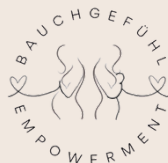


Dein eBook

Dein Baby IXL



5 Mythen, die dich von deinem Kind
entfremden und 5 Tipps, die euch verbinden





Willkommen

Du willst dein Baby nicht nur versorgen – du willst es verstehen. Aber du bist umgeben von Ratschlägen, Erwartungen und Halbwissen. In diesem Guide zeige ich dir, was wirklich stimmt – und was du getrost loslassen darfst. Vielleicht hast du einen oder mehrere dieser Sätze schon mal gehört?

- *Dein Baby wickelt dich ja ganz um den Finger. Babys müssen auch mal schreien.*
- *Dein Baby gehört ins eigene Bett, sonst kriegst du es nie mehr aus eurem Elternbett raus.*
- *Das viele Tragen und Stillen verwöhnt dein Baby. Selbst schuld.*
- *Babys brauchen einen Schnuller, weil sie ein Saugbedürfnis haben.*
- *Der Darm muss sich erst entwickeln, deswegen haben Babys Dreimonatskoliken.*

OI

“Dein Baby wickelt dich ja ganz um den Finger. Babys müssen auch mal schreien.”

🌿 Wahrheit:

Dieser Satz sagt mehr über die Generation aus, die ihn geprägt hat, als über dein Baby.

Babys sind keine Manipulatoren. Sie planen nichts, sie „testen“ nichts – sie sind einfach. Und ihr einziges Kommunikationsmittel ist: Weinen.

Wenn dein Baby schreit, sagt es: „Ich brauche dich.“

Wenn du reagierst, lernt es: „Ich bin nicht allein. Ich bin sicher.“

Das ist keine Schwäche – das ist Urvertrauen. Und es entsteht nicht durch Distanz oder Abhärtung, sondern durch präsente, verlässliche Nähe.

Babys dürfen weinen – aber sie sollten dabei nicht allein sein.

Denn Weinen ist kein Training. Es ist ein Ausdruck von Bedürftigkeit – nicht von Macht.



Tipp-Impuls

Was, wenn dein Baby dich nicht „um den Finger wickelt“, sondern dir zeigt, wie wichtig ihm Verbindung ist? Was, wenn du es genießt?

“Dein Baby gehört ins eigene Bett, sonst kriegst du es nie mehr aus eurem Elternbett raus.”

Die Wahrheit:

Babys kommen nicht auf die Welt, um losgelöst zu schlafen. Sie sind biologisch darauf programmiert, die Nähe und den Herzschlag der Bezugsperson zu spüren – weil das Sicherheit bedeutet.

Das eigene Bett ist kein Zeichen von Selbstständigkeit, sondern oft ein Versuch, ein gesellschaftliches Ideal über ein kindliches Bedürfnis zu stellen. Viele Mamas kämpfen nachts mit stundenlangem Weinen, Aufwachen im 20-Minuten-Takt oder dem ständigen Gefühl, etwas „falsch gemacht“ zu haben – nur, weil ihr Baby sich weigert, allein zu schlafen. Dabei liegt das Problem nicht beim Kind. Sondern in einer Vorstellung, die mit der Natur deines Babys nichts zu tun hat.

Babys, die Nähe bekommen, schlafen nicht schlechter – sie schlafen sicherer. Und Sicherheit ist die Grundlage für jede echte Selbstständigkeit – aber später, wenn das Nervensystem ausgereift ist.



Tipp-Impuls

Was wäre, wenn du aufhörst, dein Baby „abzugewöhnen“ – und stattdessen beginnst, ihm zu geben, was es jetzt wirklich braucht?

03

“Das viele Tragen und Stillen verwöhnt dein Baby. Selbst schuld.”

Bindung ist kein Luxus – sie ist Überlebensstrategie.

Dein Baby ist nicht abhängig, weil du es trägst oder stillst.

Es ist gebunden, weil du seine Bedürfnisse ernst nimmst.

Tragen und Stillen sind keine „Extras“ – sie sind genau das, was dein Baby biologisch erwartet: Nähe, Wärme, Regulation, Geborgenheit.

Wenn du diese Bedürfnisse erfüllst, stärkst du nicht Abhängigkeit – sondern Selbstsicherheit.

Studien zeigen: Babys, die getragen und gestillt werden, entwickeln später ein stabileres Selbstbild und sind oft emotional unabhängiger – weil ihr Grundbedürfnis nach Nähe erfüllt wurde.

Verwöhnen bedeutet: etwas geben, was nicht gebraucht wird.

Stillen und Tragen sind das Gegenteil – sie sind die Antwort auf das, was dein Baby wirklich braucht.



Tipp-Impuls

Was, wenn dein Kind gerade durch deine Nähe lernt, wie Freiheit sich anfühlt und es daraus die Kraft zieht selbstständig zu werden?

04

“Babys brauchen einen Schnuller, weil sie ein Saugbedürfnis haben.”

Babys kommen mit einem Saugreflex auf die Welt – ein Reflex, der ihrem Überleben dient.

Saugen bedeutet: Nahrung, Sicherheit, Nähe.

Dieser Reflex ist nicht optional – er ist lebenswichtig. Aber: Er richtet sich ursprünglich nicht auf ein Objekt, sondern auf den Körper der Mutter.

Stillen – oder Nähe beim Fläschchen – stillt nicht nur Hunger. Es stillt das Bedürfnis nach Kontakt, Regulation und emotionaler Geborgenheit.

Ein Schnuller kann kurzfristig beruhigen – keine Frage.

Aber er ersetzt nicht, wofür das Saugen ursprünglich gedacht war: Beziehung und Nahrung.

Wenn wir Babys standardmäßig den Schnuller geben, bevor wir verstehen, was sie brauchen, trainieren wir sie auf Ersatz – nicht auf Verbindung.

Leider löst der Schnuller auch eine Reihe von negativen Effekten, wie Stillprobleme, muskuläre Dysbalancen, Mundatmung und daher erhöhtes Infektrisiko, uvm. aus. Deswegen nur als Notlösung oder bestenfalls gar nicht geben.



Tipp-Impuls

Was, wenn dein Baby nicht nur beruhigt werden will – sondern gehalten, gespürt, gesehen? Tränen dürfen da sein. Und begleitet werden.

05

“Der Darm muss sich erst entwickeln, deswegen haben Babys Dreimonatskoliken.”

Ja, das Darmmikrobiom ist im Aufbau – aber das erklärt nur einen Bruchteil der sogenannten „Koliken“.

Was die meisten Babys wirklich belastet, ist nicht der Bauch – sondern das System drumherum.

Die Welt ist neu. Laut. Schnell. Voller Reize.

Viele Babys weinen nicht wegen Schmerzen – sondern weil sie überfordert sind, reguliert werden wollen oder weil ihre Signale nicht verstanden werden.

Und: Babys sind eigentlich darauf vorbereitet, abgehalten zu werden – sie spüren sehr genau, wann sie ausscheiden müssen.

Doch moderne Windelstrukturen bringen sie in einen inneren Konflikt: „Ich muss, aber ich darf nicht.“ Das führt zu Unruhe, Bauchspannung, Rückhalten – und manchmal eben auch zu vermeintlichen „Koliken“.

Thomas Harms spricht davon, dass weniger als 10 % der Fälle echtes Bauchweh sind. Der Rest ist emotionale Anpassung – und braucht Begleitung, keine Beruhigung.



Tipp-Impuls

as, wenn dein Baby nicht „falsch“ reagiert –

sondern völlig richtig fühlt, und du ihm dabei helfen darfst, das auszuhalten?

Einladung



Dein Dorf – der Mama-Club für Verbindung & Sicherheit



Für Mamas, die...

- ihr Baby besser verstehen wollen
- nicht allein mit all ihren Fragen bleiben möchten
- bedürfnisorientiert begleiten wollen – von Stillen bis Kita-Eingewöhnung
- sich Austausch, Wissen & Verständnis wünschen



Das bekommst du bei uns:

- ✨ Wöchentliche Live-Q&A auf Zoom – deine Fragen, meine Antworten
- ✨ Gemeinschaft – Mamas, die dich verstehen und unterstützen
- ✨ Wissen & Impulse – von Stillen, Schlafen, Bauchweh, Zahnen, Beikost bis Eingewöhnung
- ✨ Begleitung über das 1. Jahr hinaus – für die ganze Mama-Reise
- ✨ Sicherer, wertschätzender Raum – hier darfst du alles fragen



Preis?

Nur 19 € pro Monat



Weniger als ein Kaffee to go am Tag ☕



Unbezahlbar für die Sicherheit & Verbindung, die du gewinnst ❤️

Weil Mama sein nicht alleine sein muss.



Komm in dein Dorf

Jetzt buchen

Das sagen meine Kundinnen



Ich hab ihn schon durchgeguckt/
gehört! Mir gehen so viele Lichter
auf. Und Copaiba hilft so so gut!
Hätte ich nie gedacht. Als würde ein
Schalter ungelegt werden. Bin so
froh dich gefunden zu haben. Dich
braucht jede Mama an ihrer Seite.

*Überlege dir, was du willst (nicht was du
nicht willst) und führe dein Baby sicher in
den Schlaf. Mache eine Handinhalation mit
Balance und erde dich.*

Dein Kurs ist so toll! Ich habe vorher
so viel gemacht. Gedacht mit
meinem Kind würde was nicht
stimmen. Das ganze Thema hat
mich so gestresst. Damit hab ich
alles schlimmer gemacht ohne es
zu wissen.

Ich kriege endlich wieder Schlaf und
bin auch tagsüber viel fröhlicher!

*Copaiba, Lavendel oder Siberian Fir
verdünnt mit Kokosöl unter die Füße.
Copaiba aufs Zahnfleisch beim Zahnen.*

Wir haben sogar das Dauernuckeln
in den Griff bekommen. Die Kombi
aus den Tipps in deinem Kurs
(eigene Klarheit war für mich ein
Problem) und den Ölen waren der
Schlüssel. Ich bin jetzt auch viel
entspannter wenn sie weint. Einfach
serenity als Handinhalation.

*Mach dich frei von dem Stress. füll dich auf,
Babyschlaf ist anders. Passe deine
Erwartungen an. Und tu dir Gutes bei der
Einschlafbegleitung: Musik? Ein Hörbuch?
Ein guter Duft von ätherischen Ölen?*



©Copyright 2025

Urheberrechtshinweis Alle Inhalte dieser Präsentation, insbesondere Texte und Fotografien, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Cindy Niemann.

Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben vorbehalten.

Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder oder Texte unerlaubt kopiert und veröffentlicht), macht sich gemäß §§ 86 ff UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadenersatz leisten (§ 91 UrhG).

Präsentation erstellt in und Bildquellen, wenn nicht anders gekennzeichnet: Canva.com

Sarah Rosenow und Cindy Niemann