



Studiegids

OPLEIDING KINDERSLAAPCOACH

Slaapkops

Versie 2022



Inleiding

Bedankt voor je aanvraag voor de studiegids voor de opleiding “Kinderslaapcoach”. In deze studiegids vind je alle praktische informatie over de opleiding.

De opleiding tot kinderslaapcoach is voor iedereen die graag voor en met jonge kinderen werkt en waarvan het de passie is om ouders te helpen naar meer rust binnen het hele gezin. Het is een dankbaar beroep en je hebt voornamelijk contact met ouders die het écht even niet meer weten en jij bent degene die ze weer houvast biedt en een stip aan de horizon laat schijnen.

De oprichtsters van Slaapkops: Tamara Kops, Anne-Mieke de Boer en Glynis Engelen hebben inmiddels honderden gezinnen mogen helpen aan meer slaap. Zij zijn niet alleen gecertificeerd slaapcoach, maar Tamara heeft ook een cursus kinderpsychologie succesvol afgerond en is docente babymassage. Daarnaast zijn Anne-Mieke en Glynis ook gespecialiseerd in slaapproblemen bij kinderen met special needs (denk hierbij aan kinderen met ADHD, Syndroom van Down of autisme). En niet te vergeten: zij zijn alle drie ervaringsdeskundige en hebben te maken gehad met veel slapeloze nachten.

Ben jij op zoek naar..

- ☾ Een fijne besloten community waar we elkaar verder helpen.
- ☾ Een praktische online omgeving waar je op jouw eigen tempo de opleiding kunt volgen.
- ☾ Lifetime toegang tot alle informatie én alle toekomstige aangevulde informatie.
- ☾ Tijd- en plaats onafhankelijk werken.
- ☾ Werk met een grote voldoening.

Lees dan snel verder in deze studiegids. Heb je naar aanleiding van deze studiegids nog vragen? Stel deze dan gerust via info@slaapkops.nl en we komen binnen 48 uur bij je terug.

Succes!

Liefs,

Tamara, Anne-Mieke, Glynis
Slaapkops

Versie: februari 2022



Disclaimer:

Alle rechten zijn voorbehouden. De studiegids is bedoeld voor persoonlijk gebruik zonder commercieel doel. Je mag de studiegids niet doorsturen en/of verkopen, kopieën maken en verspreiden.



Inhoudsopgave

 Inhoud opleiding	4
 Inhoudsopgave opleiding	4
 Wanneer slaag je?	6
 Wat kun je doen na afronding van de opleiding?	6
 Voor wie is de opleiding bedoeld?	6
 Praktische informatie	7
 Tijdsduur	7
 Locatie	7
 Kosten	7
 Bijscholing	8
 Ja, ik wil starten!	9
 Afsluiting	9



Inhoud opleiding

Tijdens de opleiding tot kinderslaapcoach leiden we je op tot een echte professional. Goed om te weten is dat kinderslaapcoach geen beschermd beroep is. Iedereen mag zich dus kinderslaapcoach noemen. In de praktijk is dit natuurlijk niet aan te raden, omdat je cruciale informatie mist om je werk goed te kunnen doen. En bovendien straalt het vertrouwen uit richting de gezinnen die je begeleidt als je goed gemotiveerde informatie verschaft.

Tijdens de opleiding geven we je praktische informatie over hoe het slapen werkt, tegen welke slaapproblemen ouders aanlopen, hoe je deze ouders het beste kunt helpen en welke hobbels je op de weg naar meer slaap tegen kunt komen. Daarnaast volgt er na elk hoofdstuk een toets, om te toetsen of je de informatie goed hebt begrepen.

Aan het eind van de volledige opleiding is er een eindtoets. Deze eindtoets draait om een slaapplan schrijven voor een situatie die wij je schetsen. Vervolgens zullen wij dit slaapplan nakijken en beoordelen.

Inhoudsopgave opleiding

De inhoud van de opleiding ziet er als volgt uit:

Introductie

1. De basis

-  1.1 Hoe werkt slaap?
-  1.2 Invloed bevalling op slaap
-  1.3 Borstvoeding
-  1.4 Flesvoeding
-  1.5 Vaste voeding
-  1.6 Wiegendood
-  1.7 Slaapproducten
-  1.8 Slaapomgeving
-  1.9 Verwachtingen
-  1.10 Post-partum depressie/babyblues
-  1.11 Ouderschapstijlen
-  1.12 Ontwikkeling van het kind
-  1.13 Hooggevoelige kinderen
-  1.14 Onruststokers
-  1.15 Veilige hechting
-  1.16 Toets hoofdstuk 1












2. Slapen per leeftijd

-  2.1 0-3 maanden
-  2.2 4-6 maanden
-  2.3 7-9 maanden
-  2.4 10-12 maanden
-  2.5 13-15 maanden
-  2.6 16-18 maanden
-  2.7 19-24 maanden
-  2.8 25-36 maanden
-  2.9 4 jaar
-  2.10 Toets hoofdstuk 2

3. Slaapschema's per leeftijd









-  3.1 0-3 maanden
-  3.2 4-6 maanden
-  3.3 7-9 maanden
-  3.4 10-12 maanden
-  3.5 13-15 maanden
-  3.6 16-18 maanden
-  3.7 19-24 maanden
-  3.8 25-36 maanden
-  3.9 4 jaar
-  3.10 Toets hoofdstuk 3

4. Slaapmethodes




-  4.1 Sush/Pat
-  4.2 Pick up put down
-  4.3 Stoel in de kamer methode
-  4.4 Kissing game
-  4.5 Snelle checks
-  4.6 Cry it out
-  4.7 Beloningskaart/slaaptrainer/monsterspray
-  4.8 Hoe kies je een methode?
-  4.9 Toets hoofdstuk 4



5. Slaapproblemen

-  5.1 Vroeg wakker worden
-  5.2 Korte dutjes
-  5.3 's Nachts vaak wakker worden
-  5.4 Niet zelfstandig in slaap kunnen vallen
-  5.5 Meerlingen
-  5.6 Slapen op de opvang
-  5.7 Uit bed
-  5.8 Toets hoofdstuk 5

6. Slaapplan schrijven

-  6.1 Voorbeeld slaapplan
-  6.2 Welke onderdelen moeten terugkomen in een slaapplan?
-  6.3 Aan de slag! Schrijf 2 onderdelen van het slaapplan

7. Jouw business vermarkten

-  7.1 Naam/logo
-  7.2 Huisstijl
-  7.3 Website
-  7.4 SEO/SEA
-  7.5 Social media
-  7.6 Offline marketing

EINDTOETS

Wanneer slaag je?

We willen natuurlijk dat je pas aan de slag gaat als je ook alle kennis tot je hebt kunnen nemen. Het is daarom belangrijk om alle lessen af te ronden en alle toetsen te hebben behaald (100% score).

De eindtoets (het uniek geschreven slaapplan) zal uiteindelijk de beoordeling zijn of je er klaar voor bent om al je kennis in de praktijk te gaan brengen. Deze kan worden beoordeeld met een voldoende of onvoldoende. Het slaapplan zullen wij in allebei de gevallen voorzien van feedback, zodat je dit kunt meenemen in jouw volgende slaaplannen.

Je hebt voor de eindtoets drie herkansingen. Mocht je dan geen voldoende hebben gehaald, moet je de opleiding opnieuw volgen.



Zodra alle lessen en toetsen zijn afgerond en het slaapplan is beoordeeld met een voldoende, ben je geslaagd en mag je jezelf gecertificeerd slaapcoach noemen.

Wat kun je doen na afronding van de opleiding?

Je kunt aan de slag als zelfstandig kinderslaapcoach en je eigen bedrijf beginnen. Daarnaast kan het ook zijn dat je in de kinderopvang werkzaam bent of een eigen gastouderbureau hebt. Voor iedereen die regelmatig met kinderen werkt en werkzaam is binnen de pedagogiek, is het fijn om meer te leren over het slaapgedrag van kinderen en ouders hierbij steun en handvatten te kunnen bieden.

Voor wie is de opleiding bedoeld?

Het is niet nodig om enige achtergrondinformatie te hebben over kinderen en slapen. Wij leren je alles wat je moet weten in deze opleiding. Natuurlijk is het wel heel fijn als je met kinderen werkt of zelf kinderen hebt, zodat je je goed kunt inleven in de situatie van de ouders.

Het niveau is voor iedereen toegankelijk en er is geen voorschooling benodigd. Het is wel belangrijk dat je foutloos Nederlands kunt schrijven als je aan de slag wilt voor ouders, zodat je een professioneel slaapplan kunt schrijven voor de ouders. Hier zullen wij ook streng op toezien tijdens de eindopdracht. Er zijn geen vrijstellingen mogelijk voor deze opleiding.

Je hebt ook basiskennis van de Engelse taal nodig. Er zijn veel Engelstalige bronnen en Engelstalige video's en het is belangrijk dat je goed begrijpt wat daarin wordt verteld.



🌙 Praktische informatie

Net als de opleiding, is ook deze studiegids praktisch ingesteld. De belangrijke informatie wordt op een duidelijke manier weergegeven.

🌙 Tijdsduur

Ben je druk met het gezin, huishouden, sociaal leven en ook nog een baan ernaast? Geen probleem. Je kunt de opleiding in je eigen tempo volgen. De volledige opleiding zal zo'n 60 uur in beslag nemen.

Besteed je 4 uur per week aan de opleiding? Dan ben je tussen de 3-4 maanden bezig met de opleiding.

Kun je meer tijd besteden per week? Dan kun je de opleiding vanzelfsprekend ook sneller behalen. Heb je meer tijd nodig, dan is dat ook geen probleem. Rond de opleiding wel binnen twee jaar af, anders verloopt de toegang. Heb je de opleiding binnen twee jaar afgerond? Dan behoud je levenslang toegang tot de online leeromgeving.

🌙 Locatie

De opleiding is volledig online te volgen en kun je dus onafhankelijk van de locatie volgen. Je kunt dit thuis van achter de keukentafel doen, vanuit een fijn koffietentje of vanuit jouw kantoor (aan huis). We houden online contact en ook je opdrachten lever je in de online leeromgeving in. Wij voorzien je middels de mail en de leeromgeving van feedback op de ingeleverde opdrachten.

Er is verder ook geen studiemateriaal benodigd, behalve een werkende computer. Alle informatie en toegang vind je in de leeromgeving.

🌙 Kosten

Er zijn drie opties op de betaling te voltooien. Let op: dit zijn introductieprijsen. Naar verloop van tijd, zullen wij de tarieven aanpassen.

Betaling in één keer voldoen:
€1595 excl. btw

Betaling in zes termijnen:
€287,50 per maand excl. btw (€1725 excl. btw)

Betaling in twaalf termijnen:
€150 per maand excl. btw (€1800 excl. btw)



Wanneer je ingeschreven staat met een bedrijf, kun je de btw terugvorderen bij de omzetbelastingaangifte. De investering is snel terug te verdienen. Met één klant per maand kun je de investering al terugverdienen en winst maken.

Bijscholing

Zodra je de opleiding hebt afgerond, kun je aan de slag als zelfstandig kinderslaapcoach. De ontwikkelingen en wetenschappelijke onderzoeken blijven natuurlijk altijd doorgaan, en daarom vinden wij het belangrijk dat de informatie regelmatig wordt aangepast.

Zo zullen wij ook zodra er nieuwe wetenschappelijke onderzoeken zijn gedaan, de uitkomsten hiervan verwerken in de opleiding en jou daarvan op de hoogte stellen via de besloten Facebook groep en de mail. Zo weet je altijd dat je up-to-date informatie kunt delen met jouw klanten en jouw aanpak nog steeds de juiste is.

Daarnaast zullen er ook regelmatig live-sessies worden georganiseerd waaraan je live of online kunt deelnemen en we samen kunnen sparen over bijzondere cases, ervaringen kan worden uitgewisseld en waar we gast-sprekers zullen uitnodigen.

Kortom; we zorgen ervoor dat je na afronding van de opleiding altijd op de hoogte blijft van alle nieuwste informatie.

Begeleiding

Tijdens de opleiding, maar ook wanneer je gecertificeerd bent, kun je alle vragen aan het team van Slaapkops stellen. Dit kun je doen door te mailen naar info@slaapkops.nl, of in onze besloten Facebook groep. Dringende vragen mogen ook telefonisch gesteld worden. Wij zullen altijd binnen 24 uur een reactie geven.



Ja, ik wil starten!

Ben je na het lezen van deze studiegids nog altijd even enthousiast en heb je zin om aan de slag te gaan met de opleiding? Meld je aan via info@slaapkops.nl en wij sturen je de inschrijvingslink toe. De opleiding zal midden februari live gaan en je kunt dan direct starten met het volgen van de lessen.

Afsluiting

Kinderslaapcoaching is onze passie en het hele Slaapkops team heeft alles in deze opleiding gestopt wat wij konden. We hopen samen met jou meer gezinnen te helpen aan meer slaap, want oh wat is dat toch belangrijk voor iedereen.

We hopen jou binnenkort te mogen verwelkomen in onze online leeromgeving en onze besloten community. Laten we elkaar versterken, van elkaar leren en meer kinderen beter laten slapen.

Wij kijken uit naar een mooie periode samen!

Liefs,
Tamara, Anne-Mieke en Glynis
Slaapkops

