



## Сүйіспеншілік туралы ғылым

Жылылық, сүйіспеншілік және ықылас білдіру ата-аналардың балаларын дамытуға көмектесетін маңызды әрекеттері екенін ғылым дәлелдейді. Физикалық сүйіспеншіліктің пайдасы балалық шақта және ересек кезінде өмір бойы сақталады.



Құшақтау және күлімсіреу сияқты физикалық құштарлық махаббат гормоны деп аталатын окситоцин гормонын шығарады.

Сүйіспеншіліктің көрінісі-құшақтау, қолынан ұстау және күлімсіреу балаларға оданда ақылды, сау, бақытты және психологиялық тұрғыдан тұрақты болуға көмектеседі.

Адамдар арасындағы жанасу мидың дамуы мен физикалық өсуі үшін өте маңызды.

Окситоцин өсуді ынталандырады, иммундық жүйені нығайтады, тіпті жараның тез жазылуына ықпал етеді.

Окситоцин күйзелісті азайтады, мазасыздықты және тіпті қан қысымын төмендетеді.

Сүйіспеншілікті көрсету балалардың сүйіспеншілігін сезіндіреді, төзімділігін арттырады және оларды күшейтеді.

Махаббат сенімділікті арттырады және ата-аналарға балаларымен байланыс орнатуға көмектеседі. Махаббат оны беретін адамға да, оны алатын адамға да пайдалы.

Ала қаншалықты сүйіспеншілікке ие болса, соғұрлым оның сенімділігі артады (өзіне және әлемді білуге деген ұмтылыс).



## ҚАМҚОРЛЫҚ ТУРАЛЫ ҒЫЛЫМ

Бақытты, дені сау, қамқор отбасыларды қолдау жөніндегі БҰҰ ЕҚЖБ бастамасы

Қосымша ақпарат пен сілтемелер үшін веб-сайтқа кіріңіз:

Франция мен Жапония халқының жомарт қолдауының арқасында мүмкін болды.

[www.unodc.org/listenfirst](http://www.unodc.org/listenfirst)



**UNODC**

United Nations Office on Drugs and Crime