

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

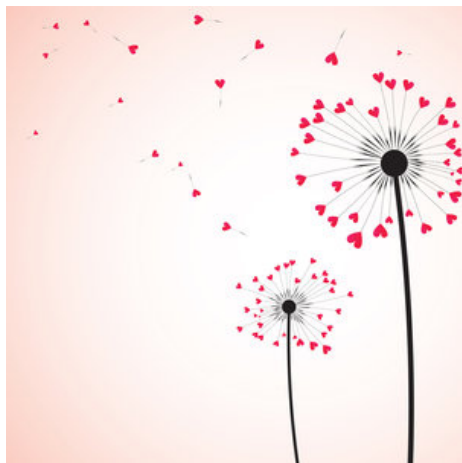
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Skąd się biorą łązy szczęścia?



Pozornie negatywne reakcje w obliczu bardzo pozytywnych wydarzeń pomagają nam szybciej uporać się z silnymi emocjami - twierdzą naukowcy z Uniwersytetu Yale (USA).

Amerykańscy badacze postanowili sprawdzić, dlaczego czasami reagujemy nieadekwatnie do sytuacji i przejawiamy negatywne zachowania w momencie, gdy odczuwamy zdecydowanie pozytywne emocje, np. płaczemy, choć czujemy się niewymownie szczęśliwi lub wdzięczni.

W celu odpowiedzi na to pytanie eksperci przeprowadzili badanie, w trakcie którego przyglądali się reakcjom pojawiającym się u osób badanych na skutek różnych okoliczności - widoku niezwykle uroczego dziecka, czy spotkania z dawno niewidzianym przyjacielem.

Ustalili, że uczestnicy badania, którzy mieli skłonność do pozornie negatywnych zachowań w obliczu pozytywnych wydarzeń szybciej niż inni potrafili poradzić sobie z silnymi emocjami i powrócić do stanu równowagi. Ujawnianie przeciwstawnych reakcji pomogło im uporać się z nadmiarem ekscytacji.

„Tego typu reakcje pojawiają się, gdy ludzie czują się przytłoczeni zbyt silnymi, pozytywnymi emocjami i pomagają im szybciej się z nich otrząsnąć” - mówi Oriana Aragon, koordynatorka badania.

W praktyce obserwuje się czasem także zupełnie odwrotne zjawisko. Niektóre osoby przejawiają pozornie pozytywne reakcje w sytuacjach, które wcale nie wyglądają zbyt różowo. Przykładem takiego zachowania może być nerwowy śmiech występujący pod wpływem stresu.

„Te spostrzeżenia sprawiają, że lepiej rozumiemy, w jaki sposób ludzie wyrażają i kontrolują swoje emocje. Ściśle wiąże się to z kwestiami zdrowia psychicznego i fizycznego, jakością relacji z innymi, a nawet tym, jak dobrze ludzie ze sobą współpracują” - podsumowuje badaczka.

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22519.html>



12-05-2026

Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

[Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

[Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#)

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

[Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy