

Søvn

Arne Olav L. Hageberg

Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet

– Veldig mange foreldre sliter med å etablere gode søvnvaner [hos barna], og det er mye usikkerhet rundt legging. Jeg er prinsipielt imot å ha for rigide tommelfingerregler. Det er vanskelig for foreldre å få barn til å passe inn i et skjema. Man må heller være sensitiv og oppfatte barnets signaler på tretthet, sier psykologen.

Turid S. Berg-Nielsen til Adresseavisen 4.6.2011