

<<养育会睡宝宝>>

图书基本信息

书名：<<养育会睡宝宝>>

13位ISBN编号：9787533032333

10位ISBN编号：7533032330

出版时间：2010-11

出版时间：山东美术出版社

作者：王梦萍

页数：179

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>

## <<养育会睡宝宝>>

### 前言

根据最专业的计算，人类将生命中1/3的时间都花在睡眠上，所以假设你活到90岁，那么你将沉睡30年。

对宝宝而言，尤其是新生儿，睡眠几乎是生活中的头等大事。

只有睡得好才能玩得好，也只有睡得好才能学得好，良好的睡眠是宝宝生理和心理发育的最有力保障。

当然，了解宝宝的睡眠并不是一件容易的事，相对80后的新手爸妈们来说，宝宝的降临给家庭带来喜悦的同时，也带来了许多无奈和烦恼。

“睡吧！”

宝贝，你真烦死了！

”“宝宝，再闹我就把你扔掉！”

”这些自相矛盾的台词你一定了解得不能再了解了。

我们时常会听到身边的新手爸妈们抱怨：“我家宝宝每天从早吵到晚，不光他没有睡眠，连我的好睡眠都没有了。”

## <<养育会睡宝宝>>

### 内容概要

《养育会睡宝宝》结合当今最权威的育儿知识，针对父母最常遇到、最为棘手的宝宝睡眠问题，将宝宝睡眠的真相抽丝剥茧般地详细解让您更了解宝宝，同时也能汲取有经验父母的建设，最权威专家的指点。  
并提供实用可行的神奇妙方。

<<养育会睡宝宝>>

作者简介

王梦萍，高雄师范大学特殊教育系毕业，英国诺丁汉大学教育系硕士。  
多年来一直在幼儿教育研究与儿童心理研究方面努力，兼任大学幼教系副教授。  
在相关媒体发表过近百篇论文，引起讨论热潮，获得许多殊荣。  
著有《每个孩子都要学习的50堂挫折课》《天下没有难教的孩子》《培养孩

书籍目录

第一章 了解宝宝睡眠 第一节 新手爸妈看过来 第二节 睡眠的一般规律 第三节 小测试：宝宝睡眠知多少 第四节 创建宝宝的睡眠日志卡 第五节 宝宝的睡眠计划第二章 良好睡眠的第一乐章 第一节 0~1岁宝宝睡眠特征篇 第二节 0~1岁宝宝睡眠诀窍篇第三章 良好睡眠的奏鸣曲 第一节 1~2岁宝宝睡眠特征篇 第二节 1~2岁宝宝睡眠诀窍篇第四章 良好睡眠交响曲 第一节 2~3岁宝宝睡眠特征篇 第二节 2~3岁宝宝睡眠诀窍篇

章节摘录

插图：3.摇动的床你可以24小时随时都把宝宝抱在怀中吗？

当然，这是近乎于不可能完成的任务。

新生宝宝的到来，让人惊喜却又不不停地制造各式各样的烦恼，你是那样爱他，爱不释手，可是你也明白其实你不能一直把他抱在怀中，别说宝宝不乐意，就是新手爸妈的体力也未必能支撑得了。

于是，为宝宝挑选一个专属的床，就是每个新手爸妈要做的事。

尽管在新生儿刚诞生时，他有可能会有那么一段时间在母婴室完全与妈咪睡在一起，但是随着宝宝一天天长大，一直与爸妈睡在一起总是会有诸多的麻烦，例如你总是紧张地维持着一个睡姿，担心一翻身就会压到你心爱的宝宝；或担心你随便一个动作都会不小心掀起被角，让宝宝受到风寒。

新手妈咪的问题不用别人说我也知道必须为孩子准备一张婴儿床，可是说来容易做起来难，到底什么样的床好用真是让我绞尽脑汁。

床买回来了，要怎么布置才合适又成了新的问题。

宝宝的爸爸试图买一堆绒毛玩具摆在床边，说要从小培养宝宝的美感，我觉

编辑推荐

《养育会睡宝宝》：半夜哭闹不睡怎么办？

宝宝正确的睡眠姿势该是怎样？

宝宝总是睡不安稳怎么办？

根据最专业的计算，人类将生命中三分之一的时间都花在睡眠上。

对于宝宝而言尤其是新生儿，睡眠几乎是生活中的头等大事。

只有睡得好才能玩得好，也只有睡得好才能学得好，良好的睡眠是宝宝生理和心理发育的最有力保障

。

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>