

# تاثیر «همسفره بودن با خانواده» در رفتار نوجوانان



محققان دانشگاه مک گیل، اطلاعات بیش از ۲۶ هزار نوجوان ۱۱ تا ۱۵ ساله را در کانادا مورد بررسی قرار داده‌اند که این بررسی‌ها نشان می‌دهد کودکانی که با خانواده خود غذا می‌خورند، در رفتارهای خود بهتر عمل می‌کنند.

«فرانک الگار» از دانشگاه مک گیل در مونترال با اشاره به نتایج این تحقیق می‌گوید: افرادی که شام را با خانواده خود می‌خورند، مشکلات عاطفی و رفتاری کمتری نسبت به سایر کودکان دارند و احساس رضایت از زندگی در آنها بیشتر است.