

# Conectarea la sursa echilibrului emotional, la baza de siguranță -În brațe-



## Conectarea

[www.SapteAniDeAcasa.ro](http://www.SapteAniDeAcasa.ro)

apare atunci când copiii mici aleargă fericiți în jurul nostru apoi, dintr-o dată, se așează în poala mamei sau a tatalui sau se sprijină de ei sau îi ating într-un fel. Acest lucru poate dura câteva secunde sau minute. Apoi pleacă din nou să alerge fericiți, să exploreze.

Această alimentare emoțională servește la crearea unui echilibru chimic minunat în creierul copilului.

Dacă copilul tău face asta, este un adevărat compliment - te simte ca pe o sursă de naturală de bine pentru creier.

Când endorfinele și oxitocina sunt dominante în creier, lumea se simte ca un loc sigur, cald și primitiv. Activate de atingere, de revenirea la baza de siguranță, aceste substanțe neurochimice ne pot aduce cel mai profund sentiment de liniște și mulțumire și capacitatea de a face față stresului vieții cu calm.

Prin experimentarea acestor stări neurochimice în mod regulat, copilul va începe să întâmpine lumea cu interes și mirare, mai degrabă decât cu un sentiment de frică și amenințare.