

Aufbau 1001kindernacht®-Kurs 2025

Selbststudium / Begleitetes Lernen

	Inhalt	Material	Zeitaufwand	Zuständige Person vom Team
Erstkontakt	<ul style="list-style-type: none"> • Kurzes, persönliches Infogespräch 		15 Min.	Sibylle Lüpold
Anmeldung	<ul style="list-style-type: none"> • Definitive Anmeldung Kurs • Einzahlen des Kurstarifs • Unterschreiben des Vertrags 	Kursbuch per Post Diverse Unterlagen per Mail		Wiebke Heitmann
Block 1	Theorie <ul style="list-style-type: none"> • Schlafstörungen • Kindliche Schlafentwicklung • Eltern-Kind-Bindung • Co-Sleeping & Bedsharing • Das sichere Nest • Sicheres Schlafen / SIDS • Schlafen & Stillen • Nächtliches Abstillen • Alleine schlafen lernen • Väter, Geschwister uvm. 	Kursbuch 7 Videos	10 Stunden (Lesen des Kursbuches & Schauen der Videos)	Sibylle Lüpold
Block 1	Fragestunde		1 Stunde	Zoom-Meeting mit Sibylle Lüpold
Block 2	Beratungskompetenz <ul style="list-style-type: none"> • Theorie und Grundhaltung der Schlafberatung • Das Pfeilmodell 1001kindernacht® • Fragetechniken • Qualitätssicherung 	Kursbuch Zusätzliche Unterlagen	5 Stunden	Gioia Quattroventi oder Rahel Oberholzer
Block 2	<ul style="list-style-type: none"> • Übungstunden • Ablauf der Schlafberatung • Beratungskompetenzen und -methoden • Kommunikationswerkzeug • Kontinuierliche Selbstreflexion 		2x 1½ Stunden oder 1x 1½ Stunden	Zoom-Meeting mit Gioia Quattroventi oder Rahel Oberholzer und einer weiteren Teilnehmerin ohne weitere Teilnehmerin

Hospitation	Beobachten / Analysieren einer Schlafberatung bei einer Schlafberaterin1001kindernacht®	Abgeben einer schriftlichen Zusammenfassung	1 Stunde ½ Stunde	Schlafberaterin1001kindernacht®
Block 3	Praxiswissen <ul style="list-style-type: none"> • Wichtige Faktoren der Schlafberatung • Fallbeispiele • Rechte, Pflichten, Öffentlichkeit • Kompetenzen und Grenzen • Selbstfürsorge 	Kursbuch Zusätzliche Unterlagen	8 Stunden	Karin Guggisberg-Bucher
Block 3	Übungsstunden <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung der Theorie in die Praxis • Verschiedene Fallbeispiele üben und besprechen 		3 Stunden	Zoom-Meeting mit Karin Guggisberg-Bucher und Gioia Quattroventi
Abschluss	Klären der letzten Fragen und abschliessen des Kurses		1 Stunde	Zoom-Meeting mit Sibylle Lüpold
Prüfung schriftlich	15 Fragen schriftlich beantworten	Prüfungsfragen per Mail	3 Stunden	Sibylle Lüpold
Prüfung mündlich	Ein Fallbeispiel im Rollenspiel		½ Stunde	Zoom-Meeting mit Karin Guggisberg-Bucher
			Zeitaufwand	Total = ca. 35 Stunden
Selbststudium	Individuell: Je nach Arbeitstempo mehr oder weniger		Ca. 26 Std.	
Begleitete Stunden			Ca. 8-10 Std.	