

THE SLEEP CODE® ACADEMY



OPLEIDING
BABY- EN
KINDERSLAAPCOACH



AANGEBODEN DOOR

THE SLEEP CODE®
ACADEMY

ONDERLEIDING VAN

DULLAERTS LISE
DE BABYSLAAPCOACH



SLAAPPROBLEMEN BIJ KINDEREN

**SLAAP IS VAN
LEVENSBELANG, VOOR
ONS ALLEMAAL MAAR
ZEKER VOOR EEN
OPGROEIEND KIND.
BABY'S EN KINDEREN
GROEIEN IN HUN SLAAP,
WAARDOOR DIT EEN
ESSENTIEEL ONDERDEEL
IS VAN HUN
ONTWIKKELING.**

Fysieke gezondheid: Slaap speelt een cruciale rol in de fysieke ontwikkeling van jonge kinderen. Tijdens de slaap geeft het lichaam groeihormoon af, wat essentieel is voor de ontwikkeling van botten, spieren en andere weefsels. Voldoende slaap versterkt ook het immuunsysteem, waardoor kinderen ziektes kunnen bestrijden.

Cognitieve ontwikkeling: Slaap is cruciaal voor cognitieve functies zoals geheugenconsolidatie, aandacht en probleemoplossing. Kinderen die voldoende slaap krijgen, kunnen zich beter concentreren, leren en goed presteren op academisch gebied.

Emotionele regulatie: Een gebrek aan slaap kan leiden tot prikkelbaarheid, stemmingswisselingen en problemen bij het beheersen van emoties. Goede slaap helpt bij het reguleren van de stemming en het emotionele welzijn, wat bijdraagt aan een emotioneel stabiel en veerkrachtiger kind.

Gedragsproblemen: Onvoldoende slaap kan bijdragen aan gedragsproblemen zoals hyperactiviteit, impulsiviteit en problemen met zelfbeheersing. Een goed uitgerust kind zal eerder gewenst gedrag vertonen en op een passende manier reageren op verschillende situaties.

OPLEIDING

BABY- EN KINDERSLAAPCOACH

VOOR WIE

De opleiding is gericht op professionele zorgverleners of coaches die werken met baby's/jonge kinderen en hun ouders/verzorgers. Hierbij wordt vooral gedacht aan zorgverleners met kennis in vroedkunde, pediatrie, psychologie, pedagogie, orthopedie, ... Als ook kraamverzorgenden of kinderverzorgers. Deze opleiding is verdieping en steunt op de kennis die cursisten hebben uit hun vooropleiding of werkervaring.

Niet zorgverleners kunnen een motivatie mailen naar info@debabyslaapcoach.com om ook toelating te krijgen tot de opleiding. In de motivatie staat vermeld welke opleidingen of bijscholingen al gevolgd werden en wat de motivatie is om deze opleiding aan te gaan, als ook wat de cursist zal doen met het behaalde certificaat.

INHOUD

De opleiding is opgebouwd uit 8 modules, opgebouwd uit een theoretisch deel en casuïstiek.

De theorie modules zijn volledig online. Er zijn in de eerste maanden verschillende coachingcalls & casusbesprekingen, met Lise via live zoommeeting. Nadien volgt ook een stage periode van 3 maanden waarin de cursisten 10 gezinnen begeleiden in een enkelvoudig consult, voor de kleinere slaap- en onrustproblemen en 2 gezinnen begeleiden in een traject om de ruimere slaap- en onrustproblemen aan te pakken.



MODULES

**HIERONDER VINDT U DE MODULES
EN DE OPBOUW VAN DE ONLINE
LESDAGEN:**

M1: Ontwikkeling van het kind: Van zwangerschapswens tot ontwikkelingsfasen, ontwikkelingstaken en gedragsontwikkeling (0 - 5 jaar)

M2: Ontwikkeling van de ouder: Van zwangerschapswens en imaginaire baby tot ouderschap, met alle ouderschapsvormen en visies.

COACHING EN CASUÏSTIEK

M3: The Sleep Code®: Sleep Basics (neurologische en biologische ontwikkeling van de slaap) maar ook de slaapomgeving, slaapassociaties, slaaplocaties, troosten (THE SLEEP CODE®- benadering), routines en de slaapevolutie/leeftijd komen aan bod, als ook de troubleshooters!

M4: Slaapproblemen: In deze module gaan we in op alle problemen die kunnen ontstaan bij het slapen, slaappathologie en vooral hoe je deze kan aanpakken en begeleiden.

COACHING EN CASUÏSTIEK



MODULES

M5: Huilen en Regulatie: Het stressraam en de kracht van zelfregulatie wordt besproken.

De 5 domeinen van zelfregulatie en co-regulatie zullen de basis vormen voor het behandelen van stress. Ook begeleiding van huilen en emotiecoaching komen aan bod.

M6: Voeding en slapen: Van de ontwikkeling van het darm- microbioom en de mondmotoriek, over borst- en flesvoeding naar vaste voeding en de meest voorkomende voedingsproblemen.

M7: Spel en setting up your home: Opzetten woon- en speelomgeving (0 -5 jaar). Info over open- ended play, sensorisch spel, verbindend spel en zelfstandig spelen.

M8: Coaching: Het eerste contact en anamnese, opzetten begeleiding en ondersteunen van de ouder in nood. (in een live call met Lise)

ORGANISATIE VAN DE OPLEIDING

Inschrijven:

www.thelsleepcodeacademy.com

Via email:

info@debabyslaapcoach.com

VIDEO'S EN CURSUSSEN WORDEN AANGEBODEN OP HET ONLINE PLATFORM HUDDLE.

OPBOUW MODULES

Korte video onderdelen die samen
een geheel vormen.

Volledig te volgen op je eigen tempo

Casusdagen en Q&A momenten
worden afgesproken bij de start van
het nieuwe jaar. (Van de cursisten
wordt verwacht dat zij de casussen
voorbereiden, zodat deze uitgebreid
kunnen besproken worden tijdens
coaching- en casuscalls.)

Na de theoriemodules te hebben
doorlopen wordt een stageperiode
ingelast waarin de cursisten
slaapconsulten uitvoeren onder de
supervisie van de babyslaapcoach. De
opleiding wordt afgerond met
verslagen van de consultaties en de
begeleiding van de gezinnen.
Wanneer uit deze verslagen blijkt dat
de cursist de informatie van de
opleiding heeft verwerkt en kan
toepassen in de praktijk wordt het
certificaat overhandigd.

KOSTPRIJS OPLEIDING:

€2799

Afbetaling is mogelijk:

6x€470

THE SLEEP CODE®

The Sleep Code®- benadering werd ontwikkeld om de nadruk te leggen op de unieke individuele slaapontwikkeling van het kind. The Sleep Code® is geen stappenplan of een methode die opgelegd wordt en quick fix resultaten belooft, The Sleep Code® is een unieke aanpak (een code) die uitgewerkt wordt voor elk uniek kind in zijn specifieke situatie. The Sleep Code® biedt ouders handvaten om slaapoplossingen te vinden, passend bij hun situatie en kind, door middel van responsieve methodes van omgaan met onrust en huilgedrag.

De The Sleep Code® staat voor:

- veilige hechting
- werken met de neurologische en biologische (slaap)ontwikkeling van het kind
- ouders inzichten geven in hoe "normale" baby slaap eruit ziet en wat realistische verwachtingen zijn
- waardering tonen voor het zich nog ontwikkelende brein van de baby/het kind, rekening houdende met hun specifieke noden
- ouders aanmoedigen om te geloven in hun eigen instinct
- ouders in staat stellen om veranderingen aan te brengen om de kwaliteit van de slaap van de baby/het kind te verbeteren rekening houdende met de noden van zowel de ouder als de baby/het kind

The Sleep Code®- benadering leert ouders hoe zij op een dieper niveau contact kunt maken met kind en hoe zij belangrijke veiligheidsgevoelens kunnen versterken, zodat hun kind voorbereid is en weet hoe hij/zij in slaap moet vallen wanneer hij/zij, op basis van zijn/haar ontwikkeling, hiervoor klaar is.

Binnen deze aanpak staat ontwikkelingsgerichte zorg, IMH en leeftijd passend handelen centraal.

The Sleep Code®- benadering werd dan ook gebaseerd op infant mental health studies, verbindend opvoeden, RIE- parenting en montessori. The Sleep Code® houdt rekening met de biologische en neurologische ontwikkeling van het kind, gebaseerd op de studies van Daniël J Siegel, dr. Sears en dr. Neufeld.



THE SLEEP CODE® ACADEMY

In september 2022 werd The Sleep Code® Academy opgericht door Lise Dullaerts, De Babyslaapcoach.

De academie ontstond na vraag uit het werkveld. Verschillende zorgverleners waren vragende partij voor een opleiding met the aanpak die De Babyslaapcoach hanteert.

Zo ontstond The Sleep Code® Academy.

Augustus 2023 studeerde de eerste lichting aan slaapcoaches af, als eerste Belgisch gecertificeerde Baby- en kinderslaapcoaches.

De academie werd opgericht met de idee zorgverleners, of gemotiveerde toekomstige coaches, de tools te geven om gezinnen met kinderen met slaapproblemen adequaat en op een liefdevolle manier te helpen.

De academie gaat verder dan de standaard adviezen, die vaak gericht zijn op gedragsbijsturing zonder rekening te houden met de noden van het kind. De academie biedt cursisten de handvaten die zij nodig hebben om gezinnen in hun unieke situaties te helpen op een manier die de noden van zowel de ouders als het kind centraal stellen.

WIE IS DE BABYSLAAPCOACH?

LISE IS SINDS 2008 VERLOSKUNDIGE EN HEEFT MEER DAN 15 JAAR ERVARING BINNEN DE NEONATALE EN PERINATALE ZORG. SINDS 2016 IS ZIJ AAN DE SLAG ALS EEN VAN DE EERSTE SLAAPCOACHES VAN BELGIË EN IN 2018 ONTWIKKELDE ZIJ HAAR EIGEN GEREgistreERDE AANPAK BINNEN SLAAPCOACHING "THE SLEEP CODE®"

JONGE KINDEREN HELPEN EN ONDERSTEUNEN BIJ ONRUST- EN SLAAPPROBLEMEN IS HAAR PASSIE. DIT DOET ZE DOOR OUDERS TE HELPEN OM DE NODEN VAN HUN KIND BETER TE HERKENNEN EN TE BEGRIJPEN. LISE ONDERSTEUNT DE OUDERS OM OP DEZE NODEN PASSEND TE REAGEREN, ZODAT ONRUST KAN VERDWIJNEN EN MEER SLAAP KAN ONTSTAAN VOOR IEDEREEN.

IN 2022 STARTTE ZIJ DE EERSTE BELGISCHE GECERTIFICEERDE OPLEIDING TOT BABY- EN KINDERSLAAPCOACH, IN DE SLEEP CODE®- ACADEMY.

VIA DEZE WEG WILT LISE HAAR KENNIS EN ERVARING DELEN MET ANDERE ZORGVERLENERS EN COACHES OPDAT NOG MEER GEZINNEN KUNNEN GEHOLPEN WORDEN.

CERTIFICERING

De opleiding geniet een **WSE- label**, Kwaliteits- en registratiemodel van dienstverleners binnen Werk en Sociale Economie.

Dit geeft The Sleep Code® Academy de mogelijkheid om een certificering uit te schrijven voor de opleiding baby- en kinderslaapcoach.

De algemene voorwaarden zijn terug te vinden op

www.thesleepcodeacademy.com/algemenevoorwaarden

Dit label houdt in dat The Sleep Code® Academy moet voldoen aan kwaliteitsvoorwaarden opgelegd door de Vlaamse overheid.

Wanneer aan de kwaliteitsvoorwaarden wordt voldaan ontvangt de academie een kwaliteitslabel.



CONTACT



MEER INFO OF VRAGEN?

www.thesleepcodeacademy.com

Info@debabyslaapcoach.com

0472/47.76.86