### Babys schalfen anders

Schläft dein Baby schon durch?
Schläft dein Baby bei dir im Bett?

Diese und andere Fragen hören wir Mütter immer wieder und sie beschäftigen uns. In einer gemütlichen Runde wollen wir mehr Verständnis für den kindlichen Schlaf erhalten und uns stärken unsere Kinder zu begleiten.
Der Schlaf des Babys ist ein spannendes Thema und es gibt unzählige Bücher dazu. Doch man kann nicht alle lesen, speziell wenn man müde ist... Für viele Eltern ist es eine große Herausforderung mit dem Schlafverhalten der Babys umzugehen, denn es unterscheidet sich stark von dem eines Erwachsenen.
In einem Kurzvortrag über die Physiologie des kindlichen Schlafes werden Fakten rund um das Thema erläutert. Informationen können das nötige Basiswissen geben, um leichter mit dem Thema umgehen zu können. Konzepte der Emotionellen Ersten Hilfe werden erklärt und erprobt. In einer anschließenden Fragerunde können eventuelle Beispiele genauer beleuchtet.

### ****Il sonno dei bimbi****

Il tuo bimbo dorme tutta la notte?
Dorme con te nel lettone?

Queste e altre domande noi mamme le sentiamo spesso e magari ci fanno pensare. In un atmosfera protetta non giudicante vogliamo comprendere meglio il sonno dei bambini e trovare modi per rafforzarci nell'accompagnare al meglio i nostri bambini.

Il sonno del bambino è un argomento appassionante e ci sono innumerevoli libri al riguardo. Ma non è possibile leggerli tutti, soprattutto quando si è stanchi... Per molti genitori è una grande sfida gestire il sonno dei bambini, perché è molto diverso da quello di un adulto.

In una breve lezione sulla fisiologia del sonno dei neonati, vengono spiegati i fatti relativi all'argomento. Le informazioni possono fornire le conoscenze di base necessarie per affrontare più facilmente l'argomento. Vengono spiegati e dei concetti del Pronto Soccorso Emozionale. In una successiva sessione di domande e risposte, si possono esaminare in modo più dettagliato possibili esempi.