

Deine Möglichkeiten

Deine Möglichkeiten-

Ruhige Nächte und entspannte Tage



FÜR ELTERN UND FACHPERSONEN

ÜBER BEGLEITET WACHSEN

Ich bin **Isabella Malaj-Ungvari** – **Assistenzärztin** für Kinder- und Jugendpsychiatrie, zertifizierte **Schlafberaterin, Gründerin von begleitet wachsen** – und selbst **Mutter** von zwei Kindern. Mein Herz schlägt für die **liebevolle und wissenschaftlich fundierte Begleitung** von Familien, die rund um das Thema **kindlicher Schlaf** nach Antworten, Sicherheit und echten Lösungen suchen.

In meiner Arbeit verbinde ich **aktuelles Wissen aus Medizin, Psychologie und Bindungsforschung** mit einem **bedürfnis- und beziehungsorientierten Blick auf das Elternsein**. Ich zeige Wege, die **nicht auf Druck oder Schlaftrainings** beruhen – sondern auf **Verständnis, Verbindung und echter Veränderung**.

Über **Begleitet Wachsen** unterstütze ich **Eltern** dabei zu ruhigen Nächten und entspannten Tagen zu finden und bilde **Expertinnen** im Babyschlaf fort.





FACHPERSONEN

FORTBILDUNG

Für alle Fachpersonen, die bereits mit Familien arbeiten. Zum Beispiel mit Vorbildung im Bereich Pädagogik, Medizin, Psychologie und sozialer Arbeit u.ä.

Eltern wirksam begleiten – mit Wissen, Klarheit & Tiefe

Inhalte

- ✓ Die Fortbildung besteht aus 10 Modulen (31 Untermodule), die du flexibel und in deinem Tempo durchläufst.
- ✓ Jedes Modul enthält:
 - Bis zu 5 Videolektionen (auch als Audio hörbar)
 - Fachlich fundierte Handouts & Reflexionsfragen
 - Fallbeispiele aus der Praxis
 - Weiterführende Quellen & Studien (inkl. Originaltexte)
 - Extra-PDFs als Ergänzungen, Ebooks

FAHRPLAN FORTBILDUNG

Informationen einholen,
Vorfreude genießen

01.11.2025
Fortbildung buchen
Erhalt Bestätigung

Bearbeiten der 10 Module
(12 Monate Zeit)

OPTIONAL
Zusendung des
ausgearbeiteten
Praxisfalls an Dr.
Isabella Malaj-Ungvari

OPTIONAL
Erhalt des Zertifikats

Beraten von
realen Familien

985€

FORTBILDUNG

Für alle Fachpersonen, die bereits mit Familien arbeiten. Zum Beispiel mit Vorbildung im Bereich Pädagogik, Medizin, Psychologie und sozialer Arbeit u.ä.

Wissenschaftlich fundiert. Praxisnah. Mit Herz und Haltung.

Eltern wirksam begleiten – mit Wissen, Klarheit & Tiefe

Kinderschlaf ist eines der zentralen Themen in der frühen Kindheit – und gleichzeitig eines der verunsicherndsten. Viele Eltern suchen Orientierung, viele Fachpersonen fühlen sich nicht ausreichend vorbereitet, um sie fundiert zu begleiten.

In dieser Fortbildung erhältst du tiefergehendes Wissen rund um kindlichen Schlaf – im Kontext von Entwicklung, Bindung und psychosozialem Umfeld. Klar strukturiert, alltagsnah aufbereitet, praxisorientiert anwendbar

Inhalte

✓ Die Fortbildung besteht aus 10 Modulen (31 Untermodule), die du flexibel und in deinem Tempo durchläufst.

✓ Jedes Modul enthält:

- Bis zu 5 Videolektionen (auch als Audio hörbar)
- Fachlich fundierte Handouts & Reflexionsfragen
- Fallbeispiele aus der Praxis
- Weiterführende Quellen & Studien (inkl. Originaltexte)
- Extra-PDFs als Ergänzungen, Ebooks

WARUM ICH DIESE FORTBILDUNG INS LEBEN GERUFEN HABE

Als ich selbst begann, mich intensiv mit dem Thema Babyschlaf zu beschäftigen, war ich auf der Suche nach einer ganzheitlichen, fachlich fundierten und praxisnahen Ausbildung.

Ich wollte verstehen, was Babys wirklich brauchen – und wie ich Eltern auf Augenhöhe begleiten kann.

Ich absolvierte eine **Ausbildung zur Schlafberaterin** – und war enttäuscht. Viele Inhalte waren oberflächlich, unklar oder widersprüchlich. Das war nicht das Wissen, das ich gebraucht hätte – und ganz sicher nicht das, was ich Eltern mitgeben wollte.

Also begann mein eigener Weg:

- ✓ Ich habe recherchiert, gelesen, hinterfragt, reflektiert – täglich, über Jahre.
- ✓ Ich habe über 1500 Familien begleitet, mein Wissen geschärft, vertieft und mit meiner klinischen Erfahrung als Ärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie verknüpft.
- ✓ Ich habe mir genau überlegt, was ich mir selbst gewünscht hätte – und daraus eine Fortbildung entwickelt, die anderen diese Umwege erspart.

Entstanden ist nun diese Fortbildung. Exakt diese hätte ich mir damals gewünscht- praxisnah, wirklich bindungsorientiert und wissenschaftlich fundiert!

INHALTE FORTBILDUNG

Die Fortbildung besteht aus 10 Modulen mit bis zu 5 Videos/ Modul.
Insgesamt findest du 31 Videos vor.

- ✓ M1: Grundlagen des Baby- und Kleinkinderschlafs
- ✓ M2: Bindung
- ✓ M3: Entwicklung von der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr
- ✓ M4: Babyschlaf 0-6 Monate
- ✓ M5: Protokoll & Ursachenfinden, Ziel definieren
- ✓ M6: Struktur & Routine
- ✓ M7: Gewohnheiten verändern
- ✓ M8: Übergänge erleichtern
- ✓ M9: Eltern beraten und begleiten
- ✓ M10: 10 Beispiel-Fälle

Die Module bauen aufeinander auf, in jedem Modul findest du die zugehörigen **Beilagen wie Ebooks, PDF's, Studien, Praxistipps als Kurzvideos, Handouts, Workbooks** uvm.

Die einzelnen Module können im individuellen Tempo durchlaufen werden, die Inhalte können natürlich beliebig oft wiederholt werden.

BONUS:

- ✓ Als freiwilliger Bonus erhältst du die Möglichkeit, ein Zertifikat über die Teilnahme an der Fortbildung zu bekommen. Dieses basiert auf der Bearbeitung eines Praxisfalls und dient der Sichtbarmachung deiner Auseinandersetzung mit den Inhalten. Dieser Bonus ist kostenlos.

Unabhängig von der Fortbildung sind 1:1 Termine für Fragen, Fallbesprechungen etc. mit Isabella Malaj-Ungvari kostenpflichtig buchbar.

INHALTE FORTBILDUNG

- 1.1 Schlafbiologie, Hormone, Schlafzyklus
- 1.2 Hirnreife & Co-Regulation
- 1.3 Schlaftraining
- 1.4 Voraussetzungen für einen guten Schlaf
(Schlafumgebung, SIDS Prävention)
- 1.5 Schlafen als Familie

MODUL 1

MODUL 2

- 2.1 Grundlagen der Bindung
- 2.2 Regulationsstörungen
- 2.3 Besondere Einflüsse auf den Schlaf
(Neurodivergenz, High-Need, Hochsensibel, Parasomnien, ...)

- 3.1 Entwicklung bis 4M
- 3.2 Entwicklung 1. Lebensjahr
- 3.3 Entwicklungen über das 1. Lebensjahr
jeweils mit Regressionen, Sprüngen,
Entwicklungsschritten

MODUL 3

INHALTE FORTBILDUNG

- 4.1 Babyschlaf Schwangerschaft bis 4. Lebensmonat
- 4.2 Was brauchen Babys?
- 4.2. Häufigsten Fragen und Lösungen

MODUL 4

MODUL 5

- 5.1 Ursachen finden
- 5.2 Protokolle auswerten
- 5.3 Gesamtwachzeit
- 5.4 Ziel definieren

- 6.1 Struktur Grundlagen & Tagesstruktur
- 6.2 Struktur vor dem Schlafen
- 6.3 Probleme in der Struktur

MODUL 6

INHALTE FORTBILDUNG

7.1 Gewohnheiten verändern Voraussetzungen
7.2 Stillen & Flasche
7.3 Bewegung & Nähe
7.4 Andere Gewohnheiten

MODUL 7

MODUL 8

8.1. Bezugsperson etablieren
8.2 Eigenes Zimmer
8.3 Events, Urlaube, usw.

9.1 Haltung und Rolle
9.2 Häufige Problemstellungen
9.3 Wichtigsten Praxistipps

MODUL 9

MODUL 10

9 Beispielfälle inkl. "Lösung" in 3 Altersgruppen
als PDF
1 Beispielfall als Grundlage zur Selbstausarbeitung

FAHRPLAN FORTBILDUNG

Informationen einholen,
Vorfreude genießen



01.11.2025
Fortbildung buchen
Erhalt Bestätigung

Bearbeiten der 10 Module
(12 Monate Zeit)



OPTIONAL
Zusendung des
ausgearbeiteten
Praxisfalls an Dr.
Isabella Malaj-Ungvari

OPTIONAL
Erhalt des Zertifikats



Beraten von
realen Familien

FAQ

Für wen ist die Fortbildung geeignet?

Diese Fortbildung richtet sich an Fachpersonen mit beruflicher Vorbildung in den Bereichen:

- Pädagogik / Frühe Bildung
- Medizin / Pflege / Hebammenwesen
- Psychologie / Psychotherapie
- Sozialarbeit / Familienhilfe
- Still-, Schlaf- oder Elternberatung
- Entwicklungsbegleitung
- Auch interessierte Mütter mit tiefgehendem Interesse und fachlichem Hintergrund sind willkommen.

Eine Überprüfung der Vorbildung erfolgt nicht.

Brauche ich bestimmte Vorkenntnisse?

Ja. Diese Fortbildung richtet sich an Menschen, die bereits mit Familien arbeiten oder gearbeitet haben – z.B. in Beratung, Therapie, Pflege, Bildung oder Betreuung.

Grundkenntnisse im Umgang mit Familien, Gesprächsführung, professionellen Rollen und psychosozialer Arbeit werden vorausgesetzt.

Einsteiger:innen ohne Vorbildung in den genannten Bereichen empfehle ich die Fortbildung nicht.

FAQ

Wie läuft die Fortbildung ab?

Die Fortbildung ist als strukturierter Selbstlernkurs aufgebaut: Du durchläufst 10 Module mit insgesamt 31 Untereinheiten – bestehend aus Videos (auch als Audio), Handouts, Reflexionsfragen, Fallbeispielen und wissenschaftlichem Zusatzmaterial.

Du kannst jederzeit starten und im eigenen Tempo lernen.

Gibt es Live-Austausch oder Gruppenformate?

Nein, aber Sprechstunden (169€/60min) mit Isabella können unabhängig von der Fortbildung nach Verfügbarkeit gebucht werden.

Die Sprechstunden stehen primär ehemaligen Teilnehmer*innen der Fortbildung zur Verfügung.

Wie lange habe ich Zugang zu den Inhalten?

Du hast 12 Monate Zugriff ab Kauf auf alle Inhalte, Materialien und Updates.

Gibt es ein Zertifikat?

Die Fortbildung enthält keine Kontrolle deiner Lernerfolge. Du erhältst eine Buchungsbestätigung von mir.

OPTIONAL und FREIWILLIG: Du findest online einen 10. Fall ohne Lösung, diesen kannst du mir ausgearbeitet zusenden und erhältst darüber ein Zertifikat. Dieses Angebot ist ein kostenloser BONUS und kein zwingender Teil der Fortbildung.

FAQ

Werden in der Fortbildung auch Themen wie Trauma, Paardynamiken, inneres Kind u.ä. behandelt?

Nein! Natürlich haben diese Punkte Einfluss auf den Babyschlaf. In der Fortbildung gehe ich kurz auf die möglichen Zusammenhänge ein, aber dennoch ziehe ich hier eine klare Grenze. Ohne fundierte langjährige Erfahrung sollten keine therapeutischen Themen besprochen werden. Wenn du die Qualifikation dafür besitzt, zum Beispiel als Therapeutin, kannst du natürlich die Themen behandeln. Ich halte es für äußerst gefährlich ohne fundierte langjährige Ausbildung in stetiger Supervision diese Themen zu besprechen.

Ich habe mich bewusst dagegen entschieden, externe Speaker*innen zu diesen Themen einzuladen, da so die Inhalte offiziell in der Fortbildung abgebildet und evtl. beraten werden.

Kann man zu den Inhalten Fragen stellen?

Wenn dir im Kurs etwas unklar ist, schreibe mir eine Mail und ich stelle es für alle Kursteilnehmer*innen klar. Bei individuellen Fragen kannst du eine Sprechstunde extra buchen.

Warum gibt es ein eigenes Modul für Babys?

Schlafveränderungen wie Assoziationen lösen sollten frühestens ab 6M erfolgen. Davor schlafen Babys anders bzw. entwickeln erst den Schlafzyklus. Eltern haben aber dennoch viele Fragen, daher gibt es ein eigenes Modul mit Hilfestellungen.

FAQ

Muss ich für das Zertifikat eine Familie begleiten?

Nein, du musst keine reale Familie begleiten, um dein Zertifikat zu erhalten.

Du erhältst von mir einen Praxisfall, der alle notwendigen Informationen sowie ein Protokoll zur Analyse der Schlafsituation enthält. Auf dieser Grundlage erstellst du eine fundierte Analyse und entwickelst einen möglichen Schritt-für-Schritt-Plan für die betreffende Familie. Als Orientierung dienen dir die neun ausgearbeiteten Praxisfälle im Modul 10. Sobald du deine Ausarbeitung an mich übermittelt hast, erhältst du dein Zertifikat.

Gibt es DFP-Punkte?

Leider nein. Die Ärztekammer zertifiziert Fortbildungen mit DFP-Punkten nur dann, wenn sie über eine anerkannte Institution organisiert werden. Einzelpersonen dürfen aktuell keine DFP-vergüteten Angebote einreichen – unabhängig vom Inhalt.

Ist die Fortbildung bei der ZFU zertifiziert?

Nein, bisher nicht (evtl. ist dies in der Zukunft in Planung).

Die ZFU überprüft nicht die Qualität der Inhalte sondern “nur” ob die Lehrform für einen Fernunterricht geeignet sind. Der Begriff “zertifiziert” ist rechtlich nicht an die ZFU gebunden.

FAQ

Stellt die Fortbildung eine Ausbildung zur Schlafberater:in dar?

Nein.

Diese Fortbildung richtet sich ausdrücklich an Fachpersonen mit Vorwissen und ersetzt keine Ausbildung im Sinne einer Qualifizierung für Laien, die bisher nie mit Familien gearbeitet haben.

Ich sehe es kritisch, Eltern eine schnelle „Beraterausbildung“ ohne fachliche Basis zu versprechen – ebenso wie unrealistische Einkommensversprechen.

Diese Fortbildung dient der fachlichen Vertiefung und Spezialisierung.

Warum bietest du keine Ausbildung an?

Weil ich überzeugt bin:

Es gibt bereits so viele qualifizierte Fachpersonen, die mit Familien arbeiten.

Diese Menschen verdienen fundiertes, aktuelles Wissen – statt neuer Titel.

Darum enthält die Fortbildung kein Modul zu Coachingtechniken, oder Businessaufbau.

Ich setze voraus, dass du mit Familien arbeitest – und dein professionelles Wissen vertiefen möchtest.

Tipps zur Gesprächsführung im Bezug auf den Schlaf sind aber enthalten.

FAQ

Was kostet die Fortbildung?

Die Teilnahme kostet 985€ brutto (Ratenzahlung möglich).

Diese Fortbildung richtet sich gezielt an Menschen, die bereits mit Familien arbeiten – ob in Pädagogik, Beratung, Medizin, Psychologie oder sozialer Arbeit.

Sie ist als praxisnahe Vertiefung gedacht, nicht als grundlegende Coaching-Ausbildung.

Darum habe ich mich bewusst entschieden, den Preis fair und leistbar zu halten – ohne Abstriche bei Tiefe, Qualität oder wissenschaftlicher Fundierung.

Du sollst dir diese Fortbildung leisten können – weil deine Arbeit zählt.

Sind die Plätze der Fortbildung begrenzt?

Nein.

Gibt es fixe Starttermine?

Nein. Ein Start ist ab dem 1.11.2025 jederzeit möglich. Direkt nach der Zahlung wird dein Zugang freigeschaltet.

Ich habe bereits vor deiner Karenz ein Produkt bei dir gekauft, ist eine Anrechnung möglich?

Nein, da es sich um ein völlig neues Angebot handelt. Natürlich überschneiden sich die Inhalte, aber der Aufbau und die Menge sind neu.

NOCH FRAGEN?

Ich freue mich sehr, dich ab dem
1. November 2025 im Begleitet-
Wachsen-Kosmos willkommen zu
heißen!

Solltest du vorab noch Fragen haben,
melde dich jederzeit gerne – am
besten direkt per E-Mail an
hallo@begleitetwachsen.com.

Ich freue mich auf unsere gemeinsame
Zeit – auf ruhige Nächte, entspannte
Tage und wertvolle
Entwicklungsschritte.

**Herzlichst,
deine Isabella**

