

<<宝宝营养100问>>

图书基本信息

书名：<<宝宝营养100问>>

13位ISBN编号：9787807491910

10位ISBN编号：7807491914

出版时间：2008-1

出版时间：7-80749

作者：扎比内·弗里德里希

页数：121

译者：翟欣

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<宝宝营养100问>>

### 内容概要

宝宝半夜里频繁醒来？  
大清早就再也不肯睡了？  
年轻的爸爸妈妈往往寄望宝宝大一点时情况会有所改善，也许过几个月以后宝宝的睡眠节律就能和大人的一致。  
但很多时候却事与愿违：一半以上的孩子迟早会遇到睡眠问题。  
哪怕稍微长大一点以后。  
这本小书就是为了帮助爸爸妈妈缓解压力。  
书中就有关睡眠的各种重要问题做出了回答，指导爸爸妈妈如何让婴幼儿安静下来。

<<宝宝营养100问>>

作者简介

扎比内·弗里德里希女士，育有两名子女，心理学硕士，十余年来一直在德国南部的一家教育咨询机构工作。

此外她还举办进修课程，所作的报告大受欢迎，还出版著作。

在《与孩子一起成长》系列丛书中，她与福尔克尔·弗里贝尔博士一起合著了畅销书《给孩子放松》和《我的孩子睡得

<<宝宝营养100问>>

书籍目录

第一部分 婴儿期(0~1岁) 第一章 疲倦、入睡和睡眠需求 问题1—22 第二章 连续睡觉 问题23—44  
第三章 夜间喂奶?  
问题45—52 第四章 早醒、白天小憩以及睡眠环境问题55—66第二部分 幼儿期(1~3岁) 第五章  
上床和入睡问题67—78 第六章 连续睡觉问题79—93 第七章 白天小憩、夜间进食以及早醒问题94  
—100参考文献索引

## <<宝宝营养100问>>

### 章节摘录

第一部分 婴儿期(0—1岁) 第一章 疲倦、入睡和睡眠需求 问题1—22 宝宝困了吗？

我怎样才能察觉宝宝是不是困了？

专家告诉你要想确定宝宝是不是困了，您得仔细观察他的行为举止，因为宝宝自己已经会表达他的意愿：是想继续玩下去还是想睡觉了。

如果孩子想继续玩下去，他会把身子朝着您；如果他想睡觉了，他会把了转过去。

您还会经常观察到，如果孩子累了，他会揉眼睛、搓耳朵、打呵欠，或者哭哭啼啼。

哭闹也意味着他需要安静。

有些孩子在快困了的时候，对大人把他抱着不放非常恼火。

他会大哭大闹，胳膊挥个不停，好像是不愿意去睡觉似的。

这样一来父母就会误认为孩子还不困，会继续逗他玩。

其实这个时候的孩子只想安安静静地入睡，对父母好心好意的行为只会觉得厌烦。

如果这时把小孩放到床上去，他一般再继续吵几分钟之后，就会很快睡着的。

## <<宝宝营养100问>>

### 编辑推荐

《养最棒的宝宝:宝宝睡眠100问》由江西美术出版社出版。

一半以上的孩子，迟早会遇到睡眠问题，宝宝睡着了，爸爸妈妈的压力就缓解了。

我的宝宝什么时候才会一觉睡到天亮？

为什么宝宝半夜里发出尖叫？

八个月大的宝宝到底需要多长时间的睡眠？

该从什么时候开始教孩子形成睡眠周期呢？

什么样的晚间睡眠仪式值得推荐？

晚上是不是要把宝宝房间的灯关掉？

为什么两岁的小家伙半夜里突然醒来？

三岁的孩子就会做噩梦吗？

绝望的爸爸妈妈们将在这里找到这些以及其它关于宝宝睡眠问题的专业回答。

<<宝宝营养100问>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>