

عنوان مقاله:

مروری بر اختلالات خواب در کودکان

محل انتشار:

ماهنامه پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، دوره 4، شماره 34 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

مریم کرچگانی همای - دانشجوی کارشناسی روانشناسی، موسسه غیرانتفاعی امین، فولادشهر، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

امروزه، شایع ترین شکایات والدین مراجعه کننده به کلینیک های روانشناختی مربوط به مشکلات خواب کودکان است. خواب به دو بخش اصلی تقسیم می شود که شامل خواب حرکت سریع چشم و خواب غیرحرکت سریع چشم است. بروز هرگونه مشکل در این دو بخش اصلی، می تواند منجر به اختلالات خواب همچون بی خوابی، نابهنجاری خواب، پرخوابی، اختلالات تنفسی مربوط به خواب، اختلالات ریتم شبانه روزی یا اختلالات حرکتی مربوط به خواب شود. این اختلالات، از عوامل متعددی چون عوامل محیطی و اجتماعی، زیست شناختی و جسمی، وراثت و ژنتیک نشأت می گیرند و می توانند زندگی اجتماعی، تحصیلی و شغلی کودکان را با چالش روبه رو کنند؛ به طوری که کودک مبتلا به اختلالات خواب نسبت به همسالان خود، مهارت های اجتماعی ضعیفی دارد، با مشکلات تحصیلی بیشتری روبه رو است و علائم افسردگی، استرس و فشار روانی را نشان می دهد. لذا، درمان و بهبود بخشیدن به اختلالات خواب در کودکان در اولویت قرار دارد و می تواند به کاهش مشکلات مذکور کمک نماید. این پژوهش به تعریف اختلالات خواب، بررسی تاثیرات اختلال خواب بر عملکرد کودکان، میزان شیوع اختلالات خواب در کودکان، انواع آن در کودکی، عوامل موثر در بروز اختلالات خواب، روش های درمانی و همچنین، بررسی اختلالات خواب در کودکان استثنایی پرداخته است.

کلمات کلیدی:

اختلالات خواب، خواب حرکت سریع چشم، خواب غیرحرکت سریع چشم، کودکان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1501085>

