

image not found or type unknown



Моя любовь к соционике и психологии появилась еще в детстве, в школьные времена. Уже тогда я начала замечать один интересный факт – все, о чем мы думаем, *всегда записывается на наших лицах*. Каждая дурная мысль становится *резцом или иглой для записи мыслей на лице*.

Иногда даже бывает и так, что лицо визуально *покрывается шрамами и ранами*, которые появляются впоследствии порочных мыслей, пропитанных ненавистью, гневом, ревностью и т.п. По характеру каждого из этих шрамов можно понять душевное состояние человека, диагностировать «болезнь» его души.

Издавна доказано, что душевное состояние можно узнать по глазам. «Глаза — *зеркало души*» — наши предки на протяжении многих веков говорили нам об этом, но теперь у науки есть основания полагать, что это — не просто красивые слова.

Недавно я наткнулась на одно интересное исследование в издании «*Psychological Science*», в котором было опубликовано исследование, рассматривающее возможность передачи информации, а именно — *эмоций*, с помощью взгляда. Сам факт общения посредством взгляда является открытием: все мы пользуемся этим каналом связи каждый день, *осознанно и бессознательно*. Однако исследование утверждает, что этот способ общения гораздо более древний и имеет свою историю и эволюцию. Если вы при просмотре кинофильма, поймав взгляд главного героя, ловили себя на том, что почувствовали то же, что и он, знайте: *это нормально*. Автор исследования Дэниел Ли утверждает, что взгляд может *не только выражать эмоцию, но и передавать ее*.

Ученые провели эксперимент, в ходе которого 28 добровольцев на протяжении 600 этапов пытались угадать эмоцию по глазам. Им показывали изображения глаз человека в отрыве от остальной части портрета. Люди, изображенные на фото, демонстрировали разные эмоции: злость, радость, печаль, грусть, страх и удивление. Задача участников эксперимента заключалась в том, чтобы *угадать эмоцию только по выражению глаз*. И знаете, что? Испытуемые почти всегда точно называли эмоцию. Неужели все они оказались экстрасенсами? Совсем нет. Просто, как выяснилось, глаза действительно могут выразить все эти эмоции.

Исследователи проанализировали результаты эксперимента и обнаружили, что существуют *определенные реакции зрачка и мимики*, передающие чувства

человека: ширина зрачка, расстояние от верхнего века до бровей, морщинки вокруг глаз — все это формирует *целую систему сигналов*. Довольно ожидаемо было и то, что мнения респондентов часто совпадали: фото, казавшееся выражением страха одному человеку, производило тот же эффект и на других участников эксперимента. Так, глаза, прищуренные определенным образом, вызывали ассоциации со злостью, ненавистью и агрессией. И наоборот: широко распахнутые глаза ассоциировались со страхом, удивлением и чувствительностью. Правда, все эти реакции очень тяжело уловить. Это тот случай, когда мы смотрим, но не видим: смотрим на собеседника, но не видим и не понимаем его чувств и эмоций.

Исходя из слов Дэниела Ли, человеческая мимика очень разнообразна. Помимо всех мышц лица, которые участвуют в передаче эмоций, существует, по крайней мере, около 1016 различных мимических комбинаций, с помощью которых человек выражает эмоции. А это значит, что вероятность появления конкретной комбинации на лице собеседника *равна вероятности выиграть два джек-пота подряд*. Именно поэтому при общении мы отслеживаем лишь основные черты мимических комбинаций. Глаза в этом смысле — прекрасная возможность быстро уловить эмоциональное состояние человека. Именно в области глаз мы можем найти признаки (такие как прищур или морщинки вокруг глаз), которые могут дать нам основную информацию о том, что чувствует человек.

Также исследователи предположили, что коммуникация посредством зрительного контакта — одна из особенностей, позволивших человеку *выжить в процессе эволюции*. Связь между выражением лица и эмоцией формировалась на протяжении многих веков. Так, человек прищуривал глаза, чтобы иметь возможность лучше видеть и быстрее получать информацию, например, во время охоты или войны — именно в тех ситуациях, когда требовалось *быстро понять обстановку и действовать*. Поэтому прищур часто вызывает ассоциации с агрессией.

Те, кто считают, что сможет утаить свои мысли, — похож на *страуса*, который прячет голову в песок, когда за ним гонятся охотники, и воображает, что его никто не видит.

Выражение лица *поистине раскрывает внутреннее состояние души или истинное содержание наших мыслей*. Лицо похоже на рекламный щит, оповещающий о том, что происходит в душе человека. Наши мысли, чувства, образ действия и эмоции накладывают сильный отпечаток на наше лицо.

И если возвращаться к Дарвину, а конкретно к его теории о передаче эмоций с помощью мимики, мы увидим, что человечество уже давно умеет общаться и без слов.