

1. Record Nr.	UNINA9910159394403321
Autore	Valentin Stephane
Titolo	Mon bebe fait enfin ses nuits ... et moi aussi ! : Les conseils d'un expert !
Pubbl/distr/stampa	Cork : , : Editions Infolio (La Source Vive), , 2017 ©2017
ISBN	9782889389940 2889389944
Descrizione fisica	1 online resource (139 pages)
Soggetti	Infants - Sleep Sleep - Physiological aspects
Lingua di pubblicazione	Francese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di contenuto	Couverture -- Page de titre -- Introduction -- Autour du sommeil -- Pourquoi dormons-nous? -- L'organisation du sommeil -- Dormir comme un bebe -- La quantite de sommeil : des besoins tres differents -- Que signifie « faire ses nuits »? -- Fixer l'heure du coucher -- Ou faire dormir son bebe? -- Le co-dormir -- Le sommeil et l'influence de la culture -- La culture - un liant social -- Croyances culturelles et style de maternage -- A chacun son style -- Trouver la « bonne » distance avec son bebe -- Plongee dans le monde culturel des troubles du sommeil -- A la recherche des troubles du sommeil -- « Il est temps de faire dodo » -- Le rituel du coucher -- Des bebes musiciens -- Bebe, maman et doudou -- La place du pere -- Mon bebe n'arrive pas a s'endormir -- « Maman, reste ! » ou l'angoisse de l'etranger -- « Non, je veux pas aller me coucher » ou la phase d'opposition -- La sieste -- Sommeil, ordinateur et jeux video -- Quand les nuits deviennent longues -- Mon bebe se reveille la nuit -- Cauchemars et terreurs nocturnes -- L'ambivalence des sentiments -- Comprendre et apaiser les cris et les pleurs -- La methode Ferber ou « ignorer les pleurs » -- Le protocole du sommeil -- L'homeopathie -- Ecouter son intuition -- Les dix regles d'or -- La Source Vive Editions en numerique -- Copyright.

Sommario/riassunto

This book explores the challenges and solutions related to infant sleep patterns, offering insights for parents struggling with their babies' sleep issues. It discusses the scientific understanding of sleep, including its evolutionary significance and physiological benefits, particularly for infants. The author aims to provide parents with strategies to improve their babies' sleep, emphasizing the importance of finding personalized solutions that suit both the child and the family. The book also delves into historical and contemporary scientific research on sleep, shedding light on its vital role in physical development, cognitive function, and overall health. By sharing testimonials and practical advice, the author seeks to empower parents to confidently address their child's sleep disturbances.
