

Schlechte Laune?



Sie haben öfters schlechte Laune? Und Sie wissen nicht, was Sie dagegen tun können? Wissenschaftler in Alaska haben jetzt einen Tipp für Sie: Nehmen Sie einfach einen Spiegel und lächeln Sie hinein. Sie finden, das klingt ein bisschen seltsam? Die Wissenschaftler behaupten, dass es wirkt.

Der Versuch an der Universität Alaska hat gezeigt, dass sich Teilnehmer, die sich selbst im Spiegel anlächelten, anschließend viel besser fühlten. Wenn man ohne Spiegel lächelt, ist der Effekt angeblich nur halb so stark.

Damit das alles aber auch wirklich gut funktioniert, ist etwas besonders wichtig: Das Lächeln darf nicht künstlich sein, sondern es muss echt und natürlich sein. Ist das Lächeln künstlich, dann fühlt man sich danach noch schlechter.

(115 Wörter)

(in Anlehnung an: „Ist es wahr, dass man sich besser fühlt, wenn man sein Spiegelbild anlächelt? Kalender 2015 „Ist es wahr, dass ...“ Harenberg-Verlag, bearbeitet von Ingrid Plank für: www.deutsch-to-go.de)