

بسم الله الرحمن الرحيم

خواب راحت برای کودکان

نویسنده: کتی هالند

مترجم: اکرم شکرزاده

سرشناسه	هالند، کتی	Holland. Katy
عنوان و نام پدید آور	خواب راحت برای کودکان/ نویسنده کتی هالند؛ مترجم اکرم شکرزاده	
مشخصات نشر	قزوین: آریاز، ۱۳۹۰.	
مشخصات ظاهری	۱۰۴ ص.	
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۲۵۸۲-۲-۲	
فهرست نویسی	فیا	
یادداشت	عنوان اصلی: Johnson's Sleep. ۲۰۰۴.	
عنوان دیگر	کودک کجا و چگونه باید بخوابد؟	
موضوع	نوزاد -- خواب	
موضوع	نوزاد -- پرستاری و مراقبت	
شناسه افزوده	شکرزاده، اکرمف ۱۳۶۵، - مترجم	
رده بندی کنگره	۱۳۹۰ ۲ ۸۵ خ / RJ ۴۹۶	
رده بندی دیویی	۶۲۹ / ۱۲۲	
شماره کتابشناسی ملی	۲۵۴۸۰۴۵	

انتشارات

آریاز

خواب راحت برای کودکان

مؤلف / مترجم: کتی هالند / اکرم شکرزاده

تیراژ / چاپخانه: ۱۰۰۰ نسخه / در

قطع / تعداد صفحات / صحافی: رسی / ۱۰۴ صفحه / برای

نوبت چاپ / قیمت: اول، خرداد ۱۴۰۰ / ۲۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۵۸۲-۲-۲

مرکز بخش: کتاب چشمه

قم، بلوار سپه، ۱۶ متری عباس آباد، کوچه مهدیه، پلاک ۸

تلفن: ۷۸۳۶۶۹۲-۷۸۳۶۶۹۱

همراه: ۰۹۱۲۲۵۲۱۲۷۸-۰۰

کلیه حقوق محفوظ و مخصوص کتاب چشمه می باشد.

گیلان / لامیجان / خیابان شهداء / کوچه هشتم / کتابفروشی شهید مطهری / آقای پورابراهیم. تلفن:

۰۱۴۱-۳۲۲۸۹۰۹

کازرون / میدان شهداء / جنب مسجد جامع شهداء / کتابخانه قائم (عج) / آقای رستمیان. تلفن:

۰۷۲۱-۲۲۱۴۵۷۰

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
پیامی برای والدین	۵
فصل: ۱	
مراحل خواب	۷
فصل: ۲	
مکان خواب نوزاد	۱۷
فصل: ۳	
تولد نوزاد	۲۳
فصل: ۴	
تشویق عادت مناسب خواب	۴۷
فصل: پنجم	
برنامه ریزی خواب	۶۱
فصل: ۶	
زمان خواب برای کودک	۷۵

فصل: ۷

عوامل محیطی که باعث بد خوابی کودک می شود ۸۶

فصل: ۸

شرایط خواب ۹۳

www.ketab.ir

پیامی برای والدین

با ارزش‌ترین هدیه دنیا، تولد یک نوزاد است. در چشم نوزاد کوچک، شما مرکز عالم هستید. با پیروی از اصلی‌ترین غریزه تان در لمس، بغل و صحبت کردن با او، زندگی شاد و سالمی را برایش فراهم می‌کنید. این کودک است که والدین را تشویق می‌کند تا به اهمیت تماس در نگهداری و تربیت او پی ببرند و این پیوند آنقدر عمیق و زیباست که فراتر از همه ی پیوندهای دیگر است.

پرورش علمی دقیق نیست و همه نباید از روش مشابهی استفاده کنند. بیش از یک قرن است که جانسن نیازهای والدین و متخصصان بهداشت و سلامت را در زمینه‌ی کسب اطلاعات تأمین می‌کند و ما می‌دانیم که همه والدین وقتی به اطلاعات موثقی دست پیدا می‌کنند، اعتماد به نفس بالاتری در اطفال نقش مهم خود خواهند داشت.

تعهدی که نسبت به شما داریم ما را ملزم می‌کند تا کتابی را در اختیارتان بگذاریم که در زمینه موضوعات تخصصی مهمی مثل دوره بارداری، مراقبت

و رشد کودک که بارها مورد بررسی قرار گرفته، را در اختیار شما بگذاریم. هنگام مطالعه‌ی کتاب، مهمترین چیزی که باید به خاطر داشته باشید این است شما بهتر از هر کس دیگری نوزادتان را می‌شناسید. با مشاهده، گوش دادن و اعتماد به توانایی ذاتی خودتان، می‌دانید که چگونه از اطلاعاتی که در دسترستان است به نفع نوزادتان بهره ببرید.