

*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

*Fachpersonen*

# Fortbildung Begleitet Wachsen

Eltern wirksam begleiten  
– mit Wissen, Klarheit &  
Tiefe

*Starte JETZT (1.11.25)*



# 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!**

## FÜR QUEREINSTEIGER\*INNEN

**Du möchtest Babyschlaf-Expert:in werden – auch ohne vorherige Ausbildung?**

Dann bist du in meiner Fortbildung trotzdem herzlich willkommen.

Die Expertenfortbildung richtet sich grundsätzlich an Personen, die bereits mit Familien arbeiten (z. B. Pädagog:innen, Hebammen, Therapeut:innen, Berater:innen oder begleitende Fachkräfte).

Gleichzeitig weiß ich, dass viele Mamas durch ihre eigene Erfahrung tiefer in das Thema Babyschlaf einsteigen und dieses Wissen später professionell weitergeben möchten.

**Für dich gibt es daher einen klaren Zusatzhinweis für Quereinsteiger:innen:**

**Wenn du noch keine Vorqualifikation hast**

Du kannst die Expertenfortbildung trotzdem vollständig absolvieren und erhältst das gesamte Fachwissen rund um:

- evidenzbasierten Babyschlaf
- Entwicklungsphysiologie
- bindungsorientierte Schlafbegleitung
- Elternberatung & Gesprächsführung
- Fallanalysen und Praxisbeispiele

Dieses Wissen ist komplett in der Fortbildung enthalten.



## FÜR QUEREINSTEIGER\*INNEN

### Was jedoch nicht in der Fortbildung enthalten ist

Wenn du als Quereinsteiger:in später selbstständig mit Familien arbeiten möchtest, liegt es in deiner Verantwortung, dir zusätzliche Bereiche eigenständig zu erarbeiten, wie zum Beispiel:

- rechtliche Rahmenbedingungen & Gewerberecht in deinem Land
- steuerliche Grundlagen
- Aufbau einer selbstständigen Tätigkeit
- Social-Media-Präsenz und Marketing
- gegebenenfalls Supervision für deine ersten Beratungen

Diese Inhalte sind nicht Teil der Fortbildung, und ich übernehme dafür auch keine Gewährleistung oder Beratung.

Du erhältst von mir jedoch das wissenschaftliche Fachwissen und die Beratungskompetenz, um Eltern sicher und bindungsorientiert im Bereich Babyschlaf zu begleiten.

### **Dein Weg als Quereinsteiger:in**

Viele Absolventinnen starten als Mamas aus persönlichem Interesse – und wachsen über die Fortbildung hinein in eine professionelle Rolle.

Wenn du diesen Weg gehen möchtest, bekommst du von mir alles Wissen über den Babyschlaf und die Vermittlung an Eltern, sodass du auf dieser Grundlage deine berufliche Tätigkeit aufbauen kannst.

# 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.

## **Kann ich die Babyschlaf-Fortbildung auch machen, wenn ich keine Vorbildung habe?**

Ja. Du kannst die Fortbildung auch als Quereinsteiger:in absolvieren.

Du erhältst das komplette Fachwissen rund um Babyschlaf und lernst, wie du dieses Wissen sicher an Eltern vermittelst.

Bitte beachte: Rechtliche Grundlagen, Gewerberecht, Steuerthemen, Social-Media-Aufbau oder Supervision sind nicht Teil der Fortbildung und müssen – wenn du später professionell arbeiten möchtest – eigenständig organisiert werden.

Für diese Bereiche übernehme ich keine Gewährleistung.



# 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?**

Die Fortbildung ist keine Grundausbildung und richtet sich primär an Fachpersonen, die bereits mit Familien arbeiten und ihr Wissen zum Babyschlaf vertiefen möchten.

Sie ersetzt keine umfassende Qualifizierung für Personen ohne fachliche Vorbildung.

Gleichzeitig kann die Fortbildung auch von interessierten Mamas oder Quereinsteiger:innen absolviert werden, die tief in das Thema Babyschlaf einsteigen möchten.

Du erhältst das vollständige Fachwissen über den Babyschlaf und darüber, wie man dieses Wissen sicher und bindungsorientiert an Eltern vermittelt.

### **Wichtig:**

Rechtliche Rahmenbedingungen, steuerliche Grundlagen, Businessaufbau oder Social-Media-Strategien sind nicht Teil der Fortbildung und müssen – wenn du später selbstständig beraten möchtest – eigenständig organisiert werden.

Für diese Bereiche übernehme ich keine Gewährleistung.

Die Fortbildung selbst bleibt eine fachliche Spezialisierung, unabhängig davon, ob du bereits im Familienbereich arbeitest oder als Mama dein Wissen vertiefen möchtest.

# FAQ

## Warum bietest du keine Ausbildung an?

Weil mein Fokus auf fachlicher Vertiefung liegt – nicht auf der Vergabe neuer Titel.

Es gibt bereits viele qualifizierte Fachpersonen, die mit Familien arbeiten. Diese Menschen verdienen aktuelles, evidenzbasiertes Wissen, statt kurzer „Beraterausbildungen“ oder unrealistischer Versprechen.

Darum enthält die Fortbildung keine Module zu Gewerberecht, Steuern, Social Media oder Businessaufbau.

Ich setze grundsätzlich voraus, dass du bereits mit Familien arbeitest und dein professionelles Wissen erweitern möchtest.

Gleichzeitig weiß ich, dass viele Mamas oder Quereinsteiger:innen tief in das Thema Babyschlaf einsteigen möchten.

Du kannst die Fortbildung daher auch ohne Vorqualifikation absolvieren – erhältst dann aber ausschließlich das fachliche Wissen über Babyschlaf und die bindungsorientierte Vermittlung an Eltern.

Alle zusätzlichen Inhalte, die für eine selbstständige Tätigkeit wichtig sind (rechtliche Grundlagen, Supervision, Social Media, Gewerberecht usw.), müssen eigenständig organisiert werden.

Nur durch diese klare Abgrenzung kann ich den Preis der Fortbildung so niedrig halten – denn die Fortbildung konzentriert sich komplett auf das, was wirklich zählt:

**fundierte, aktuelles und wissenschaftlich fundiertes Wissen über den Babyschlaf.**

# 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.

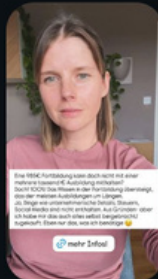
# FEEDBACKS

11:14

Hallo liebe Isabella, bei uns wars jetzt grad bissl stressig - aber hab jetzt grad gebucht 🎉 und bin so gespannt auf die INHALTE und freu mich riesig... von dir lernen zu dürfen und mein vertieftes Wissen durch deine Ausbildung an meine Familien weiter zu geben.

Alles Liebe und eine schöne Vorweihnachtszeit mit deiner Familie wünsche ich dir von 🍷

Hat auf deine Story geantwortet



Kann ich zu 100% bestätigen- besser als jede andere Fortbildung oder Kurs, und ich hab viel gekauft 🍷❤️🍷



Fach-Fortbildung - fertig! Ich hatte mir nämlich zuerst einen Intensivkurs gekauft, weil ich sehen wollte, ob du tatsächlich bindungsorientiert arbeitest (was du zum Glück machst). Ich arbeite zwar bereits als Schlafberaterin und das auch recht erfolgreich, aber im Intensivkurs gab es bereits ein paar Kleinigkeiten, die ich so noch nicht wusste und deshalb möchte ich jetzt gerne die Fach-Fortbildung kaufen. 😊

## Feedback Fortbildung

Hallo Isabella,  
gleich am Samstag habe ich mir deine Fortbildung gekauft... und ich bin jetzt schon begeistert!  
Meine Ausbildung bei ' ' war einfach oberflächlich und hat mich total verunsichert, aus den Coachings kam ich immer wieder mit Bauchschmerzen.  
Ich bin gerade erst im Modul 3 aber habe jetzt schon so viele Aha Gedanken gehabt, was soll denn da noch alles kommen?

Eine Frage hätte ich noch: Im Modul 2 saast du

Also das Modul ist unfassbar gut! Ich bin ja sonst sehr sehr kritisch, aber ich bin spätestens jetzt zu 100% überzeugt von der Fortbildung. Mein Ansatz ist ja auch immer über den Tellerrand hinaus zu schauen und das machst du auch und das ist alles sehr knackig und präzise erklärt! Bin begeistert :))))



## NOCH FRAGEN?

Ich freue mich sehr, dich 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**

