Monika Huntjens

Dobry sen maluszka. Jak nauczyć dziecko spać. Poradnik dla niewyspanych rodziców

Pobieranie Książek, Ebook - Pdf, Doc, Mobi, Epub

Download
poczytaj24.pl
PDF

Dobry sen maluszka. Jak nauczyć dziecko spać. Poradnik dla niewyspanych rodziców. to obowiązkowa lektura dla wszystkich rodziców, którzy uważają, że jest wspaniale, kiedy zdarzy się noc z trzema pobudkami zamiast sześciu.

Dziecko nie rodzi się z umiejętnością samodzielnego zasypiania. Musi się jej nauczyć, podobnie jak chodzenia i mówienia. Jednym maluchom przychodzi to łatwiej, innym trudniej. Dlatego **usypianie dziecka** to wielkie wyzwanie, przed którym stają wszyscy rodzice. Niewyspani, zmęczeni, w desperacji jesteśmy gotowi zrobić wszystko, by móc chociaż raz na dłużej przyłożyć głowę do poduszki. Tymczasem są sposoby na to, by nasze dziecko zasypiało samo i dobrze przesypiało noc.

Metody przedstawione w książce krok po kroku prowadzą rodziców do sukcesu. Autorka, pierwsza, i jedyna w Polsce, ekspertka od snu dziecka przyjęta do Międzynarodowego Stowarzyszenia Konsultantek ds. snu dziecka, podaje szczegółowy, rozpisany na godziny plan działania, który pozwala cieszyć się przespaną całą nocą już po 2 tygodniach, a wyraźną poprawę odczuć po 3-5 nocach! Kolejne rozdziały omawiają problemy dzieci w określonym wieku od noworodka po przedszkolaka.

Trening praktycznych umiejętności uzupełnia solidna dawka eksperckiej wiedzy od specjalistów, zaproszonych do współpracy przy tworzeniu tego poradnika.

Uwaga Rodzice! Każde dziecko może dobrze spać i możecie mu w tym pomóc!