



Együtt aludni a babával annyit jelent, hogy megosztod az ágyad a kisbabával. Tágan értelmezve az is együtt alvásnak számít, ha a kisbaba a szülőkkel egy szobában alszik, hogy probléma esetén karnyújtásnyira legyen.

Csak a szigorúan vett egy ágyban alvás vált ki indulatokat, mivel bizonyos helyzetek valóban okozhatnak balesetet, ám ezekből kár lenne általánosítani. Az egymás közelében alvásnak kétségtelen előnyei vannak a baba és az anya szempontjából is, ezért az a legjobb megoldás, ha babaöblöt alakítasz ki a kiságyból, így mindenki éjszakai pihenése garantált. Ha a kiságyat közvetlenül a szülői ágy mellé állítjátok, akkor úgy aludhattok együtt, hogy mégsem vagytok egy ágyban, ami abszolút biztonságos.

Sokan az együtt alvás számlájára írják, hogy nagyobb gyerekek sem hajlandóak külön ágyba költözni, vagy mindenféle ürüggyel éjjelente átköltöznek a szülők közé. Ez azonban egyéb okokra is visszavezethető, nem feltétlen csak az okozza, hogy hozzászokott a szülők közelségéhez. Lehet kényelmetlen, huzatos az ágya, zavarja a televízió fénye vagy hangja, és úgy tud megnyugodni, ha a szülők közelében van.

Vegye birtokba a saját birodalmát

Sokan be sem merik vallani, hogy iskoláskorú gyermekük még velük alszik, és képesek bármilyen praktikát bevetni ellene. Érdekes cikkek születnek arról, ki, hogyan vette rá gyermekét a saját ágyban alvásra, és bár a komment szekcióból sok hasznos tippet kaphatunk, sőt megnyugodhatunk, hogy nem vagyunk egyedül a problémával, a tuti megoldást mindenkinek magának kell megtalálnia.

Nem egyszerű megtanítani a babának, hogyan aludjon el egyedül. Következésképpen, lépésről lépésre mutassuk meg neki, mindenki a saját helyén pihen. A nagyobb gyerekekkel már el lehet beszélgetni arról, hogy akkor is biztonságban van, ha senki nincs vele. Mindenképp vegyük komolyan az aggályait, mert csak így derül ki, hogy a "szörny", ami a szekrényben lakik, nem más, mint a frottír fürdőköntös az éjjeli lámpa fényében, és felesleges félni tőle. Amint megszűnik a félelme, nagyot lépünk előre a nyugodt éjszakák felé.

A hívogató ágyneműk vonzereje

Ne feledjük a környezet jelentőségét. Vedd körbe az általa választott, a kedvenc figurájával vagy sportcsapatának logójával díszített kiegészítőkkal; válassz a [NETBoltól mesehősökkel díszített ágyneműhuzatot](#) !

Ha van lehetősége a szoba dekorációjába beleszólni, szívesebben tölti ott az idejét.

Mindenképp legyél kitartó és őszinte vele. Büntetés helyett magyarázd el, mit vártok el tőle. Néha tehettek engedményeket, hiszen a kivétel erősíti a szabályt, de tényleg csak ünnepnapokon. Mivel a gyermek megértésre és elismerésre vágyik, ha azt látja rajtatok, büszkék vagytok rá, törekedni fog arra, hogy boldoggá tegyen benneteket.

Vannak mesék, amik körbejárják ezt a témát. A képi világ sokszor kifejezőbb, mintha csak beszélnétek a megoldásokról. Ha más nem segít, tehettek egy próbát ezekkel is./X/