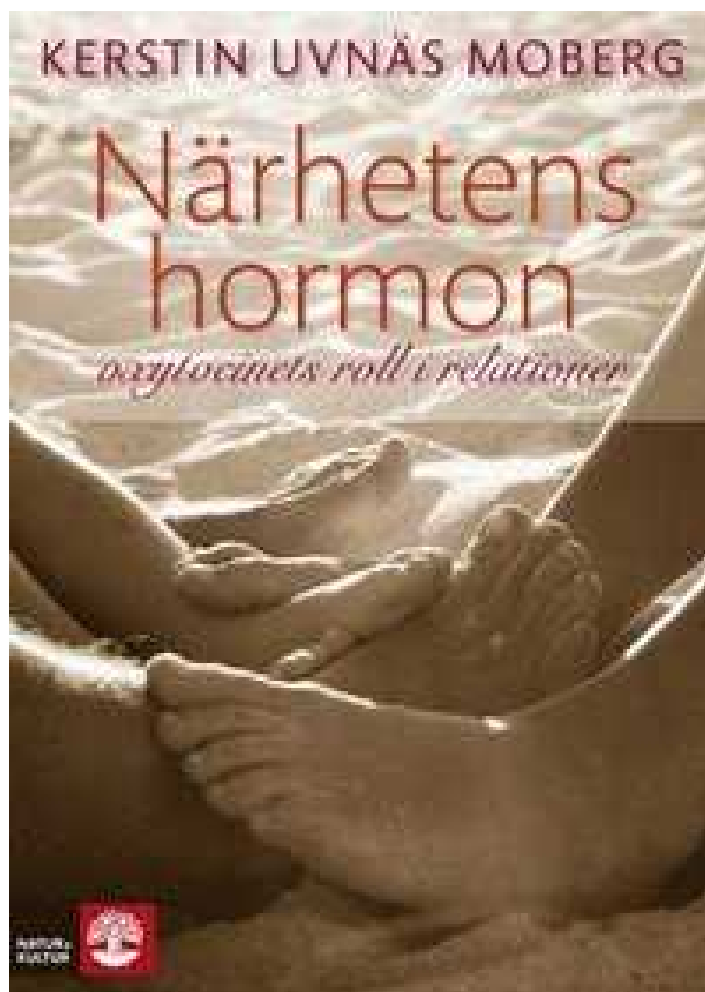


Tags: Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer ladda ner pdf e-bok; Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer epub books download; Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer las online bok; Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer MOBI download; Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer bok pdf svenska; Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer e-bok apple

Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer PDF E-BOK

Kerstin Uvnäs Moberg



Författare: Kerstin Uvnäs Moberg

ISBN-10: 9789127117440

Språk: Svenska

Filstorlek: 4991 KB

BESKRIVNING

Kerstin Uvnäs Moberg ger här ett nytt och spännande fysiologiskt perspektiv på närhet och relationer. Närhetens hormon, oxytocin, ger oss välbefinnande och lugn men det skapar och förstärker också relationer livet igenom. Utifrån aktuell forskning beskriver författaren betydelsen av oxytocin för anknytning mellan barn och föräldrar, för kärleks- och vänskapsrelationer och för att öka tillit och öppenhet i vårt samhälle. Hon berör anknytningsteorin, den psykologiska teorin om hur barn knyter an till sina föräldrar, och lägger till ett biologiskt perspektiv: spelar exempelvis oxytocin någon roll för anknytningen mellan barn och förälder, och påverkar detta i sin tur senare i livet hur människor kan hantera sociala relationer och hur vi mår psykologiskt och kroppsligt? Oxytocin, närhetens hormon, är oundgängligt för oss människor. Vi behöver oxytocin för att kunna umgås med andra människor, känna oss trygga och lugna, fungera väl och vara friska. Det har en direkt koppling till beröring, värme och goda sociala kontakter. Får vi tillräckligt av närhet tidigt i livet kan de positiva effekterna finnas kvar under mycket lång tid. Vi människor bär på urgamla reaktionsmönster och förmågor som ligger bortom vår medvetna kontroll och som utgör delar av vårt däggdjursarv. Nyfödda barn söker sig instinktivt till mammans bröst för näring, men minst lika viktigt är värmen, kontakten och tryggheten. Även i vuxenlivet spelar oxytocinet en stor roll i våra relationer. Närhet, beröring och sex stärker parrelationer, bidrar till att man fäster sig vid varandra och leder via oxytocinets kraft till ett biologiskt beroende. Det finns också en intressant koppling mellan närhetens hormon och näring; när vi äter och blir mätta frisätts oxytocin i hjärnan. Detta kan delvis förklara varför vi tröstater när vi är ledsna, stressade eller oroliga.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Uvnäs Moberg Kerstin - Närhetens Hormon - Oxytocinets Roll I Relationer ...

Scopri Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer di Kerstin Uvnäs Moberg: spedizione gratuita per i clienti Prime e per ordini a partire da 29€ spediti da ...

Närhetens hormon - Natur & Kultur - nok.se

Pris: 369 kr. inbunden, 2009. Skickas inom 5-15 vardagar. Köp boken Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer av Kerstin Uvnäs Moberg (ISBN 9789127117440 ...

Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer

Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer | Kerstin Uvnäs Moberg | ISBN: 9789127117440 |
Kostenloser Versand für alle Bücher mit Versand und Verkauf duch ...

Närhetens hormon : oxytocinets roll i relationer

LÄS MER