

Sprechstunde zum Thema:

## Schlafberatung in den Frühen Hilfen

**Termine:** 17.12.2024 von 15:00-17:00 Uhr

**Referentinnen:** Nina Allwang, Physiotherapeutin, syst. Beraterin, EPB-Dozentin  
Eva Dietl, Diplom-Sozialpädagogin, Integrative Eltern-, Säuglings- und Kleinkind-Therapeutin, Trauma-Fachberaterin

### Inhalt:

Schlafen im Säuglings- und Kleinkindalter ist ein wichtiges Thema in der Elternberatung. Für viele Familien bedeutet das (Ein-)Schlafen eine große Herausforderung und hat häufig Auswirkungen auf das ganze Familiensystem.

In der Schlafberatung ist es wichtig, die individuellen Bedürfnisse zu erkennen und interpretieren zu können, um Veränderungen in der Schlafsituation zu ermöglichen. Schon kleine Veränderungen in der Haltung und Einstellung der Eltern können hilfreich sein. Gleichzeitig brauchen Kind und Eltern Sicherheit und Entlastung um in die „maximale Entspannung“ zu kommen. Daher ist es wichtig, in der individuellen Schlaf-Beratung und -Begleitung die Eltern gut zu stützen und ressourcenorientiert zu beraten.

**Nina Allwang** ist Physiotherapeutin, Bobath-Therapeutin für Kinder, Systemische Beraterin (DGSF) und Ausbilderin für Entwicklungspsychologische Beratung (EPB®). Nach einigen Jahren Tätigkeit in der Dr. von Haunerschen Kinderklinik und Frühgeborenen-Nachsorge, ist sie derzeit in der Arbeitsstelle Frühförderung Bayern als Referentin tätig und bietet selbständig Elternberatung an.

**Eva Dietl**, ist Erzieherin und Diplom-Sozialpädagogin, Trauma-Fachberaterin (THZM), Integrative Eltern-, Säuglings- und Kleinkind-Therapeutin und Hoch- und Höchstbegabtenberaterin. Seit 15 Jahren arbeitet sie in der Erziehungsberatungsstelle Bad Tölz und hat dort vor 12 Jahren eine Schreibaby-Beratungsstelle mit aufgebaut.