

Jak zakochanie zmienia nasze emocje i zachowanie?

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: czwartek, 15, luty 2024 15:24

Alicja Cisowska

Odsłony: 3072

Klucz do zrozumienia, co motywuje osoby zakochane do zaangażowania się w walkę o uwagę obiektu westchnień, znajduje się w dolnej części mózgu – dowiedli australijscy naukowcy. Wzmoczone pobudzenie zlokalizowanego tam systemu aktywności behawioralnej sprawia, że ukochana osoba znajduje się w centrum naszego zainteresowania, dążymy do jak najczęstszego kontaktu z nią i dla niej jesteśmy też gotowi do zmiany swoich zachowań. Odkrycie może mieć znaczenie w badaniach nad ewolucją miłości romantycznej. Naukowcy wciąż nie mogą zidentyfikować, jaka jest jej geneza, choć wiadomo, że człowiek był do niej zdolny już w momencie pojawienia się na Ziemi jako gatunek.

– Jest wiele rodzajów miłości i każdy z nich wpływa na nas w nieco inny sposób. Zajmują się zagadnieniem miłości romantycznej, czyli stanu, w którym jesteśmy na początku związku uczuciowego, kiedy tracimy głowę i uważamy ukochaną osobę za najważniejszą na świecie. Miłość romantyczna zmienia nas, sprawiając, że obiekt naszej miłości staje się centrum naszego świata. W części mózgu zachodzą duże zmiany, co oznacza, że wszelkie informacje związane z tą osobą są traktowane całkowicie odmiennie – mówi Adam Bode, doktorant antropologii biologicznej z Australijskiego Uniwersytetu Narodowego, jeden z autorów badania.

Badania nad biologicznymi mechanizmami, które przyczyniają się do miłości romantycznej, stanowią słabo rozwiniętą gałąź nauki. Artykuł opublikowany w styczniu w „Behavioral Sciences” rzuca światło na to, jaką rolę w miłości romantycznej odgrywa behawioralny system aktywacji w ludzkim mózgu (BAS). Ogólnie mówiąc, BAS to mechanizm biologiczny wrażliwy na sygnały nagrody, braku kary i ucieczki od kary. Przyjmuje bodźce, które służą za wskazówki do zachowania ukierunkowanego na cel, i aktywuje zachowania pomagające ten cel osiągnąć. Większa wrażliwość BAS może skutkować większym zaangażowaniem się w podejmowanie wysiłków ukierunkowanych na cel.

– Behawioralny system aktywacji jest umiejscowiony w dolnej części mózgu i kieruje naszym zachowaniem. Niektórzy naukowcy wskazują na podobieństwa między miłością romantyczną a chorobą psychiczną, w szczególności uzależnieniem i hipomanią. Wiadomo, że behawioralny system aktywacji ma udział w hipomanii, więc pomyśleliśmy, że może on również odgrywać rolę w przypadku miłości romantycznej, a wyniki naszych badań to potwierdzają – mówi ekspert.

Badanie przeprowadzili naukowcy z Australijskiego Uniwersytetu Narodowego, Uniwersytetu Południowej Australii i Uniwersytetu w Canberze. Wzięło w nim udział 1556 młodych dorosłych osób, które uważały, że są zakochane. Składało się ono z części ankietowej i analizy statystycznej, która pozwoliła zmierzyć, jaki jest związek BAS z intensywnością miłości romantycznej. Badania pokazały, że osoby doświadczające miłości romantycznej wykazują szereg funkcji poznawczych, emocji i zachowań, które sugerują wzmoczoną aktywność BAS. Zmienia się postrzeganie ukochanej osoby, która nabiera dla nich szczególnego znaczenia.

Osoby zakochane podejmują więc szereg wysiłków, aby osiągnąć cel: angażują się w zaloty i są skłonne do zmiany codziennych priorytetów i przyzwyczajzeń (np. ubioru, nawyków, wartości). Gdy już są blisko ukochanej osoby, w odpowiedzi na „sukces” wykazują brak sytości. Stąd bierze się chęć spędzania coraz większej ilości czasu z drugą osobą czy pokusa kontroli, która przejawia się np. w monitorowaniu aktywności partnera w mediach społecznościowych.

Osoby doświadczające miłości romantycznej doświadczają długotrwałego afektu, pewności siebie i zwiększonej energii przez dłuższy czas, na co wskazują objawy hipomanii występujące u nastolatków.

Jak zakochanie zmienia nasze emocje i zachowanie?

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: czwartek, 15, luty 2024 15:24

Alicja Cisowska

Odśloni: 3072

Za miłość romantyczną naukowcy uznali stan, w którym jesteśmy na początku związku uczuciowego i dążymy do stworzenia długotrwałej bliskiej relacji z konkretną osobą. Ze względu na tak sformułowaną definicję do statystycznej części badania włączyli tych uczestników, którzy doświadczali zakochania przez 23 miesiące lub krócej.

– Wiemy, że informacje o ukochanej osobie mają szczególne znaczenie. Gdy mówimy o tej osobie, dużą aktywność wykazuje część mózgu określana jako pole brzuszne nakrywki, skąd rozchodzą się sygnały do pozostałych części mózgu, aby te informacje traktować w szczególny sposób. Miłość romantyczna wiąże się z wieloma neuroprzekaźnikami i hormonami, chociaż szczegóły dotyczące ich udziału nie zostały jeszcze poznane – wyjaśnia naukowiec z Australijskiego Uniwersytetu Narodowego. – Przez większość czasu, kiedy jesteśmy zakochani, miłość romantyczna pełni cztery funkcje – decyduje o wyborze naszego partnera lub partnerki, skłania nas do starań o niego lub o nią, abyśmy mogli nawiązać relację, odpowiada za częste kontakty seksualne z partnerem lub partnerką w czasie trwania związku i sprawia, że tworzymy długoterminowe związki.

Badania australijskiego zespołu mogą pomóc nie tylko w zrozumieniu mechanizmów, ale i historii ewolucji romantycznej miłości. Wciąż niewiele konkretów o niej wiadomo. Zakłada się, że pojawiła się ona od ok. 8–6 mln lat temu do ok. 200 tys. lat temu.

– Ponieważ miłość romantyczna nie występuje u najbliższych nam żyjących naczelnych, szympanсів i bonobo, prawdopodobnie pojawiła się po tym, gdy nasze linie ewolucyjne oddzieliły się od siebie. Jest to jednak uczucie występujące u wszystkich ludzi, więc wiadomo, że pojawiło się ono prawdopodobnie przed pojawieniem się pierwszego człowieka. Jedną z teorii, jaką sformułowałem, jest to, że miłość romantyczna wyewoluowała z więzi między matką a niemowlęciem, uległa replikacji i przyjęła nową funkcję – mówi Adam Bode.

Kolejne badania, w których wezmą udział także naukowcy z innych krajów, w tym z Polski, będą poświęcone m.in. wpływowi antydepresantów na odczuwanie miłości romantycznej.

Źródło: Newseria