

## «Интересные факты об улыбке»

Наши предки обнажали зубы, стараясь отпугнуть врагов. Сегодня мы улыбаемся, потому что нам хорошо и комфортно. И чем шире улыбка, тем более радостной она кажется. У нас есть множество причин, чтобы улыбаться при каждой удобной возможности.

- ❑ Улыбка – выразительное движение мышц лица. Впервые человек начинает улыбаться еще в утробе матери.
- ❑ Улыбка – штука заразная. Если вы начнете улыбаться собеседнику, то, в большинстве случаев, он начнет улыбаться в ответ. Это происходит или из-за «эффекта хамелеона», когда человек непредумышленно копирует чужое поведение, или из-за эмпатического эффекта, когда вместе с улыбкой человек перенимает настроение собеседника.
- ❑ Американский психолог Пол Экман выделяет 18 типов улыбок.
- ❑ Настоящую искреннюю улыбку подделать невозможно. Искренняя улыбка поднимает уголки губ вверх, а обычная, которую вы контролируете, оттягивает их в стороны.
- ❑ Человек, который улыбается искренне, зачастую одновременно прищуривает глаза.
- ❑ Настоящую улыбку и поддельную контролируют разные участки мозга.



- Искренняя улыбка вызывает у человека подсознательное доверие к собеседнику.
- Искренняя улыбка длится, в среднем, 4 секунды.
- Улыбка работает в обе стороны. Если вам плохо – заставьте себя улыбнуться. Мозг запустит обратный процесс, в крови повысится содержание эндорфина и вам станет легче. 10. В английском языке есть термин «smize», который означает улыбку одними глазами. На самом деле улыбнуться исключительно глазами фактически невозможно.
- Улыбаться в два раза проще, чем хмуриться. Улыбка задействует всего 53 лицевые мышцы.
- Впервые научные исследования улыбок начались XIX веке. Французский ученый Гийом Дюшен де Булонь пропускал электрический ток через лица погибших людей, чтобы разобраться в работе мимических мышц. Искреннюю улыбку в научных исследованиях часто называют «улыбкой Дюшена».
- Специалисты Калифорнийского университета доказали, что младенцы улыбаются только тогда, когда есть шанс, что им улыбнутся в ответ.
- 14. В большинстве стран мира улыбка считается признаком доброжелательности.



- В США улыбка является жестом вежливости и далеко не всегда выражает искреннюю радость.
- У некоторых народов Меланезийского архипелага улыбка «с зубами» является признаком враждебности. Для них это не улыбка, а оскал.
- На Западе русских считают мрачной и неприветливой нацией. Но многие иностранцы, побывавшие в России, рассказывают, что русские умеют тепло и искренне улыбаться, но только друзьям и знакомым.
- В Японии и других восточных странах улыбка может означать победу над трудностями и крепость духа. В Японии, к примеру, могут улыбаться даже на похоронах. Тем самым человек подчеркнет, что он с мужеством переносит потерю
- Женщины улыбаются чаще мужчин.
- Улыбаясь, женщина кажется мужчине более привлекательной. А вот мужскую улыбку женщина может воспринять как угрозу.
- Люди, которые часто улыбаются и смеются, отличаются большим долголетием. Это связано с тем, что улыбка улучшает циркуляцию кислорода и артериальное давление.
- До сих пор ведутся споры, умеют ли животные улыбаться. Некоторые ученые утверждают, что улыбки зверей - всего лишь иллюзия, наш мозг сам дополняет увиденную картину, делая ее более понятной.

