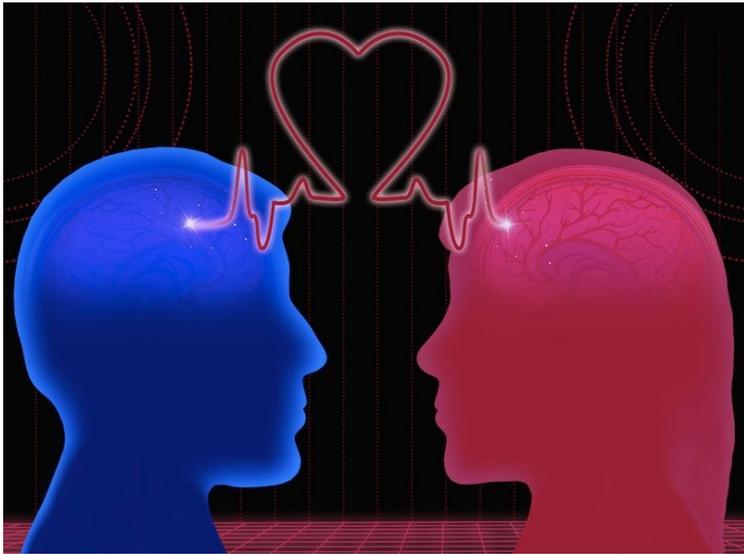


АНАТОМИЯ ЛЮБВИ



Сообщение подготовила:
Мурзина Евгения
Александровна. 6 курс.
ФПММ.

- Любовь и активность мозга.
- Любовь и время.
- Любовь и гендер.



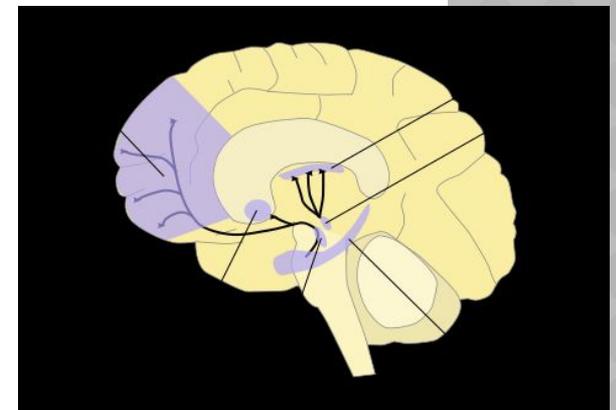
- Ранняя романтическая любовь, длительностью от нескольких месяцев до нескольких лет, связана с системой вознаграждения. Она разделяет системы, используемые в мозге, для «примитивного драйва», такого как жажда. Это может быть причиной, по которой так трудно контролировать так и воспринимать что-либо. Это не наша вина, если мы чувствуем себя неконтролируемыми. Это часть нашего наследия от животного мира.

- ⊙ Интенсивная романтическая любовь связана с системой вознаграждения, которая работает на дофамине.
- ⊙ Романтическая любовь - это не эмоция или серия эмоций, хоть мы и чувствуем много эмоций, когда влюблены. Романтическая любовь - это драйв, мотивация к завоеванию предпочтительного партнера-партнерши.

○ Система вознаграждения начинается в стволе мозга

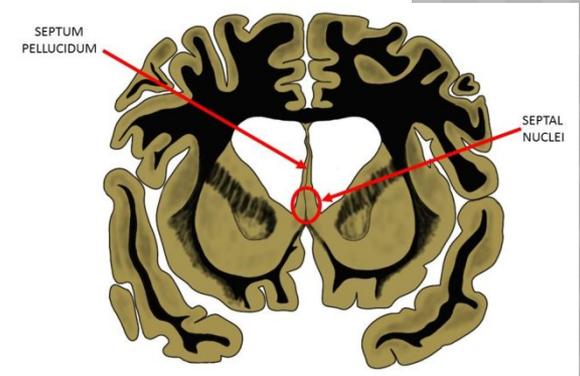
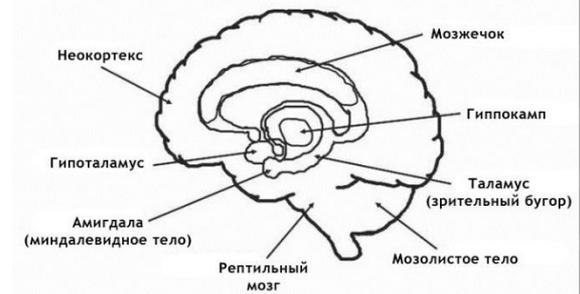
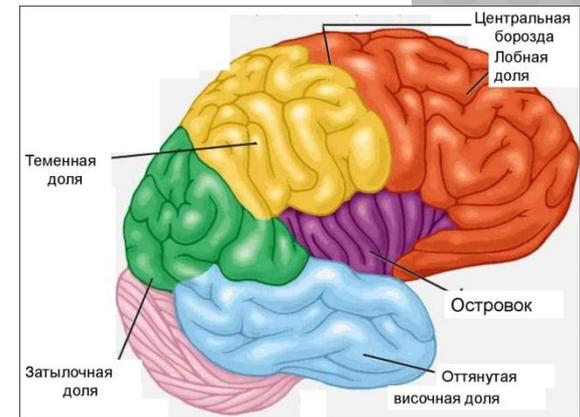


○ Система вознаграждения необходима чтобы выжить. Так как нам нужно знать, когда еда и вода хорошая и вкусная. Тот факт, что любовь активируется глубоко в мозговом стволе, где живут схемы для других рефлексов выживания, заставляет думать о романтике, как о части наших систем выживания.



- Интересно, что кокаиновая зависимость также показывает активацию в тех же мозговых системах, которые связаны с романтической любовью. Исследования показывают, что романтика является одной из естественных пристрастий, одна из которых сохраняется за тысячелетия путем естественного отбора, потому что пары, которые защищают друг друга, с большей вероятностью выживут, чтобы иметь потомство. Наркотики же захватывают эти системы, производя чувства удовольствия, не принося преимуществ.

- В исследовании проведенном Helen Fisher, Lucy L. Brown также затронуты области мозга, связанные с эмоциями: амигдала (миндалевидное тело), перегородка и островковой коры.
- Участники показали деактивацию в миндалине: когда партнеры смотрели на возлюбленную и наблюдалась меньшая нервная активность, чем когда они смотрели на нейтральное лицо.
- Амигдала сильно связана с чувством страха и гнева. Возможно именно поэтому влюбленные так часто кажутся бесстрашными, независимо от каких-либо препятствий, с которыми они сталкиваются. Или то, что внушает им рисковать и подвергнуть себя боли отторжения. Говоря о уменьшении гнева, данных не получено. Деактивация была замечена в лондонском исследовании также Бартельсом и Зеки в 2000 году.
- Все это касается этапа ранней любви, которая длится от нескольких месяцев до нескольких лет.



ЛЮБОВЬ И ВРЕМЯ

- Для многих пар наблюдается резкое снижение удовлетворенности отношениями через несколько лет. «Романтика» исчезает. Новые и возбуждающие ситуации увеличивают уровень допамина (dopamine), что увеличивает активность в системе вознаграждений, а новые и активирующие действия увеличивают удовлетворение отношений.
- На протяжении десятилетий психологи работали над тем, как сделать отношения лучше, какими они могут быть. Один из главных сотрудников, д-р Арт Арон, бывший Университет Стоуни Брук, провел много времени, анализируя этот вопрос.

○ Он и доктор Элейн Арон разработали «модель саморазвития» как способ понимания любви и отношений. Основная идея состоит в том, что существуют два основных человеческих фактора. Один - для выживания, а другой - стремление к расширению. Самораспространение включает в себя: исследование, приобретение (всего от «вещей» до знания, статуса и опыта) и повышение собственной личной эффективности, особенно в отношении достижения целей.

○ Т.е

○ Саморазвитие и новинка



- Модель саморасширения предлагает представление о некоторой спешке и волнении на ранних этапах отношений. Когда вы вступаете в отношения, вы буквально увеличиваетесь в том, кто вы есть. Принимаете / разделяете взгляд своего партнера на мир в дополнение к своему, своему социальному статусу, своим ресурсам. На самом деле, так очень много «самораспространения» происходит на ранних этапах отношений, которые, по-видимому, вносят свой вклад в то как мы чувствуем, что делает это время особенным.
- Самость расширяется до такой степени, что мы начинаем включать нашего романтического партнера в себя. На самом деле так, получается что нейронная активность, записанная, когда кто-то думает о близком друге, похоже и на размышление о себе. В одном из исследований, чем больше человек включал другого в свое чувство себя, тем больше активировалась система VTA или допамин.
- Самораспространение частично объясняет, почему первые несколько месяцев или год новых отношений чувствуют себя настолько сильно опьяняющими.



- Хотя есть много вещей, которые могут повлиять на счастье в долгосрочных отношениях, выделяется еще одно - новизна. Выполнение сложных, захватывающих, новых вещей с вашим партнером доказало, что и в лаборатории, и из нее является одним из самых эффективных способов сохранения искры.
- Это не значит, что партнеры должны научиться дельтапланеризму. Это может быть что-то простое, как ходить в новой части города, попробовать новый ресторан или попробовать боулинг. Может быть, посетить занятие по новому хобби вместе. Дело в том, чтобы сделать что-то новое и сложное - «саморасширяющееся».

ЛЮБОВЬ И ГЕНДЕР



- Есть ли разница между мужчинами и женщинами с точки зрения того, что можно увидеть «в мозгу в любви». В действительности нет. Удивительно, насколько похожи мужчины и женщины, по крайней мере, на рефлекторном уровне романтики при работе мозга в системе вознаграждения.
- Но при изменении статистического порога, для поиска каких-либо гендерных различий, было обнаружено некоторые различия между мужчинами и женщинами в более высоких критических областях мозга.
- Среди мужчин обнаружена активность в области мозга, связанной с интеграцией зрительных стимулов. Большинство антропологов считают, что острота зрения людей эволюционировала миллионы лет назад, чтобы оценить женщину, чтобы убедиться, что она будет достаточно здоровой, чтобы рожать и воспитывать детей.

- ◉ У женщин: активность в областях мозга связана с воспоминаниями, оценкой и планированием памяти. Есть гипотеза о том, почему: в течение миллионов лет женщины не могли смотреть на мужчину и знать, станет ли он хорошим мужем и хорошим отцом. Она должна была помнить, что он обещал сделать два года назад, и сделал ли он это или нет. Тоже делали миллион лет назад: пытаюсь понять из памяти, репутацию человека, чтобы определить, будет ли он хорошим репродуктивным помощником.
- ◉ Лондонское исследование, проведенное Зеки и Ромайей, которое имело большой размер выборки, рассматривало гендерный вопрос очень конкретно. Они так же не обнаружили различий.
- ◉ Более того, они также проверяли людей в однополых отношениях обоих полов. Они не обнаружили различий в данных между гетеросексуальными парами и гомосексуальными парами.

- Независимо от того, кого вы любите, опыт любви кажется для всех одинаковым. Это так же сильно, как и электрификация, и так же непроизвольно, независимо от вашей сексуальной ориентации.
- Система мозга эволюционировала миллионы лет назад, и она работает подобным образом, независимо от того, в кого мы влюбляемся. «Это базовая система, которую мы все разделяем.»

БИБЛИОГРАФИЯ

- <https://theanatomyoflove.com/>
- TED Talk
- [Helen Fisher:](#)
- [Why we love, why we cheat](#)
- [The brain in love](#)
- [Technology hasn't changed love. Here's why](#)

Lucy L. Brown, PhD, is a neuroscientist and Clinical Professor in Neurology at Einstein College of Medicine in New York. She received her PhD in Experimental/Physiological Psychology from NYU in 1973.

Helen Fisher, PhD, is a Biological Anthropologist and Senior Research Fellow at the Kinsey Institute.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

