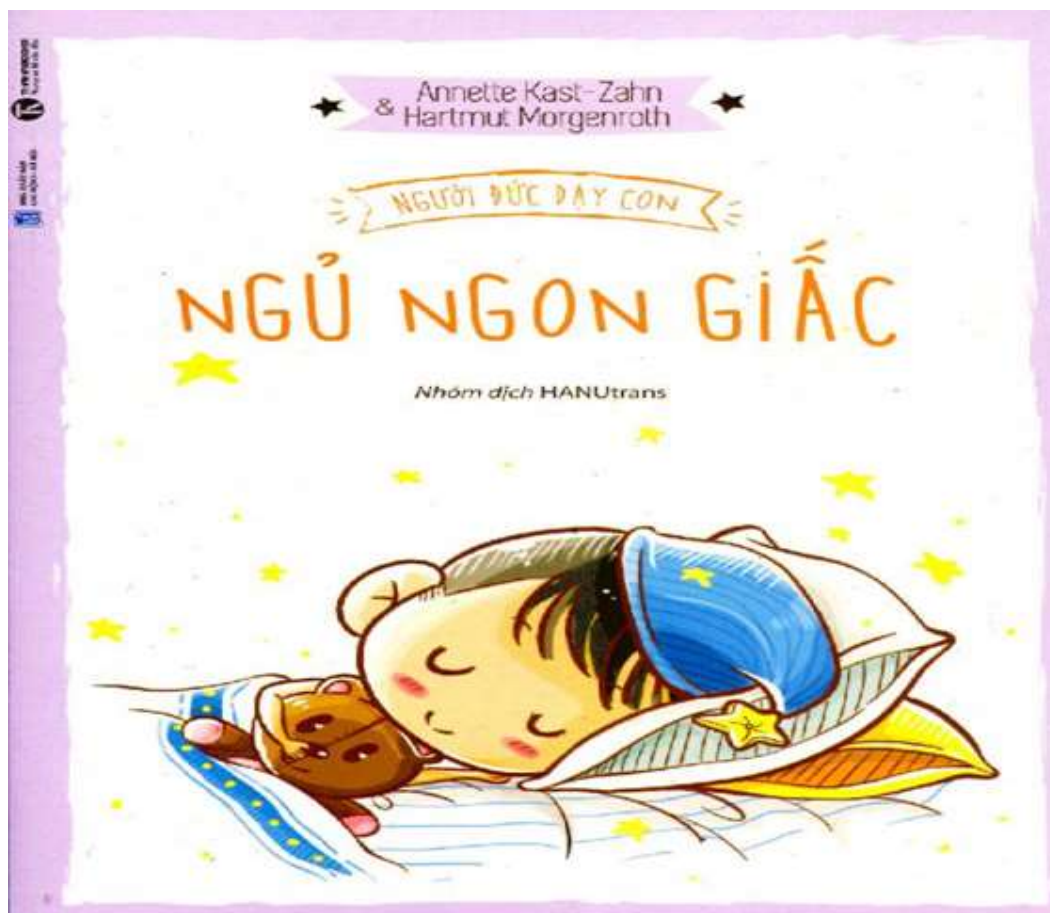


THƯ VIỆN
TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN VĂN CỪ

Giới thiệu sách 03/11/2020
Cuốn sách: “Người Đức dạy ngủ ngon giấc”

Điều lo lắng đối với các phụ huynh là con họ hay gặp ác mộng và có những nỗi sợ về đêm. Tùy theo lứa tuổi và khả năng nhận thức của trẻ mà ta có thể nói chuyện và giải thích cho trẻ hiểu. Thường xuyên âu yếm, trấn an, và ở bên cạnh trẻ là đủ giúp trẻ cảm thấy yên tâm và ngủ lại. Trẻ hay quấy khóc về đêm, thích được ôm ấp, hay giật mình... Tất cả những vấn đề đó sẽ được phân tích chi tiết và kèm theo đó là những phương pháp giúp các bạn nhỏ ngủ ngon giấc theo cách mà người Đức dạy con trong cuốn sách “Người Đức dạy trẻ ngủ ngon giấc”. Chắc ai cũng đã biết cách dạy trẻ của phương Tây, đặc biệt là của người Đức khi chú trọng vào rèn luyện thói quen và tính tự lập cho trẻ. Và với việc ngủ thì để trẻ có thể ngủ ngon cũng là cả một quá trình rèn luyện.



Cách thức chúng ta chăm sóc giấc ngủ của bé mỗi ngày góp phần hình thành sự phát triển các hành vi của bé. Với tư cách làm cha mẹ hãy thử và quan sát một cách khách quan những vấn đề trong giấc ngủ của bé và tự hỏi liệu chính chúng ta có góp phần tạo ra chúng không? Điều này thì khó khăn nhưng thường là bước tiên quyết hướng tới việc cải thiện giấc ngủ của mỗi thành viên trong gia đình: bé ngủ ngon, bạn ngủ ngon.

Tác giả:Hartmut Morgenroth , Annette Kast-Zahn

NVTV: Nguyễn Thị Ngọc Mai