**О важных прикосновениях**

**Я думаю не секрет , что объятия и прикосновения сближают людей. Но какие прикосновения что значат и почему важно это делать?**

**Физические контакты могут быть разными. Можно держаться за руки, похлопывать по плечу, обниматься, прижиматься друг к другу. Мало кто задумывается в повседневной жизни насколько важно нам самим и близким нам людям тактильное ощущения друг друга, получать объятия или просто даже нежные касания.**

**Есть культуры, в которых принято при встрече пожимать руки или касаться щека к щеке. Я считаю, что им повезло, т.к они ежедневно обмениваются тактильной информацией. Прикосновение щеки к щеке - означает чувство близости. Ведь в щеке есть медленные нервные волокна, поэтому от неё идёт не только информация , но и эмоция. Прикоснувшись к человеку щекой, вы расположите человека к себе и сами почувствуете сближение.**

**На ладонях, губах и подошвах ног медленные такие нервные волокна не встречаются, поэтому, например, гладя самого себя по руке, мы ощущаем приятный контакт в месте прикосновения, но не в ладони. Но прикосновения рук тоже несёт за собой информацию. Например поглаживание рук означает потребность в большей физической близости, потребность успокоения от получателя или желание согреться. А руки на лице - невербальное выражение любви.**

**Своими прикосновениями мы даём сигнал человеку о потребности близости, не только любовной но и дружеской. Потребность в защите, покровительстве или желании лучше узнать человека - это то, что заставляет нас трогать собеседника. Общение через касание несёт в себе больше эмоциональной информации, чем речь. Поэтому общение в интернете или обычный разговор не могут передать чувство любви в полной мере.**

**Простые искренние прикосновения - это лекарство от отрицательных эмоций и даже стресса . И вообще недостаток прикосновений может быть причиной злости и агрессии .**

**Так что мы все тактильно зависимы ! Будем обниматься ?**