

Почему нужно обнимать детей как можно чаще:

Современные ученые могут назвать минимум 7 медицинских причин, по которым вы должны прямо сейчас начать выполнять эти «нормативы» по отношению к своему ребенку.

Вы станете ближе Самый очевидный эффект от обнимашек – психологический. Они помогают детям и родителям почувствовать эмоциональную и психологическую связь, взаимную поддержку. Ученые считают, что в этих эффектах замешан гормон любви и доверия — окситоцин. Регулярно укреплять отношения при помощи объятий стоит не только с детьми. Не забывайте о любимых, родителях, близких родственниках и хороших друзьях.



Этим Вы избавите ребенка от стресса Хотите защитить ребенка? Просто обнимите его, прямо сейчас. Делайте это регулярно.



Вы остановите истерику! Маленькие дети капризничают не из-за вредности и не из-за «плохого характера». Просто у них зачастую не получается контролировать эмоции. Меньше всего в такие минуты малыш нуждается в ваших наставлениях о том, что «так себя вести нехорошо». Ребенку нужна помощь, он пытается привлечь к себе внимание. Существуют разные способы быстро и без лишних нервов прекратить детскую истерику. Один из них – объятия. При этом родители должны сохранять спокойствие, всячески показать ребенку, что они его понимают и поддерживают. Такое поведение взрослого – конструктивное, правильное. Тем самым вы не потакаете и не поощряете истерики. Вы спасаете ребенка от эмоциональной бури. Когда она стихнет, можно уже в спокойной обстановке заняться наставлениями.



Вы поможете умственному развитию ребенка! Многим любителям развивающих игрушек хорошо известны такие словосочетания, как «тактильная стимуляция», «мелкая моторика кистей» и «развитие познавательных способностей». Суть в том, что во время игры с мелкими предметами рецепторы кисти посылают сигналы в головной мозг, что способствует созреванию нервной системы, развитию мышления. Объятия – та же стимуляция тактильных рецепторов, плюс – положительные эмоции. Научно доказано, что огромное значение в формировании личности и

интеллекта играет родительская ласка. Регулярные объятия – неотъемлемая составляющая такой эмоциональной связи.



Вы поможете малышу расти! Ученые заметили: у детей, которые растут в условиях дефицита эмоциональных связей, в среднем меньше рост, вес, окружность головы и грудной клетки. Для того чтобы обозначить отставание в росте из-за отсутствия заботы и внимания, был придуман специальный термин – психосоциальная карликовость. Возникает она предположительно из-за некоторых гормональных эффектов. Удивительное дело: такие дети растут медленнее, даже если они питаются очень хорошо.