

СЛУЖБА
"КОНСТРУКТОР ЭФФЕКТИВНОГО
РОДИТЕЛЬСТВА"

ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛОХО СПИТ?

Как улучшить сон ребенка
от 0 до 12 месяцев

- 1. Не терпите, пока ребёнок перерастёт проблемы со сном, — обратитесь за профессиональной помощью.*
- 2. Кормление — не единственный способ уложить малыша спать. Кормите перед сном, но не до полного засыпания ребенка.*
- 3. Качание — это ассоциация на засыпание, необходимости в нем нет. Постепенно переставайте качать к моменту засыпания.*
- 4. Организуйте удобное спальное место: оставьте детскую кроватку вплотную к своей кровати.*
- 6. Не только зубы и голод влияют на сон. Наблюдайте за малышом и помогайте ему в трудные периоды.*
- 7. Если малыш не может уснуть, это не обязательно колики. Постарайтесь найти истинную причину беспокойства.*



СЛУЖБА
"КОНСТРУКТОР
ЭФФЕКТИВНОГО
РОДИТЕЛЬСТВА"

*Для особых моментов
в вашей жизни*

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ:
- ЛОГОПЕДА
- ПСИХОЛОГА
- ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ