النساء أكثر عدائية وعصبية من الرجال



أثبتت دراسة حديثة قام بها عدد من الباحثين أنّ النساء يحتجن لمزيد من النوم مقارنة بالرجال، ويكنّ أكثر عدوانية وحدة في الطبع عند عدم أخذ القسط الوافي من النوم.

وأفادت الدراسة أنّ النساء بحاجة للإستغراق في النوم أكثر من الرجال، وذلك لإعادة توازن الهرمونات. وأضاف الباحثون أنّ النساء يعانين أيضاً جسدياً وعقلياً بصورة مختلفة وأكبر من الرجال إن لم يحظن بساعات أطول من الراحة. واختتم الباحثون دراستهم بالقول إن عملية التفكير بمهام متعددة في الوقت نفسه عند النساء، يجعلهن أكثر عرضة للإجهاد النفسي وبالتالي أكثر حاجة لمزيد من الوقت من أجل تعافي الجسم.