador de huesos", "el dislocador".

El simple gesto de dar la mano transmite un mensaje, y puede dar o romper una primera impresión.

Dar o no dar la mano

En muchas culturas la gente no se da la mano. Si tienes la intención de visitar otro país, vale la pena averiguar la forma correcta de saludar a otros. En Japón, la gente se inclina. Con los talones juntos y las palmas sobre los muslos, tanto los hombres como las mujeres se inclinan por la cintura. Entre más profunda es la reverencia, más respeto se le muestra a la otra persona. Hay reglas estrictas asociadas a la reverencia, y, aunque de los extranjeros no se espera que sean expertos, un intento realizado en el protocolo generalmente es apreciado. Sin embargo, si estás de visita en un club Toastmasters en Japón, darse la mano es probablemente la norma.

Un buen apretón de manos - cuando las manos están alineadas, la presión de agarre es igual y se hace contacto visual - crea una impresión positiva.

"Normalmente no nos damos la mano en Japón cuando nos saludamos unos a otros, pero en los clubes Toastmasters sí nos estrechamos las manos, porque es la forma Toastmaster", dice Sumiko Futana, DTM, del Kitakyushu club en Fukuoka, Japón.

El Dr. Kevin Lee, ACS, CL, nació en Malasia y es mayor en el Cuerpo Médico del ejército británico. Su base está en el Reino Unido, viaja mucho al extranjero y ha visitado clubes Toastmasters en varios países. Lo que ha observado, las personas se dan la mano en los clubes Toastmasters incluso en países donde darse la mano no es un saludo común.

"Es una tradición Toastmaster", dice Lee, miembro de dos clubes en Escocia". Dar la mano se hace en todos los distritos del mundo".

El Estilo Toastmasters

Aunque dar la mano es una tradición Toastmasters, lo mejor es saber cómo los miembros de un club entregan el control de la reunión antes de asistir a ésta. Si no sabes, haz lo que se hace en la reunión. Y si todavía no estás seguro, deja que otros te ayuden, ya que un apretón de mano no deseado puede ser más embarazoso que no saludar.

Por ejemplo, en algunos clubes, especialmente durante la temporada de gripe, los miembros pueden saludarse chocando los codos, o los puños o haciendo una inclinación de cabeza para evitar la propagación de gérmenes. Y algunos miembros pueden tener razones religiosas para no darse las manos.

Sin embargo, cuando es bienvenido, un apretón de manos crea una breve conexión entre dos personas. Un buen apretón de manos - cuando las manos están alineados, la presión de agarre es igual y se hace contacto visual - crea una impresión positiva.

La Mejor Mano Adelante

Es importante, por tanto, prestar atención a tu apretón de manos, ya sea que ocurra en una reunión Toastmasters o en algún otro lugar. Estrechar las manos en las reuniones del club es una buena práctica para la vida fuera del club, como en las reuniones sociales y de negocios, donde las primeras impresiones pueden ser cruciales.

La próxima vez que asumas la función de Toastmaster de la reunión en tu club, se el primero en dar la bienvenida a los oradores, haz contacto visual, sonríe y entrega el control de la sesión con un buen apretón de manos. Harás una excelente primera impresión. T

MOIRA BEATON, DTM, es escritora independiente y coach de comunicación. Es miembro del Waverley club en Edimburgo, Escocia. Conoce más acerca de ella en moirabeaton.com.

Traducido del artículo, "The Handshake", Págs. 28 - 29, de la revista TOASTMASTER, FEBRUARY 2015.

Traducido por: Javier Córdova González, DTM. Miembro del Club Maz Líder, Mazatlán, Sin. dtmjcg@gmail.com

APRETONES DE MANOS INFAMES

¿Que constituye un mal apretón de manos? Expertos en lenguaje corporal Allan y Barbara Pease identifican algunos en el libro *The Definitive Book of Body Language*.



El Triturador de Huesos: Esta persona te agarra la mano y la aprieta con fuerza. Los músicos y los enfermos de artritis puede que quieran evitar dar la mano al triturador de huesos. El apretón de manos es doloroso y también puede dañar la mano.



Arremetida con el brazo rígido: Determinado para mantener a una persona a distancia, este saludador extenderá su brazo para sujetar tu mano, lo que impide que te acerques.



El Dislocador: A diferencia del de la arremetida con el brazo rígido, esta persona usa un apretón fuerte para jalarte a su espacio. A veces puedes sentir como si tu brazo se está separando de u hombro.



El Mango de la bomba: Este saludador demasiado entusiasmado te agarra la mano y la sacude enérgicamente hacia arriba y hacia abajo. A veces, esta persona la sostiene por mucho tiempo, sin saber cuándo parar.



El Pescado húmedo: Este apretón de manos flácido, húmedo y pegajoso puede indicar que la persona sufre de hiperhidrosis (el estado de salud de sudoración excesiva), o es extremadamente nervioso.