

CHCĘ, BY MÓJ SYNEK SPAŁ WE WŁASNYM ŁÓŻKU

Mój czteroletni synek bardzo lubi spać ze mną i mężem. Wieczorem pakuje się do naszego łóżka i już w nim zostaje. Chciałabym, aby wreszcie zaczął sypiać we własnym łóżeczku. Kiedy próbujemy go tam przenieść, zanosi się płaczem. Co robić?

1. Zacznij od delikatnej perswazji.

Wy tłumacz synkowi, że we własnym łóżku śpi się wygodniej i ma się piękniejsze sny. Powiedz: „Tacy duzi chłopcy jak ty śpią sami”. Możesz dać mu za przykład tatę, który w jego wieku nawet nie myślał o tym, żeby dzielić łóżko z rodzicami.

2. Usypiaj malucha w jego łóżeczku.

Staraj się go kłaść, gdy jest już bardzo senny. Wtedy, być może, nie będzie miał siły protestować. Jeżeli synek poprosi, opowiedz mu lub przeczytaj jego ulubioną bajkę. Ale nie kładź się na łóżku, tylko usiądź na krześle obok! Gdy bajka się skończy, otul malca kołderką, pocałuj, powiedz „dobranoc” i wyjdź z pokoju.

3. Bądź czuła, ale stanowcza.

Nie przybiegaj na każde zawołanie ani płacz dziecka. Pamiętaj, że żadna krzywda mu się nie dzieje. Możesz zajrzeć raz i obiecać, że jeśli grzecznie prześpi całą noc, rano będzie mógł przyjść do was na przytulanki.

4. Gdy synek przyjdzie do was w nocy, odprowadź go do jego łóżeczka.

Położ, otul kołderką i wyjdź. Rób tak za każdym razem, gdy będzie wstawał. W końcu przyzwyczai się do nowej sytuacji.