

Pierwsze wrażenie robi się tylko raz

Część I: Czytanie

Przeczytaj tekst i wykonaj zadania.

Pierwsze wrażenie jest bardzo silne i trudno się go pozbyć, zwłaszcza gdy dotyczy jakiejś ważnej cechy – inteligencji, dobroci, atrakcyjności. Zdajemy sobie doskonale sprawę z wagi pierwszego wrażenia w czasie rozmowy o pracę, w czasie wchodzenia w nowe towarzystwo, ale zwykle nie zastanawiamy się zbyt nad tym, co dzieje się w naszych głowach, gdy poznajemy nową osobę. Kiedy kogoś lub coś widzimy, poznajemy, najpierw muszą to zarejestrować nasze zmysły – to one wysyłają do mózgu informację, że coś jest, albo czegoś nie ma. Praktycznie natychmiast pojawia się ocena emocjonalna – nawet nie zdajemy sobie sprawy, jak szybko się to dzieje. Możemy o kimś nic nie wiedzieć, a już “wiemy” czy go lubimy czy nie! Teraz wkracza nasz umysł myślący i odwołując się do tego co już wiemy o świecie, czyli tego, czego doświadczyliśmy, tworzy interpretację spostrzeżeń lub emocji.

Jeśli kogoś od razu polubimy (na co nie mamy do końca wpływu) to mamy tendencję, by jego zachowania interpretować na jego korzyść, przypisywać mu same pozytywne cechy, idealizować. Oczywiście pod warunkiem, że ten ktoś nie robi czegoś co bardzo drastycznie zaprzeczyło by naszemu zdaniu o nim. Ale jeśli pierwsze wrażenie było silne – zachowanie modyfikujące również musi być wyraziste. I nie jest wcale taką głupią bajką, że “ładni mają lepiej”, że “ładni są bardziej lubiani”. Mimo że wygląd z inteligencją, kompetencją czy dobrocią nic wspólnego nie ma, to jednak odruchowo przypisujemy te cechy osobom, które uważamy za dobrze wyglądające.

Dlaczego warto o tym wszystkim pamiętać? Bo pierwsze wrażenie niekoniecznie dostarcza nam wiedzy o faktach – możemy mylnie kogoś ocenić na podstawie emocji i skojarzeń, co wpływa na nasze zachowania i może sprawić, że domysły staną się faktami. Jeśli kogoś lubimy, okazujemy mu to na różne sposoby, więc ten ktoś również zaczyna nas lubić. Jeśli uważamy kogoś za dominującego – możemy np. zacząć się zachowywać uległe – w efekcie druga strona przyjmie “wyzwanie”, potraktuje nas jako uległych i stanie się względem nas dominująca.

W psychologii z efektem pierwszego wrażenia wiąże się między innymi pojęcie *efektu aureoli*, które wzięło się to od poświaty roztaczanej właśnie przez aureolę – pierwsze wrażenie roztacza blask wokół osoby, który utrudnia nam pełne spojrzenie na jej cechy.

Źródło: <https://psychologiacodziennosci.pl/2017/04/11/nie-daj-sie-zaczarowac-efekt-pierwszego-wrazenia/>



<https://www.facebook.com/mayamysanskaia/>



<https://www.instagram.com/maya.mysanskaia/>



mayamysanskaia@gmail.com

Zadanie 1. Wypisz z tekstu 5 nowych słów lub wyrażeń, których chciałabyś / chciałbyś zacząć używać w codziennej komunikacji. Utwórz po jednym zdaniu z każdym z tych wyrażeń.

słowo / wyrażenie	przykład zdania

Zadanie 2. Zdecyduj na podstawie tekstu, czy podane niżej zdania są prawdziwe czy fałszywe.

Pierwsze wrażenie jest związane tylko z fizyczną atrakcyjnością człowieka.	prawda	fałsz
Najszybciej na pojawienie się czegoś lub kogoś nowego reagują nasze zmysły.	prawda	fałsz
Nawet jeśli kogoś nie od razu polubimy, mamy tendencję, by go idealizować.	prawda	fałsz
Jeśli ktoś zrobił na nas mocne pierwsze wrażenie, musi wydarzyć się coś równie wyrazistego, żebyśmy zmienili o nim zdanie.	prawda	fałsz
Odruchowo traktujemy lepiej osoby, które uważamy za ładne.	prawda	fałsz

Zadanie 3. Przekształć zdania fałszywe z zadania 2. w taki sposób, aby zawierały prawdziwą informację.



<https://www.facebook.com/mayamysanskaia/>



<https://www.instagram.com/maya.mysanskaia/>



mayamysanskaia@gmail.com

Zadanie 4. Zaznacz odpowiedź zgodną z tekstem.

1. Pierwsze wrażenie... a) ...jest bardzo silne i trudno się go pozbyć. b) ...jest bardzo silne tylko wtedy, gdy dotyczy wyglądu. c) ...jest bardzo silne tylko wtedy, gdy dotyczy charakteru.	2. Nie zdajemy sobie sprawy, że... a) ...pierwsze wrażenie jest ważne przy poznawaniu nowych osób. b) ...pierwsze wrażenie jest ważne przy rozmowie o pracę. c) ...w naszej głowie zachodzą różne procesy, które decydują o tym, jakie pierwsze wrażenie ktoś na nas wywrze.
3. Na nowopoznaną osobę w pierwszej kolejności... a) ...reagują nasze zmysły i emocje. b) ...reaguje nasz umysł. c) ...reaguje nasza intuicja.	4. Jeśli kogoś od razu polubimy, to... a) ...czekamy, aż zrobi coś, co nas do niego zniechęci. b) ...przypisujemy mu dobre cechy i idealizujemy go. c) ...zazdrościmy mu, bo uważamy, że jest ładny i ma w życiu łatwiej.
5. Wygląd człowieka... a) ...wpływa na jego inteligencję. b) ...wpływa na jego charakter. c) ...nie ma nic wspólnego z inteligencją i charakterem.	6. Pierwsze wrażenie... a) ...dostarcza nam wiedzy o faktach. b) ...może wpłynąć na nasze zachowanie tak, że to co nam się wydaje, staje się faktem. c) ...na nic nie wpływa.
7. Jeśli ktoś zrobił na nas dobre pierwsze wrażenie... a) ...odruchowo traktujemy go dobrze i on wtedy też zaczyna nas dobrze traktować. b) ...prawdopodobnie zostaniemy zdominowani przez tę osobę. c) ...zaczniemy źle traktować tę osobę.	8. Efekt aureoli... a) ...oznacza, że osoby, które robią na nas dobre pierwsze wrażenie mają nad głową aureolę. b) ...jest związany z religią osób, które robią na nas pierwsze wrażenie. c) ...oznacza, że dobre wrażenie przyćmiewa nam czyjeś wady.

