

Vorwort	5
Kapitel 1: Der gesetzliche Rahmen und seine Bedeutung	7
Ganztagsbetreuung – Beleuchtung der Situation	9
Die Mittagszeit als Bildungs- und Beziehungszeit verstehen und nutzen	10
Kapitel 2: Das Kind im Mittelpunkt	13
Schlaf und Erholung sind lebenswichtig	15
Das Schlafbedürfnis von Kindern ist individuell	17
Die Kompetenz der Selbstregulation	20
Kind- oder familienzentrierte Schlafsozialisation	23
Auffälligkeiten während der Schlafsituation	26
Kapitel 3: Der Weg zu geborgenen Ausruhzeiten: Das Team im Spannungsfeld	27
Ressourcencheck: Wie sind die Rahmenbedingungen bei uns?	29
Das Recht des Kindes auf Selbstbestimmung	34
Die feinfühlige Beantwortung kindlicher Bedürfnisse	37
Konzeptionelle Auseinandersetzung im Team	41
Schlafbegleitung ist eine herausfordernde Aufgabe	44
Die ideale Schlafbegleitung: Willkommen in der Realität!	46
Kapitel 4: Der Tag gehört den Kindern: Strukturen flexibilisieren	49
Impulse für den Tagesablauf	51
Ein Tag in der Krippe	52
Die Bedeutsamkeit von Übergängen	53
Sinnvoller Personaleinsatz und flexible Dienstpläne	57
Regelungen zur Aufsichtspflicht	58

Kapitel 5: Die Kooperation mit den Eltern	59
Schlaf: Ein wichtiges Thema im Aufnahmegeräusch	60
Die wichtige Rolle des Übergangsobjekts	63
Mittagsschlaf in der Kita: Ein sensibler Teil der Eingewöhnung	67
Im Gespräch bleiben: Dokumentation der Schlafsituation	69
Konstruktiver Dialog bei unterschiedlichen Ansprüchen	70
Der Umgang mit Elternwünschen in der Konzeption	73
Stressthema Schlaf in der Familie	74
Kapitel 6: Der Schlafräum als Bildungsraum	75
Die Bedürfnisse der Kinder als Basis der Raumgestaltung	78
Impulse zur Raumgestaltung	81
Rückzugsorte und Ausruhplätze für Kinder	84
Die Natur als ausgleichender Faktor	86
Eine sichere und angemessene Schlafumgebung	89
Rückzugsräume für das Team	92
Literaturverzeichnis	94
Über die Autorin & Dank	95