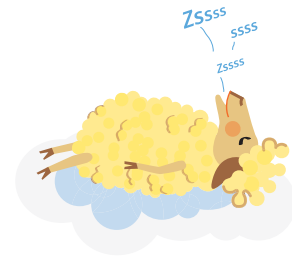


ZEHN-TAGES-PROTOKOLL (ABENDPROTOKOLL/ZUBETTGEH-RITUAL)

Name des Babys:

Alter:

Datum:



Wie viele Tage lang haben Sie den Plan umgesetzt?

Schlüssel:

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

Uhrzeit	
Das haben wir gemacht	
Aktivitätslevel	
Geräuschpegel	
Lichtverhältnisse	

1. Wie oft haben Sie in den vergangenen zehn Tagen das abendliche Zubettgeh-Ritual durchgeführt?
.....
2. Verläuft die Stunde vor dem Zubettgehen meist friedlich, leise und bei gedämpftem Licht?
.....
3. Hilft das Zubettgeh-Ritual Ihrem Baby bei der Entspannung und der Vorbereitung auf den Schlaf?
.....
4. Ist Ihr Zubettgeh-Ritual so fest verankert, dass es für Ihr Baby als Signal fürs Zubettgehen verstanden wird?
.....
5. Ist Ihr Zubettgeh-Ritual für Sie entspannend und angenehm?
.....