

Wache MIENE

*Aufgepasst, jetzt geht es um
KONTUREN! Wirkt das Gesicht
müde oder mürrisch, sind sie womöglich
ein Fall für die Schönheitsmedizin*

D

ie Übung ist einfach und eindrücklich: Lassen Sie den Unterkiefer so locker hängen, dass die Mundwinkel hinuntersinken und der Mund offen steht. Den Blick richten Sie starr geradeaus.

Eigentlich ist es überflüssig, das *resting face* zu trainieren, solange man keinen Grundkurs für Clowns absolviert. Attraktivität sieht anders aus, Intelligenz auch. Doch unsere Mimik erschlafft ganz von selbst, wenn sich das Gesicht entspannt. Nicht schlimm, es sei denn, jemand guckt oder fotografiert – das kann unserem Image richtig schaden.

Welchen Ausdruck zeige ich unwillkürlich, und wie schätzt man mich deshalb ein? Abweisend oder freundlich, glücklich oder trübsinnig? Die Diskussion darüber läuft gerade heiß. Am populärsten: das *bitchy resting face* (BRF), das ruhende Gesicht mit Miststück-Mimik, das via Fotos und Filmchen durchs Internet zirkuliert. Fast sechs Millionen Mal wurde der BRF-Clip auf dem Youtube-Kanal *Funny or Die* angeklickt, ein Satire-Video, das um Verständnis heischt für Betroffene, die es doch gar nicht so meinen. Kommentare wie „Ich lass mir mein Zickengesicht nicht verbieten“ oder „Das ewig lächelnde Weibchen geht uns auf die Nerven“ zeugen von Gegenwehr; die Schauspielerin Anna Pacquin bekannte sich sogar in einer Talkshow zum BRF. Aber ist das Phänomen wirklich so leicht abzutun?

„Menschen mit mürrischer Miene wirken weniger vertrauenswürdig als *happy faces*“, sagt Christopher Olivola von der Carnegie Mellon University in Pittsburgh, Pennsylvania. Der Wissenschaftler erforscht die Wahrnehmung von Gesichtern und sieht einen Trend zum immer schnelleren Urteil: „Wir leben in einer Ära des *face-ism*. Das Aussehen beeinflusst, wie jemand behandelt wird. Besonders in puncto Karriere.“ Olivolas Studien zeigen, dass wir Eigenschaften rascher zuordnen als bislang angenommen: Das Gehirn scannt und fällt sein Urteil binnen Sekundenbruchteilen, noch bevor der andere „Guten Tag“ sagen kann. Und nur selten wird das Urteil revidiert. „Dabei resultiert der entspannte Ausdruck zum Großteil daraus, wie unsere Gesichtszüge fallen. Das Problem ist, dass unser Gehirn dem viel mehr Bedeutung beimisst.“

Knochenstruktur, Form und Größe, all dies prägt unsere Wirkung. Aber auch die Gewohnheiten: Wer häufig eine missmutige Miene aufsetzt, aus Wut oder Trauer, dem gräbt sie sich ein. Deshalb kann sie den Charakter offenbaren, zumindest teilweise. Hauptursache für diesen Effekt ist aber der Alterungsprozess. „Viele Menschen kommen zu mir, weil sie damit hadern“, sagt Elisabeth Schuhmachers, Dermatologin aus München. Zwar hat noch niemand über sein BRF geklagt, aber Mimikfalten, Konturen- und Volumenverlust bekümmern viele. „Der Abbau von Kollagen und Muskelmasse beginnt mit Mitte 20. Wie schnell das geht, hängt von den Genen und der Morphologie ab“, sagt Schuhmachers.

Vor allem der Schwund von tief liegendem Fett im Mittelgesicht kann früh zum müden, mürrischen Ausdruck führen. Ohne die Stütze rutscht das Gesicht nach unten ab. „Ich beobachte das häufig bei sehr schlanken Frauen mit einem Body-Mass-Index unter 20“, sagt die Ärztin. Den Verlust gleicht sie mit kleinen Mengen Filler aus, Hyaluronsäure etwa, die sie in tiefe Fettkompartimente am Knochen spritzt. „So hebt der Filler das Gesicht leicht an, ohne dass die Wangen aufgeblasen wirken“, erklärt sie. Und was ist mit Botox? „Die Injektion ist eine Kunst für sich“, sagt Schuhmachers. „Wer sie aber beherrscht, kann Gesicht und Mundwinkel leicht anheben, indem er den Tonus jener Muskeln reduziert, die nach unten ziehen, was die Gegenspieler aktiviert.“

Mediziner diskutieren zudem die selbstauflösenden *PDO Lifting Threads* aus Korea, synthetische Fäden, die in die Haut eingezo-gen werden. Alles, was von Stirn bis Dekolleté ein Lifting braucht, wird damit genäht. Im Laufe einiger Wochen bilden sich um die Fäden neue kollagene Fasern und Fibroblasten, und die Widerhäkchen am Faden heben die Haut tatsächlich etwas. Mesolifts, Vampir-liftings mit Blutplasma, fokussierter Ultraschall, Radiofrequenz – es gibt diverse Therapien, die die Haut verjüngen und so den Ausdruck erfrischen.

Fast noch spannender findet Schuhmachers die Frage, ob Facebook & Co. das Mienenspiel beeinflussen: „Bei sehr jungen Menschen beobachte ich die Tendenz zu starren, unbeteiligt wirkenden Gesichtern. Könnte es sein, dass das hohe Maß an virtueller Kommunikation zu einer flacheren Mimik führt?“

Ob Bitch oder Engel, zum Happy End fürs *resting face* verhilft vielleicht noch eine neue Studie: Gesundes Aussehen und guter Stil stehen ihr zufolge auf der Skala für den positiven Eindruck noch vor dem intelligenten Gesichtsausdruck. Viel Gemüse und eine schicke Brille können also schon viel bewirken. □



Mimiktherapie: *Ceramide Lift and Firm Day Lotion*, 85€ **ELIZABETH ARDEN** *Sunactif Volume Contour - Firming Eye Cream*, 36€ **LANCASTER** *Rénergie French Lift - Night Duo*, 135€ **LANCÔME** *Perfectionist Wrinkle Lifting/Firming Serum*, 83€ **ESTÉE LAUDER** *Liftissime Cou Gel-Crème*, 61€ **LIERAC**