Razem raźniej

Kategoria: Styl życia
Opublikowano: poniedziałek, 22, listopad 2010 14:04
Odsłony: 5963

Osoby pozytywnie i życzliwie nastawione do otaczającego świata mają więcej znajomych i przyjaciół. A ich liczba ma duże znaczenie dla zdrowia. Jak wykazali naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego, prawdopodobieństwo przedwczesnej śmierci wśród ludzi, którzy mają mało znajomych, jest dwukrotnie większe niż wśród tych, którzy mogą poszczycić się szerokim kręgiem osób bliskich. Kontakty międzyludzkie zwiększają poczucie bezpieczeństwa, osłabiają skutki stresu.

Źródło: Tygodnik Polityka

Phoca PDF