





Wie das 24-Stunden - Protokoll führen?

Dieses Protokoll dient der Ermittlung des Schlafverhaltens Ihres Kindes (z.B. Schlafdauer, Einschlaf-/Aufwachzeiten).

Bitte führen Sie das Schlafprotokoll während 14 Tagen.

Das Verhalten Ihres Kindes halten Sie durch Markierungen in

den entsprechenden Spalten wie folgt fest:

- Schlafphasen mit einem waagrechten Strich 
- Wenn Sie Ihr Kind ins Bett legen (Bettzeit): ein Pfeil 
- Wachphasen mit Freilassen
- Schreien oder Quengeln mit Wellenlinien 
- Mahlzeiten oder etwas zu trinken mit Dreiecken 

| ↓ Datum/Uhrzeit → | 6 ⁰⁰ | 7 ⁰⁰ | 8 ⁰⁰ | 9 ⁰⁰ | 10 ⁰⁰ | 11 ⁰⁰ | 12 ⁰⁰ |
|-------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|------------------|
| 25.3. | — | ~∇ | → | — | ~∇ | | |
| 26.3. | — | ~∇ | → | — | ~∇ | | |
| 27.3. | — | | ∇ | → | — | ~∇ | |
| 28.3. | — | ~∇ | | → | — | ~∇ | |
| 29.3. | — | ~∇ | → | — | ~∇ | | |

Mit Ihren genauen Angaben können wir uns ein Bild über das Schlaf-/Wachverhalten Ihres Kindes machen und Sie individuell beraten.