

ما أضرار نوم طفلي بجانبتي؟



الجمعة 22 سبتمبر 2017 06:09 م

هل من الممكن أن ينام طفلك بجانبك بعد التعود على النوم بمفرده؟ نعم عزيزتي "سوبرماما"، فطفلك يحتاج دائمًا إلى حنانك وليس معنى تعوده على النوم بمفرده ألا ينام بجانبك مطلقًا، لذلك سنوضح في هذا المقال المسموح والممنوع في نوم طفلك بجانبك بعد أن يتجاوز عمر الخمس سنوات، والأضرار التي تعود عليه لو تعود على النوم بجانبك في هذه السن؟ لماذا يجب ألا ينام طفلك بجانبك؟ وما الأضرار التي تترتب على ذلك؟

قد يظهر لدى الطفل بعض الأضرار النفسية بسبب تعلقه بالنوم بجانب الأم، ومنها:

- قلة الثقة بالنفس وعدم شعوره بالأمان، وهذا يرجع لاعتياده أن شعوره بالأمان سيحدث فقط في حالة وجود أمه
- اعتماد الطفل على أمه في كل صغيرة وكبيرة حتى في النوم، وعدم قدرته على الاعتماد على نفسه
- الإصابة بالتوتر الانفعالي في حالة عدم وجود الأم، حيث تجدين الطفل يمص في أصابعه
- قلة مهارات الطفل الاجتماعية، وعدم التوافق أو الإنسجام مع الأشخاص لارتباطه بأمه
- قلة انتباه الطفل وعدم إدراكه للأشياء في حالة عدم وجود أمه

7 نصائح لتشجيع طفلك على النوم بمفرده

ولكن يجب أن تتأكدي من قدرة طفلك على النوم بمفرده، حيث يعد ذلك أولى خطوات الاعتماد على النفس وبدء تكوين شخصيته بالانفصال عنك في أثناء النوم

ما الحالات التي تسمحين لطفلك فيها بالنوم بجانبك؟

1. الفزع خلال النوم:

كثيرًا ما يتعرض أطفالنا للفزع في أثناء النوم بسبب بعض الكوابيس، فلا يستطيعون الاستغراق في النوم مرةً أخرى بسهولة، لذا يمكن أن تأخذي طفلك للنوم بجانبك، حتى يشعر بالطمأنينة ويعاود النوم مرةً أخرى

2. مرض طفلك:

الأطفال أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، لذا يمكن أن ينام طفلك بجانبك، حتى تنتهي له جيدًا في أثناء الليل تجنبًا لحدوث أي مضاعفات

3. تغيير مكان النوم:

إذا غيّر الطفل مكان نومه سواء بتغيير الغرفة أو تغيير المنزل، فلا يسهل عليه التعود السريع على النوم بمفرده، لذا يمكن أن تساعدته على ذلك ولا ضرر من نومه بجانبك ليلة أو ليلتين، حتى يتعود على المكان الجديد

10 نصائح تساعدك بها طفلك على تقليل اضطرابات النوم

احرصي على الوسيطة فإذا زاد الأمر عن حده قد ينقلب إلى ضده، لا تبالغي في الحنان فيطلب دائمًا الوجود بجانبك ولا يستطيع الاعتماد على نفسه والتصرف بمفرده، كما أن هذا لا يعني حرمانه من حنانك عندما يكون في حاجة إلى ذلك