

رابطه اضطراب مادران و خواب کودکان

مادران مضطرب و افسرده، موجب بروز مشکلات خواب نوزادان خود می‌شوند



همشهری آنلاین: مادران مضطرب و افسرده، موجب بروز مشکلات خواب نوزادان خود می‌شوند .

به گزارش ایرنا، محققان دانشگاه پنسیلوانیا با انجام یک مطالعه دریافتند، مادران افسرده و مضطرب احتمالا به خاطر نگرانی‌های مداوم خود، خواب نوزادشان را مختل می‌کنند.

این امر به خاطر این است که نگرانی و اضطراب این مادران موجب می‌شود وقتی نوزاد خواب است آنها را بلند کرده و غذا دهند. این مادران بیشتر به خاطر آرامش عاطفی خود و نه فرزندشان، شب هنگام نوزاد را از تختش خارج کرده و به محل خواب خود می‌برند.

داگلاس تتی مجری این تحقیقات می‌گوید این مطالعه نشان دهنده تاثیرات افسردگی مادر در شب هنگام بر خواب نوزاد است.

این مادران اغلب نوزاد را به محل خواب خود می‌برند چرا که نگرانند به غذا نیاز داشته باشد و یا شاید احساس ناراحتی کند.

به گفته محققان مشکلات خواب اغلب تاثیراتی فراتر از اوان کودکی دارد و می‌تواند تاثیر منفی بر جنبه‌های مختلف رشد از جمله عاطفی، رفتاری و عملکرد تحصیلی داشته باشد.