

Videooversigt FREMOVER

1. Hvad du kan møde fremover med søvnen
2. Udviklingsspring.
3. Sygdom.
4. Fra et lursystem til det næste.
5. Institutionsstar
6. Fra sovesværelse til eget værelse.t.
7. Tak for nu, vi kan stadig ses?

FREMOVER

Hvad du kan forvente fremover
med dit barns søvn

FREMOVER

Hvad du kan forvente fremover med dit barns søvn

Fremover er et kort afsnit om det, du kan forvente at støde på med søvnen, som vi ikke allerede har været inde på i kurset. Vi kommer omkring udviklings-spring, sygdom og institutionsstart. Vi kommer også omkring når dit barn kommer til at gå fra 3 lure til 2, fra 2 lure til 1 eller fra 1 lur til slet ikke længere at skulle sove om dagen.

Du er nok endnu ikke i mål med søvnen, men godt på vej. Det er min oplevelse, at ALLE børn kan lære "at mestre søvns kunst" i hvert fald til husbehov. Det er godt nok. Man behøver ikke at elske noget, man ikke elsker, men man skal kunne det sådan nogenlunde, for ellers kommer det til at fylde ALT for meget i ens liv, eller det bliver måske ligefrem hæmme ikke at kunne det. Det er forskelligt, hvor lang tid det tager at nå i mål, og hvor mange ting, der støder til på vejen og gør søvnen mere svær - igen. Men I (du og din baby) kan klare det sammen. Og netop gode sovevaner og god søvn; at kunne falde i søvn og sove (fastholde søvnen) er noget dit barn får brug for resten af livet. God søvn en uvurderlig egen-skab at give sit barn med sig i livet.

God søvn

Ditte Bach, jordemoder.

Det kommer til at gå op og ned med søvnen, men du kan hjælpe dit barn, uanset hvad der venter jer.