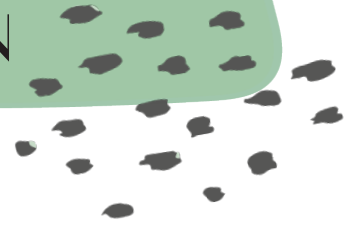


Schlafen

FRAGEBOGEN



Überblick verschaffen: Unser Fragebogen-Guide mit Schlafcoach Katharina

Nehmt euch einen Stift, eine ruhige Minute und füllt gern unseren Fragebogen aus!

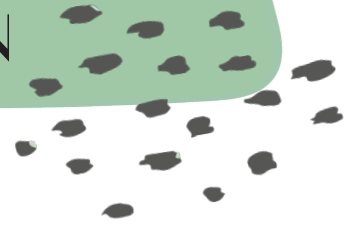
1. Treten die Schlafschwierigkeiten erst seit Kurzem oder schon länger auf?

2. Hat sich an der vorherigen Lebens- & Schlafsituation meines Kindes etwas geändert, was der Auslöser dafür sein könnte?

3. Schläft mein Kind genug bzw. passend viel für sein Alter?

Schlafen

FRAGEBOGEN



Überblick verschaffen: Unser Fragebogen-Guide mit Schlafcoach Katharina

4. Haben wir eine feste Einschlafroutine? Wenn ja, wie sieht diese eigentlich aus?

5. Leidet mein Kind unter gesundheitlichen Beschwerden, die sich möglicherweise negativ auf den Schlaf auswirken?

6. Wie fühle ich als Elternteil mich eigentlich, bzw. wie reagiere ich auf die aktuelle Situation?
