

## ما ذا عن التثاؤب؟

أنت تعرف هذا الإحساس، من المستحيل مقاومته، فقط تحتاج للتثاؤب.

التثاؤب ينطوي على فتحة ممتدة للفم يتبعها إغلاقه بسرعة. في الثدييات والطيور ، يترافق مع أخذ نفس طويل مع زفير أقصر بعد فتح الفم ، ولكن في الأنواع الأخرى مثل الأسماك والبرمائيات والثعابين لا يوجد هناك أخذ نفس.

لكن ماذا وراء التثاؤب ، لماذا يحدث؟

في الماضي ، كان لدى الناس العديد من الفرضيات. منذ حوالي ٤٠٠ قبل الميلاد ، اعتقد أبقراط أن التثاؤب يزيل الهواء السيئ من الرئتين قبل الإصابة بالحمى. في القرنين السابع عشر والثامن عشر ، اعتقد الأطباء أن التثاؤب يزيد من الأكسجين في الدم ويزيد من ضغط الدم ومعدل ضربات القلب وتدفق الدم نفسه. وفي الآونة الأخيرة ، الإجماع تحرك نحو الفكرة القائلة بأن التثاؤب يبرد الدماغ ، لذا عندما ترتفع حرارة الجو ودرجة حرارة الدماغ نفسه ، تزداد نوبات التثاؤب.

على الرغم من كل هذه النظريات ، فإن الحقيقة هي أن العلماء لا يعرفون الوظيفة البيولوجية الحقيقية للتثاؤب.

ما نعرفه هو أن التثاؤب يحدث في كل الأنواع. يحدث عندما يكون الحيوان متعباً. يمكن استخدامه بمثابة عرض تهديدي في بعض الأنواع. يمكن أن يحدث التثاؤب خلال أوقات المنازعات الاجتماعية والإجهاد ، وهو ما يسميه الباحثون سلوك النزوح ( تعريف من خارج النص؛ هو عندما تتنازع حيوان ما رغبتان متناقضتان : مثلاً الخوف والعدوانية).

وهذا الفم المفتوح الواسع يمكن أن يكون معدياً ، خاصةً في الأنواع الاجتماعية مثل البشر والشمبانزي و البونوبو وقرود المكاك والذئاب.

عندما تشاهد شخصاً يتثاءب - لا داعي للاستغراب ، حتى القراءة عن التثاؤب - يمكن أن تؤدي بك إلى التثاؤب . لماذا؟

تخبرنا الأبحاث على البشر أن الأشخاص الأكثر تعاطفاً يميلون إلى أن يكونوا أكثر عرضة للتثاؤب المعدي. عندما ترى شخصاً آخر يتثاءب ، تُنشط الشبكات في دماغك المسؤولة عن التعاطف والمهارات الاجتماعية .

هل التثاؤب معدي للكلاب أيضاً؟ في عام ٢٠١١ ، اختبر علماء الأحياء في المملكة المتحدة التثاؤب المعدي بين الناس وأفضل صديق للرجل (الكلاب). على الرغم من أن ٥ من أصل ١٩ كلباً التي أجروا عليها دراسة عن التثاؤب تضاءبت استجابة لتثاؤب شخص غير مألوف ، إلا أن الباحثين لم يتمكنوا من إثبات أن التثاؤب معدي.

في عام ٢٠١٣ ، اختبر علماء المعرفة والسلوك في جامعة طوكيو مرة أخرى التثاؤب المعدي في فصائل الكلاب مع التحكم في الإجهاد. هذه المرة وجد الباحثون أن الكلاب كانوا أكثر احتمالاً للتثاؤب استجابة لتثاؤب شخص مألوف. وخلصوا إلى أن الكلاب يمكن تنعدي من "تثاءب" البشر والتثاؤب هو سلوك اجتماعي وليس نتيجة سلوك بسبب الإجهاد.

في عام ٢٠١٤ ، نظر علماء النفس في جامعة نبراسكا في التثاؤب المعدي في كلاب المأوي. ووجد الباحثون أن بعض الكلاب التي تضاءبت عندما رأت أناساً يتثاءبون ارتفعت مستويات الكورتيزول - وهو عامل توتر. لم ترتفع مستويات هرمون الإجهاد الكورتيزول في الكلاب التي لم تتثاءب استجابة للتثاؤب البشري. هذا الاكتشاف يوحي بأن بعض الكلاب تجد تثاؤب الإنسان مجهداً وبعضها الآخر لاتجده كذلك . هناك حاجة إلى مزيد من البحوث لتقييم هذا الجانب من العلاقة بين الإنسان والكلاب.

