



7 ДЕЙНОСТИ, КОИТО ВЪРШИМ НЕСЪЗНАТЕЛНО БЛАГОДАРЕНИЕ НА МОЗЪКА НИ

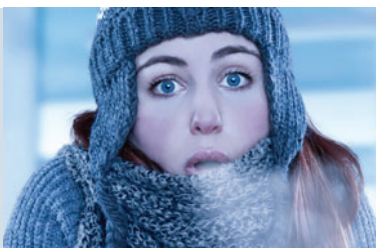
1



1. СМЯХ

Случвало ли ви се е да сте на сериозна бизнес среща или на друго място, където смехът не е удачно средство за общуване и все пак поради някаква причина просто не можете да сдържите смеха си? Не се притеснявайте, виновен е мозъкът ви. През 1998 г. е публикувана статия, в която е обяснено как мозъкът е въввлечен в желанието ни да се смеем. Лекари откриват след хирургично лечение на жена болна от епилепсия, че при стимулация на дадена зона от Gyrus frontalis superior, се предизвиква смях у пациентката. Авторът на публикацията смята, че смехът се осъществява благодарение на не една зона на главния мозък. Една част от този акт е емоционална, друга – обработваща, а трета предизвиква неконтролируемото движение на мускулите на лицето в усмивка.

2



2. ТРЕПЕРЕНЕ

Какво предизвиква тялото ни да трепери неконтролируемо, когато сме изложени на студ за по-дълъг период от време? Треперенето е вид защитен рефлекс срещу загуба на телесна температура. Реакцията се осъществява от хипоталамуса, който изпраща нервни импулси до мускулите и те започват да се контрахират. Това повишава телесната температура.

3



3. КИХАНЕ

Понякога огромната нужда да кихнем сякаш идва от никъде. Въпреки че кихането може да е проява на алергия или заболяване, в повечето случаи ние не осъзнаваме, че нещо дразни рецепторите ни, докато не кихнем и по този начин не премахнем дразнителя. Множество медиатори на възпалението отделят субстанции като хистамин и левкотриени, поради поява на алергени като цигарен дим, прах и прочие по вътрешната повърхност на носа. Тези медиатори предизвикват секрецията на течност, която дразни лигавицата и предизвиква кихането. Биологичната функция на кихането е изхвърляне на слузта, съдържаща чужди частици и почистване на носната кухина.

4



4. РАВНОВЕСИЕ

Мозъкът ни работи усилено, за да осигури и поддържа баланс по време на вървене. Нещо, за което ние не мислим. Мозъкът ни осъществява този процес чрез сензорните ни системи, както и мускулите и ставите ни. Липсата на равновесие, наречена атаксия, е свързана с увреда най-вече на малкия мозък, но също и на гръбначния мозък и мозъчната кора.

5. ПРОМЯНА НА ПАМЕТТА

Много хора смятат, че веднъж преживели нещо, те ще го помнят точно по този начин до края на живота си. С времето обаче паметта ни за дадено събитие започва да избледнява и в крайна сметка ние си спомняме съвсем малка част от него. Психологично проучване, проведено през далечната 1974 г., демонстрира нещо съществено, което стои зад нашата промяна на паметта. Проведеният експеримент включва 2 групи участници, на които е показан един и същ клип от катастрофа, след което са им зададени еднакви въпроси, но чрез използване на различни думи, които да опишат сблъсъка на колите. На първата група е казано, че колите са се „ударили“, а на втората – че са се „сблъскали“. След няколко седмици същите участници са били повикани и попитани дали са видели някакви чучени стъкла в клипа. Групата, на която е било казано, че колите са се „сблъскали“ (и които предполагат, че колите са се движили с по-голяма скорост) без съмнение отговарят положително, въпреки че такива в клипа няма. Това предполага, че мозъкът ни може да пресъздаде елементи от дадена случка, които не съществуват, но поради начина, по който ни е поднесена дадена информация, ние да ги приемем за присъстващи.



5

6. САМОЧУВСТВИЕ

Представете си следния сценарий: Имате дете, което много желае да е художник и всеки път, когато ви покаже своята рисунка, която не е никак добра, за да не го огорчите, му казвате, че е много добър художник. Повечето родители реагират така, за да не наранят децата си. Когато същите тези деца пораснат и погледнат към старите си рисунки, с ужас осъзнават колко далеч от добри са те. Когато някой ни даде положителен обратен отговор за нещо, което вършим, ние изграждаме самочувствие в дадената сфера, в която сме били похвалени. Това променя разбирането ни за самите нас, карайки ни да смятаме, че сме по-добри, отколкото реално сме.



6

7. ГОВОР

Единственото нещо, за което мислим по време на разговор, е това, което казваме. Това, на което не обръщаме внимание е начинът, по който мускулите на езика ни в синхрон с цялата ни устна кухина, осъществяват произношението на думите ни. Интуитивно ние се научаваме да говорим чрез имитация. В началото децата не повтарят цели изречения, а отделни словосъчетания, които са чули и запомнили. Отнема години на всяко човешко същество да се научи да разбира всичко, което се казва и да подрежда отделни думи в структура на сложно изречение. Чрез имитация и повторение на дадени думи, нашият мозък се учи как да движи мускулите на езика ни, за да възпроизведем даден звук. ■



7