

ABENDPROTOKOLL (ZUBETTGEH-RITUAL)

Name des Babys:

Alter:

Datum:



Schlüssel:

- Aktivitätslevel: lebhaft, mittel, ruhig
- Geräuschpegel: laut, mittel, leise
- Lichtverhältnisse: hell, gedämpft, dunkel

Uhrzeit	Das haben wir gemacht	Aktivitätslevel	Geräuschpegel	Lichtverhältnisse

1. Haben Sie eine festgelegte, immer wiederkehrende Zubettgeh-Routine bzw. ein Ritual?
.....
2. Läuft die Stunde vor dem Zubettgehen meist ruhig, leise und bei gedämpftem Licht ab?
.....
3. Hilft das Zubettgeh-Ritual sowohl Ihnen als auch Ihrem Baby bei der Entspannung? Werden Sie beide schläfrig?
.....
4. Haben Sie zusätzliche Beobachtungen beim Zubettgehen/beim Zubettgeh-Ritual gemacht?
.....