Алиса Майер

ЕДА, СЕКС, ОБЩЕНИЕ

Как наш мозг распознает удовольствие

Алиса Майер

Еда, секс, общение. Как наш мозг распознает удовольствие

«Издательские решения»

Майер А.

Еда, секс, общение. Как наш мозг распознает удовольствие / А. Майер — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-934182-2

Согласно исследованиям ученых Оксфордского университета, потребление пищи и занятия сексом представляют собой два вида активности, которые доставляют человеку наибольшее удовольствие. При этом то, что понимается нами как «удовольствие», можно условно разделить на 2 части: удовлетворение ежеминутной потребности и достижение определенного положения в жизни (уровня жизни), позволяющего ощущать себя удовлетворенным в долгосрочной перспективе.

ISBN 978-5-44-934182-2

© Майер А.
© Издательские решения

Еда, секс, общение
Как наш мозг распознает удовольствие

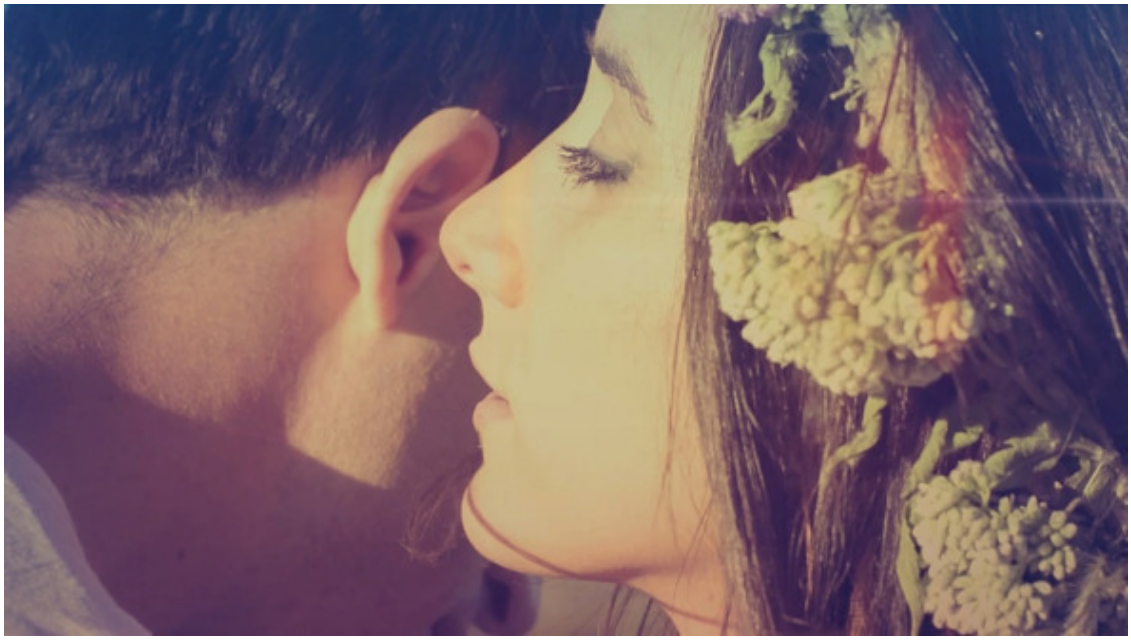
Алиса Майер

© Алиса Майер, 2018

ISBN 978-5-4493-4182-2
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

«Будь счастлив» – одно из самых частых пожеланий, которое можно встретить. Однако счастье представляет собой состояние, складывающееся из многих компонентов.

И только кажется на первый взгляд, что связь между ним и количеством получаемого непосредственно удовольствия является прямой. На самом деле все сложнее. Даже увеличив порцию самого любимого блюда вдвое, человек не становится в тот же момент в 2 раза счастливее. Механизм удовольствия, заложенный в человеческий головной мозг устроен иначе.



Согласно исследованиям ученых Оксфордского университета, потребление пищи и занятия сексом представляют собой два вида активности, которые доставляют человеку наибольшее удовольствие. При этом то, что понимается нами, как «удовольствие» можно условно разделить на 2 части: удовлетворение ежеминутной потребности и достижение определенного положения в жизни (уровня жизни), позволяющего ощущать себя удовлетворенным в долгосрочной перспективе.

Глобальные цели каждого человека связаны со второй частью (удовольствием долгосрочным). Однозначно нельзя говорить о том, что тот человек, который получается множество точечных (единичных) удовольствий будет в целом более счастливым, чем тот, у кого они случаются реже.

Однако понятно обратное: если человек несчастлив, то скорее всего и пиковые удовольствия у него случаются недостаточно часто.

Понятно, что счастливый человек не находится постоянно в состоянии максимального удовольствия. Он все равно получает его, что называется, дозированно.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.