



Brent Scott pszichológus az **Egyesült Államokban** él, ahol a buszsofőröknek főnökeik utasításba adják a kötelező mosolygást. Ezért Scott két hétig figyelte meg a buszvezetőket napi munkájuk során - írja a *Die Welt* című német lap internetes kiadása. A sofőrök intenzív megfigyelése és kikérdezése után Scott a következő eredményre jutott: azokon a napokon, amikor a sofőröknek nem volt mosolygós kedvük, ennek ellenére mégis vidám arccal köszöntötték az utasokat, este kimerültnek érezték magukat. A buszvezetők kedélyállapota ilyenkor még rosszabbodott is a nap folyamán.

Amennyiben a pszichológus arra kérte alanyait, hogy vájkáljanak emlékeikben, és egy szép élményre koncentráljanak, hangulatuk felderült. Amikor ilyen állapotban álltak meg a következő megállóban, nem esett nehezükre szívből mosolyogni a felszálló utasokra.

Scott szerint, amennyiben egy felettes kényszeríti beosztottjait, hogy azok állandóan mosolyogva dolgozzanak, végső soron árt a vállalkozásának. Aki ugyanis úgy mosolyog, hogy közben szomorú, elnyomja érzelmeit. Ezzel pedig stressznek teszi ki magát, ami érzelmi kimerültséghez vezet. A dolgozók így kevésbé motiváltak, és gyakrabban betegszenek meg.

A nőket ez még fokozottabban érinti, mint a férfiakat, mivel többnyire gyakrabban mutatják ki érzelmeiket. Ezért azok elrejtése több stresszt is okoz számukra - magyarázta Scott. Legközelebb tehát, ha a pék vagy az újságos morogva köszön nekünk, gondoljunk arra: csupán az egészségét óvja ezzel.

Forrás: MTI