

A tanulmányok szerint az intelligens gyerekek keveset alszanak és éjjel is felébrednek!



Az anyák aggodása a rossz alvó gyerekek miatt lehet, hogy szükségtelen a kutatók véleménye szerint. Az okos és intelligens gyerekek nem tudnak megszakítás nélkül aludni. Az édesanyák tehát ezért, nem kell idegeskedjenek, hanem inkább boldogok kellene legyenek. Fontos tudni, hogy ez csak egy megállapítás, akkor is lehet a gyerek intelligens, ha alszik éjszaka.

Ez a kutatás csak egy pozitív összehasonlítást tesz az alvás és az intelligencia között. Miért van ez így a tehetséges gyerekeknél?
A legtöbb intelligens gyerek, akiktől megkérdezték, hogy miért nem tud gyorsan elaludni a következőt válaszolta:

“Nem egyszerű, hogy bezárjam az agyamat és ne gondolkozzak.” A felnőttek is küzdenek ezzel a problémával, bár náluk a gondok és a felelősségvállalás okozza legtöbb esetben az alvászavart.

A gyerekek is találkoznak olyan új dolgokkal napközben, ami nem hagyja őket éjszaka aludni. **Peter Fleming, a Bristol egyetem egyik professzora** azt nyilatkozta, hogy a mai szülők elvárják a csecsemőktől, hogy megszakítás nélkül aludjanak éjszaka.

A professzor véleménye szerint szoros összefüggés van a magasabb szintű intelligencia és a kevesebb alvás között a csecsemők esetében. Tudományos szempontból nézve, teljesen normális, hogy a csecsemők nem alszanak éjszaka.

Dacia Narvaez, a Notre Dame egyetem pszichológiai professzora azt állítja, hogy a csecsemők több odafigyelést igényelnek. A gyerekek viszonylag kevés ideig vannak az anyaméhben, ezért születésük után a fejlődés ideje hosszabb méhen kívül. *“A gyerekek sokkal hamarabb születnek meg, mint a legtöbb emlősállat csemetéje. Az újszülött állat, már képes járni, egyedül enni, de a csecsemők nem tudják ezt megtenni. Ezt azt jelenti, hogy nagyon kell vigyázni a csecsemőkre a születést követő hónapokban, addig ameddig az agyuk fejlődni kezd és eléri a fejlett kort.”* - magyarázta el Narvaez professzor.

Fleming professzor egy könnyebb és érthetőbb magyarázatot ad. Az intelligens gyerekek tudják azt, hogy mikor kapnak több figyelmet a szülőktől. Ők észreveszik azt, hogy a szülők például a reggeli órákban többet foglalkoznak velük, mint a nap bármelyik időszakában, ezért kevesebbet alszanak, hogy kihasználják a szülők által kapott kényeztetést és odafigyelést.

Ezért, ha legközelebb a gyereked felébred éjjel 2 óraker, ne keseredj el, hanem legyél büszke, mert valószínű, hogy a gyereked egy zseni lehet, hogy ez a gondolat feledtetni veled a fáradtságot.

(2019-02-02)