

خوش اخلاقی مسری است



تحقیقات جدید نشان داده است که اخلاق و روحیه روزانه هر فردی به دوستان و اطرافیان او بستگی دارد. به گزارش دیلی، تحقیقات جدید محققان نشان داده است که حالات روحی روزانه هر فردی ممکن است تا حدی به فاکتورهای همچون ناراضی بودن از کار و یا حتی مشکلات مالی برگردد اما آنچه که اخلاق و حوصله هر فرد را در روز می‌سازد خوش اخلاقی دوستان وی است. بر اساس این تحقیق که در هاروارد آمریکا انجام شده است، اگر صبح زود شما دوستی را ببینید که در حال لیخند زدن است و از زندگیش رضایت دارد حتما آن روز را بهتر و خوش اخلاق تر سپری خواهید کرد و بالعکس ناراضی‌تی او از زندگیش شما را هم به ناراحتی می‌کشاند. آنچه که در این تحقیق جالب به نظر می‌رسد آن است که نه تنها خلقیات حالتی مسری دارد سیگار کشیدن و حتی عادات خوردن نیز تاثیر زیادی روی افراد دارند به شکلی که اگر دوست پرخوری داشته باشید شما هم به همراه او بیشتر می‌خورید و حتی ممکن است عملی همچون سیگار کشیدن او، شما را هم به این کار بکشاند.

تحقیق روی 5000 فرد بالغ در طول 20 سال نشان داده است که خوش اخلاقی هر فردی روی دوست صمیمی که با او در ارتباط است تاثیر بسیار زیادی می‌گذارد و در واقع خوشحالی فرد به خوشحالی دوست صمیمی وی بستگی دارد.

در این تحقیق گسترده اثبات شد که دوست صمیمی که همیشه خوشحال باشد حالات روحی فرد را تا 60 درصد تغییر داده و به سمت بهتر شدن سوق می‌دهد. این احساس و تلقین مغز در مورد چاق شدن و بیشتر غذا خوردن و حتی سیگاری بودن و یا ترک آن همین ارتباط را دارد.

همشهری آنلاین