

**Dr. Eduard Estivill**

# **So lernen alle Kinder schlafen**

*Die Estivill-Methode:  
sanft, schnell und wirkungsvoll*

Aus dem Spanischen  
von Nina Valenzuela Montenegro

**WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN**

# *Xnfiük*

Einleitung. . . . .	9
1 Mein Kind schläft nicht richtig . . . . .	11
2, Schlafgewohnheit erlernen. . . . .	27
3 Wie man Kindern gesunde Schlafgewohnheiten beibringt . . . . .	47
*r Fragen und Probleme. . . . .	69
Danksagung. . . . .	95