

Aufbau 1001kindernacht®-Präsenzkurs 2023

| Block | Inhalt | Zeitaufwand | Leitung |
|--------------------------|--|----------------------------|--|
| Block 1 Teil 1 | Theorie (Angeleitetes Selbststudium mit Kursbuch und Videos) <ul style="list-style-type: none"> • Einstieg • Kindliche Schlafentwicklung & Schlafstörungen • Der menschliche Schlaf / Was brauchen Kinder, um gut zu schlafen? / Was brauchen Eltern, um gut zu schlafen? • Eltern-Kind-Bindung / Die kindliche Schlafentwicklung • Das sichere Nest nach 1001kindernacht® | 6 Stunden | Sibylle Lüpold |
| Block 1 Teil 2 | <ul style="list-style-type: none"> • Co-Sleeping & Bedsharing / Plötzlicher Kindstod – SIDS • Schlafen & Stillen • Bedsharing & Breastsleeping Fragestunde (Zoom-Meeting in der Gruppe) | 4 Stunden 2 Stunden | Sibylle Lüpold |
| Block 2 Teil 1 | Beratungskompetenz (Angeleitetes Selbststudium) | 2 Stunden | Rahel Oberholzer Gioia Quattroventi |
| Block 2 Teil 2 | Beratungskompetenz (Unterricht in der Gruppe) <ul style="list-style-type: none"> • Der Ablauf in der Schlafberatung • Das Pfeilmodell von 1001kindernacht® • Beratungskompetenzen und -methoden • Kommunikationswerkzeuge | 6 Stunden | Rahel Oberholzer Gioia Quattroventi |

| | | | |
|-----------------------------|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Praxis: Üben in Kleingruppen • Kontinuierliche Selbstreflexion • Praktische Fragen rund um die Schlafberatung | | |
| Hospitation | Im Rahmen des Kurses muss in einer Beratung hospitiert werden, wenn die Kursteilnehmerin mit der Prüfung abschliessen will. | 1 Stunde | Bei einer Schlafberaterin 1001kindernacht® |
| Block 3 Teil 1 | Praxiswissen (Unterricht in der Gruppe) <ul style="list-style-type: none"> • Praktische Aspekte einer Schlafberatung • Umsetzung der Theorie in die Praxis • Wie kann die Schlafsituation in der Familie entspannt, das Kind seiner Reife und Entwicklung entsprechend begleitet und die Eltern gestärkt werden? • Verschiedene Fallbeispiele üben und besprechen | 6 Stunden | Karin Guggisberg-Bucher |
| Block 3 Teil 2 | Praxiswissen (Angeleitetes Selbststudium mit Video und Fragen) Gemeinsame Abschlussrunde (Zoom-Meeting in der Gruppe) | 4 Stunden 2 Stunden | Sibylle Lüpold |
| Prüfung (freiwillig) | Die Prüfung ist aufgeteilt in einen mündlichen und einen schriftlichen Teil. Sie ist obligatorisch für alle, die nach Abschluss des Kurses sowohl den Titel «Schlafberaterin 1001kindernacht®», als auch die Werbe- und Weiterbildungsangebote von 1001kindernacht® nutzen wollen. | Ca. 4 Stunden | Sibylle Lüpold Karin Guggisberg-Bucher |
| | | Insgesamt: Ca. 37 Stunden (mit Prüfung) | |