

Добрые внутри

О синдроме «стервозного лица»

Мария Чекалина |

«**ТЫ** что такая грустная?», «Я тебя чем-то обидел?», «У тебя все в порядке?» — эти вопросы постоянно слышат в свой адрес обладатели resting bitch face (RBF), по-русски — синдрома «стервозного лица». Чаще всего такие люди не считают себя угрюмыми и могут быть самыми позитивными на свете, но, когда их лицо не выражает никаких эмоций, на нем читается печаль, надменность или презрение.

Термин «resting bitch face» появился в 2013 году. С тех пор о нем написали много статей, а к числу самых известных обладателей синдрома относят актрис Кристен Стюарт и Сэлью Блэр, музыканта и дизайнера Канье Уэста и даже королеву Англии Елизавету II (быть может, ее недовольное выражение лица на свадьбе принца Гарри и Меган Маркл ничего и не значило?). В России RBF вообще можно назвать национальной чертой. «Вполне справедливо заявление, что люди славянской внешности чаще склонны к синдрому “стервозного лица”, — рассуждает врач-дерматовенеролог, косметолог клиники эстетической медицины Тогі Екатерина Медведева. — Это связано с национальной особенностью, с культурно-генетической памятью: у нас не принято просто так улыбаться. Во всем мире русских часто сканируют именно по выражению лица». Прибавьте к этому самый распространенный в России тип старения — гравитационный (когда все черты лица опускаются вниз) — и получите воплощение grumpy cat в целой стране.

Но отличие обладателей RBF от просто мрачных людей в том, что их выражение лица не соответствует душевному состоянию. «Спустя много лет я узнала, что подружки за моей спиной постоянно пе-



У НАС НЕ ПРИНЯТО ПРОСТО ТАК УЛЫБАТЬСЯ.

Во всем мире русских часто сканируют именно по выражению лица

решептывались: «Она опять чем-то недовольна». — А я в эти моменты сидела мечтала о чем-то хорошем», — делится в посте на Facebook одна девушка. «Коллеги мне говорят, что на рабочем месте я выгляжу злой. А я просто сосредоточенно смотрю в компьютер, спокойно обдумывая будущую сделку», — отвечает ей в комментариях подруга. «Сходи, уколись к косметологу, на мне это сработало», — советует другая.

В коррекции недовольного выражения лица действительно могут помочь косметологи. «Наша задача — определить те зоны, которые делают лицо человека грустным или злым», — объясняет Екатерина Медведева. — Когда человек хмурится или сосредоточен, в межбровье появляются две вертикальные и одна горизонтальная полоски. Другой пример, когда в области подбородка возникает эмоция недовольства из-за капризно надутых губ: они уместны на детском лице, но не на взрослом. Еще встречается неконтролируемая эмоция отвращения. Она похожа на завуали-

рованный звериный оскал: верхняя губа слегка поднимается вверх, форма ноздрей становится хищной. В этот момент человек выглядит так, будто ему неприятно разговаривать с собеседником. Все эти симптомы RBF можно убрать, расслабив необходимые мышцы с помощью инъекций препаратов ботулотоксина». А в некоторых случаях, чтобы стереть с лица неприятное или грустное выражение, придется прибегнуть к контурной пластике. Опушенные уголки рта, тонко поджатые губы — скорректировать их помогут филлеры гиалуроновой кислоты.

Но кому-то лучше обратиться к стоматологу, так как причиной признаков RBF могут быть проблемы с прикусом зубов. «При неправильном соотношении челюстей лицо человека даже в расслабленном состоянии может выглядеть так, будто он напряжен, в стрессе или чем-то недоволен», — рассказывает главный врач центра дентальной имплантологии Reformat Максим Хышов. — Плюс при неправиль-

ном прикусе зубы стираются быстрее и происходит уменьшение нижней трети лица. Из-за этого раньше времени опускаются уголки рта и углубляются носогубные складки, лицо начинает казаться постоянно грустным и усталым. Чтобы понять, как это исправить, сходите на консультацию к ортопеду и ортодонту».

Однако в синдроме «стервозного лица» есть и свои плюсы. Ключам с RBF реже подходят маргинальные личности на улице с навязчивыми предложениями. Девушек это ограждает от нежелательных знакомств в баре. С другой стороны, зная об особенностях своей внешности, представители синдрома лучше других развивают

свои коммуникативные навыки, что помогает добиться успеха в деловых переговорах и продвигаться по карьерной лестнице.

Сегодня количество публикаций с хэштегом #restingbitchface в Instagram уже перевалило за миллион. Правда, не всегда понятно, действительно подвержены синдрому авторы этих постов или играют в него. В современном обществе тревожность и депрессия часто романтизированы (особенное спасибо за это сериалу «Эйфория»), и те, кто выкладывает свои фото в соцсетях с посылком «Я так устал», скорее всего, не имеют никакого отношения к RBF. Страдающие синдромом на снимках обычно улыбаются, потому что всю жизнь они слышат мнение окружающих о своем неприветливом выражении лица и хотят позиционировать себя иначе. Прежде чем заниматься фейсизмом и судить человека по выражению его лица — сначала поздоровайтесь с ним, возможно, он ответит вам улыбкой. А если нет, то проверьте, не страдаете ли вы сами синдромом resting bitch face.