

Video č.21

Úsmev

Úsmevy za rokovacím stolom vyvolávajú pozitívnu odozvu u partnerov. Spolu s nimi sa zvyšuje šanca na uzavretie obchodu.

O úsmeve sa hovorí, že je nákazlivý. Môžem vás ubezpečiť, že je to tak. Podľa vedcov úsmev dokonca nie je záležitosťou vedomia, ale je to podvedomá reakcia nášho organizmu. Ide o podobný stav, ako keď vaša neverbálna komunikácia vypovedá o vašom prežívaní. Ak na ňu zamieriate pozornosť, ovplyvníte ju a spätne ovplyvníte aj svoj mozog. S úsmevom je to presne takisto. Ibaže podľa vedcov nám mozog prikáže usmiať sa aj vtedy, keď vidíme usmievať sa niekoho iného. Je mu absolútne jedno, či sa usmieva naše vnútro alebo niekto iný. Stav nášho prežívania pozitívne ovplyvňuje aj silený úsmev. Preto keď vám je zle, usmievať sa niekoľko minút nasilu. Bude vám lepšie.

Úsmev má svoj pôvod v prejave podriadenosti. Naši predkovia museli rozoznať, či prichádzajúci ľudia majú dobré alebo zlé úmysly. Ak sa z príchodu úprimne usmievali, všetko bolo v poriadku. Úprimný úsmev spoznáte podľa zúžených očí, poklesnutého obočia a vrások okolo očí. Úsmev klamára je tzv. sileným úsmevom. Je často výraznejší na ľavej časti tváre. Následkom silených úsmevov na ľavej strane je, že klamári majú vo vyššom veku pravú časť líca oproti ľavej menej vyformovaných a poklesnutú. Úprimný úsmev rovnomerne zdvíha obidve časti tváre. Klamári, zlodeji a pašeráci sa podľa výsledkov mnohých štúdií dokonca usmievať menej.

Niektorí vysokopostavení manažéri majú problém usmievať sa. Dôvod môže byť pragmatický, jednoducho nechcú prezradiť, čo si myslia. Ak by dali najavo radosť z výhodnej ponuky, nemohli by žiadať ešte výhodnejšiu. Ale príčina môže byť aj oveľa osobnejšia – ego. Ich ego im nechce dovoliť akýkoľvek prejav podriadenosti. Aj ja poznám niekoľkých úspešných manažérov s týmito prejavmi správania sa.

Úsmev je originálnym prejavom každého človeka. Má širokú škálu prejavov. Môžeme sa nahnevane usmievať len jednou stranou tváre a druhá ostáva v pôvodnej podobe. Tento úsmev je vlastne úškrnom pri hneve. Šašovia v cirkuse majú nacvičený úsmev s klesnutou sánkou, doširoka otvorenými ústami a zdvihnutým obočím, aby vyvolali atmosféru zábavy. Podmanivý bol úsmev princeznej Diany, ktorej pohľad spod obočia si spolu s úsmevom obľúbilo milióny ľudí.

Úsmev so zovretými perami



Pri tomto úsmeve sú ústa ako rovná čiara, zuby nie je vidieť. Majiteľ takéhoto úsmevu vám hovorí, že niečo zatajuje, možno s vami nesúhlasí.

S úsmevom je spojený smiech. Ten má liečivú silu. Zvyšuje sa vám prívod kyslíka do krvi, zlepšuje krvný obeh, rozšíria sa cievy pod povrchom kože. Ľudia preto pri smiechu často v tvári očervenejú. Dochádza aj k zníženiu tepu srdca a k vyššiemu spaľovaniu kalórií. Smiech vyvoláva spontánne pocity šťastia, je ideálnou prevenciou vzniku depresií. Zvyšuje tvorbu endorfínov – hormónov šťastia. Ženy sa pritom usmievajú viac ako muži. Ak ste teda žena, dajte si pozor pri formálnych pracovných stretnutiach s klientom na primeranú častosť úsmevov, aby ste nestrácali na autorite.

Zhrnutie: Lúčime sa s úsmevom

Úsmevy za rokovacím stolom vyvolávajú pozitívnu odozvu u partnerov. Spolu s nimi sa zvyšuje šanca na uzavretie obchodu. Podľa vedcov úsmev nie je záležitosťou vedomia, ale je to podvedomá reakcia nášho organizmu. Ide o podobný stav, ako keď vaša neverbálna komunikácia vypovedá o vašom prežívaní.

Podľa vedcov nám náš mozog prikáže usmiať sa aj vtedy, keď vidíme usmievať sa aj niekoho iného. Stav nášho prežívania pozitívne ovplyvňuje aj silený úsmev.

Niektorí vysokopostavení manažéri majú problém usmievať sa. Dôvod môže byť pragmatický. Jednoducho nechcú prezradiť, čo si myslia. Ale príčina môže byť aj oveľa osobnejšia – ego.

Úsmev je originálnym prejavom každého človeka. Má širokú škálu prejavov. S úsmevom je spojený smiech a ten má liečivú silu. Ženy sa pritom usmievajú viac ako muži. Ak ste muž a dokážete ženu rozosmiať, máte veľkú šancu na prehĺbenie vzťahu.