

Aufbau 1001kindernacht®-Homekurs 2023

Block	Inhalt	Zeitaufwand	Leitung
Block 1 Teil 1	Theorie Angeleitetes Selbststudium (Kursbuch und Video) <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® • Co-Sleeping & Bedsharing / Plötzlicher Kindstod – SIDS • Schlafen & Stillen • Bedsharing & Breastsleeping 	10 Stunden	Sibylle Lüpold
	Fragestunde (1:1 Zoom-Meeting)	1 Stunde	Sibylle Lüpold
Block 2 Teil 1	Beratungskompetenz (Selbststudium)	4 ½ Stunden	Rahel Oberholzer
	Übungstunden (1: 2 Zoom-Meeting) <ul style="list-style-type: none"> • Der Ablauf in der Schlafberatung • Das Pfeilmodell von 1001kindernacht® • Beratungskompetenzen und -methoden • Kommunikationswerkzeuge • Praxis: Üben in Kleingruppen 	2 x 90 Minuten	Gioia Quattroventi

	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<p>Praxiswissen (Selbststudium)</p> <p>Übungstunden (1: 1 Zoom-Meeting)</p> <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 	Ca. 10 Stunden 3 Stunden	Karin Guggisberg-Bucher Sibylle Lüpold
Prüfung (freiwillig)	<p>Die Prüfung ist aufgeteilt in einen mündlichen und einen schriftlichen Teil.</p> <p>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.</p>	Ca. 4 Stunden	Sibylle Lüpold Karin Guggisberg-Bucher
		Insgesamt: Ca. 35 Stunden (mit Prüfung)	