

Чи корисний спільний сон дитини й батьків ?

Учений Нільс Бергман з Університету Кейптауна провів дослідження, за результатами яких установив цікаві факти про вплив спільного з батьками сну на розвиток психіки дитини. Виявляється, якщо маля у віці до трьох років спить в одній постелі з батьками, то це сприяє нормальному розвитку головного мозку дитини й нормальному функціонуванню серцево-судинної системи. Діти, які уві сні можуть чути биття материнського серця, сплять довше від тих малюків, яких батьки вкладають спати в окремі ліжечка.