



**Зачем обнимать ребёнка? Вы когда-нибудь задумывались о пользе объятий?**

- увеличивается количество гормона счастья – эндорфина;
- увеличивается количество гормона окситоцина (вещество снижает давление и снимает депрессию);
- повышается уровень гемоглобина;
- объятия укрепляют иммунитет человека.;
- объятия положительно сказываются на нервной системе в целом.

Кроме этого, объятия положительно влияют на эмоциональный и интеллектуальный фон детей:

- благодаря объятиям, ребёнок чувствует себя защищённым в окружающем мире;
- объятия дают детям уверенность в себе;
- объятия имеют положительное влияние на развитие умственных и творческих способностей детей;
- и самое главное - объятия способствуют сближению ребёнка и мамы с папой, благодаря ним устанавливаются доверительные и уважительные взаимоотношения.

А сколько раз в день вы обнимаете своих деток?