

Einkaufs-Checkliste: Nachtlicht

Kinder haben keine Angst vor der Dunkelheit. Sie haben Angst vor dem Unbekannten.
Für unter fünfzig Euro bekommst Du die ruhigste Nacht, die für Geld zu haben ist.

1 Was ein gutes Nachtlicht können muss

drei Dinge

- ☐ Warmes Licht 12 – 30 €
Warmweiß, etwa 2700 Kelvin. Kaltes Licht sagt dem Körper: Es ist Tag.
- ☐ Dimmbar
Was für uns gedämpft aussieht, ist für ein Kind oft noch hell. Viele brauchen nur einen Schimmer.
- ☐ Das Kind kann es selbst bedienen
Druckknopf oder Antippfläche. Wer selbst über das Licht bestimmt, fühlt sich der Dunkelheit nicht ausgeliefert.
- ☐ Mit Akku statt mit Kabel
Kein Kabel quer durchs Zimmer, keine Steckdose belegt, und das Kind kann es mitnehmen.

2 Wovon ich abrate

- ☐ Musik, Sternenprojektion, Farbwechsel
Sieht im Laden hübsch aus und hält nachts wach, statt zu beruhigen.
- ☐ Deckenlicht brennen lassen oder Fernseher als Einschlafhilfe

3 Der Handgriff, den fast alle falsch machen

Nicht neben das Bett. In Richtung Tür.

4 Der eigentliche Grund, warum Übernachtungen scheitern

- ☐ Steckdosenlicht mit Bewegungsmelder im Flur unter 10 €
Das Kind geht los, das Licht geht an. Keine Bedienung nötig.
- ☐ Dasselbe im Bad unter 10 €
- ☐ Den Weg tagsüber einmal gemeinsam gehen
Nicht abends im Dunkeln zeigen, wo das Licht steht, sondern nachmittags in aller Ruhe.

Wenn das Licht allein nicht reicht

Tür einen Spalt offen, Flurlicht an.
Ein vertrauter Gegenstand von zu Hause — das eigene Kuscheltier oder ein Kissenbezug, der nach der Wohnung der Eltern riecht.

Zehn Minuten vor dem Schlafen

Geh mit dem Kind einmal durchs Zimmer.
Was ist der Schatten an der Wand? Der Vorhang.
Was blubbert da? Die alte Heizung.
Aus Unbekanntem wird Bekanntes.

Preisspannen aus dem Beitrag, Stand August 2026. Zwei passende Lichter und häufige Fragen:

Zurück zur Website

grossvater.de/grosseltern/ausstattung-fuer-enkel/nachtlicht/