Breastkeeper Institut

Der Breastkeeper Codex

Unsere Haltung. Unser Versprechen.



> *Klar in der Haltung. Sanft im Ton. Kompromisslos, wenn es um Mutter und Kind geht.*

Fassung 1.1 · Oktober 2026 · Breastkeeper Institut

Stillbegleitung ist Vertrauenssache. Familien wenden sich an eine BREASTKEEPERIN in einer der zartesten und zugleich kraftvollsten Phasen ihres Lebens, erschöpft, voller Fragen, manchmal ohne jemanden, der ihnen wirklich zuhört. Diesem Vertrauen wollen wir gerecht werden.

Dieser Codex hält fest, wer wir sind und wofür wir stehen. Er ist kein Marketing und keine Fassade. Geschrieben haben ihn die BREASTKEEPERINNEN der ersten Ausbildungsrunden selbst, aus dem, was ihre tägliche Arbeit wirklich trägt. Er ist unsere Haltung und das Maß, an dem wir uns messen lassen.

Für wen dieser Codex gilt

Dieser Codex gilt für jede Frau, die sich am Breastkeeper Institut ausbilden lässt oder ihre Ausbildung hier abgeschlossen hat. Er gilt vom ersten Tag der Ausbildung an und so lange, wie sie den Namen Breastkeeper trägt oder nutzt.

Der Name Breastkeeper ist geschützt. Wer ihn trägt, verpflichtet sich auf diesen Codex.
Wer sich nicht daran hält, verliert das Recht, den Namen zu führen.

Der Codex beschreibt unsere Haltung. Was daraus verbindlich folgt und was bei einem Verstoß geschieht, regelt der Code of Conduct.

Unsere drei Säulen

Woran wir uns in jeder Situation zuerst festhalten, in genau dieser Reihenfolge.

1. Das Kind wird ernährt.

Ein satt und gut versorgtes Baby steht immer an erster Stelle. Alles Weitere baut darauf auf.

2. Das Stillen wird geschützt.

Wir bewahren Milchbildung und Stillbeziehung, damit Stillen weitergehen kann, auch durch Herausforderungen hindurch.

3. Mutter und Kind bleiben zusammen.

Wir trennen die beiden nicht unnötig. Nur wenn es medizinisch wirklich notwendig ist, gehen sie getrennte Wege.

Wofür wir stehen

Sechzehn Leitsätze, die unsere Arbeit tragen.

01 Wir schützen die Stillbeziehung.

Stillen ist für uns ein schützenswerter Raum zwischen Mutter und Kind. Wir stellen uns vor diese Verbindung, wie eine Mauer, hinter der beide zur Ruhe kommen dürfen. Wir raten nie vom Stillen ab. Im Gegenteil, wir suchen gemeinsam nach Wegen, damit es gelingt, und räumen Hürden aus dem Weg.

Und wenn zugefüttert werden muss, achten wir darauf, dass es auf eine Weise geschieht, die der Stillbeziehung dient, statt sie zu gefährden. So früh wie nötig, aber nie mehr als nötig. Dabei gilt immer unsere erste Säule. Ein gut versorgtes Kind steht über allem, und wir stellen den Schutz des Stillens nie gegen die Versorgung, die ein Kind wirklich braucht.

Denn diese Verbindung ist zerbrechlich, gerade am Anfang. Einmal unterbrochen, lässt sie sich nicht immer einfach wiederherstellen. Deshalb behandeln wir sie mit der Sorgfalt, die sie verdient. Solange eine Frau stillen möchte, tun wir alles dafür, dass sie es kann.

02 Stillen ist Beziehung, nicht nur Nahrung.

Stillen ist weit mehr als Ernährung. Es ist Bindung, Nähe, Trost, Regulation und Urvertrauen. Unsere Aufgabe ist es, diese Beziehung zu schützen und sie für Mütter verständlich zu machen.

Wir erklären, wie Stillen als Beziehung funktioniert und dass es eben nicht nur um Milch geht. Wir zeigen, dass es völlig normal ist, wenn ein Kind viel an die Brust möchte, und wie sich diese Beziehung gestalten lässt, damit sie für beide harmonisch wird. Dabei gibt es kein Schema, nach dem Stillen richtig ist. Jede Stillbeziehung findet ihren eigenen Rhythmus. So wird aus einem vermeintlichen Problem ein Miteinander, das Mutter und Kind trägt.

03 Die Mutter ist die Expertin für ihr Kind.

Unsere Aufgabe ist es, Frauen mit Information und Aufklärung zu stärken, damit sie ihre Entscheidungen bewusst und informiert treffen können. Wir beraten nicht von oben herab, wir belehren nicht und wir bevormunden nicht. Wir hören zu, bevor wir sprechen, und wir erklären das Warum hinter dem, was wir empfehlen.

Wir bringen unser Fachwissen dazu, nicht darüber. Wir dürfen eine klare fachliche Einschätzung geben, Risiken benennen und Empfehlungen aussprechen. Aber wir erzwingen keine Entscheidung, nicht durch Druck, nicht durch Schuldgefühle, nicht durch Angst. Und wir respektieren auch eine informierte Entscheidung, die anders ausfällt als unsere eigene Einschätzung.

Das gilt auch für den Körper. Bevor wir eine Mutter oder ihr Kind berühren, fragen wir, erklären, was wir tun möchten und warum, und warten auf ihr Ja. Ein Nein respektieren wir ohne Diskussion.

> *Die Entscheidung bleibt am Ende immer bei ihr.*

04 Wir begleiten jede Familie gleichwertig.

Jede Mutter, jede Familie begleiten wir gleichwertig, unabhängig von Herkunft, Religion, Familienform oder Lebenssituation. Wir urteilen nicht über den Weg, den jemand geht, und richten unsere Begleitung nach der individuellen Lebenswelt der Familie.

Die Qualität unserer Begleitung hängt nicht davon ab, ob eine Familie unsere Haltung teilt. Eine Mutter wird nicht weniger geduldig, weniger wertschätzend oder weniger aufmerksam begleitet, weil sie einen Schnuller verwendet, zufüttert, nicht stillen möchte oder andere Entscheidungen für ihre Familie trifft. Wir benennen unsere fachliche Haltung klar. Unsere Wertschätzung machen wir nie von einer Entscheidung abhängig.

Und niemand muss bei uns so tun, als hätte sie alles im Griff. Jede darf kommen, wie sie ist, weil jede es verdient, gesehen zu werden.

05 Wir stärken das Vertrauen der Frau in sich selbst.

Vieles von dem, was eine Frau zum Stillen braucht, trägt sie längst in sich. Unsere Aufgabe ist nicht, sie zu korrigieren, sondern sie daran zu erinnern. Wir benennen, was schon gut läuft, statt nur auf Probleme zu zeigen.

Unser Ziel ist nicht, gebraucht zu werden, sondern eine Frau so zu stärken, dass sie uns irgendwann nicht mehr braucht. Deshalb nutzen wir Unsicherheit nie, um eine Frau an unsere Beratung zu binden. Wir machen uns nicht unentbehrlich, indem wir Angst erzeugen oder ihr das Gefühl geben, ohne uns keine guten Entscheidungen treffen zu können. Wir geben unser Wissen so weiter, dass sie zunehmend selbst einschätzen und entscheiden kann.

Am Ende soll sie nicht denken „Ich brauche jemanden, der mir sagt, was ich tun soll“, sondern „Ich vertraue mir wieder selbst.“ Denn dieses Selbstvertrauen ist das, was bleibt, wenn wir längst nicht mehr im Raum sind, und genau darum geht es uns.

06 Wir klären ehrlich auf, ohne zu beschönigen, ohne Angst zu machen.

Jede Frau hat ein Recht auf ehrliche, vollständige Informationen. Wir beschönigen nichts und dramatisieren nichts.

Konkret heißt das, wir sagen dazu, worauf eine Aussage beruht. Ist etwas wissenschaftlich belegt, ist es Erfahrungswissen aus der Beratung oder unsere persönliche Meinung? Wir vermischen das nicht. Wir geben Erfahrung nicht als Beweis aus und Belegtes nicht als bloße Meinung. Ist die Datenlage unklar oder widersprüchlich, sagen wir auch das. Und Ehrlichkeit heißt für uns, „das weiß ich nicht“ zu sagen, wenn wir es nicht wissen, statt einfach zu raten.

Aufklärung darf unbequem sein. Sie darf aber nie bewusst dramatisieren. Wir machen keine Angst, um danach eine Lösung zu verkaufen, und stellen niemals kommerzielle Interessen über das Wohl von Mutter und Kind. Beratung dient der Entscheidung, nicht dem Umsatz.

07 Wir suchen die Ursache, nicht nur das Symptom.

Wenn es beim Stillen hakt, geben wir uns nicht mit schnellen Antworten zufrieden. Wir fragen nicht nur „Was ist das Symptom?“, sondern „Warum ist das so?“, und schauen dahinter, auf die Geburt, den Stillstart, den Alltag, die Gefühle. Wir stellen Fragen, bevor wir Lösungen anbieten.

Genauer hinsehen heißt für uns aber nicht, Ursachen zu behaupten. Wir unterscheiden zwischen dem, was wir beobachten, dem, was eine mögliche Ursache sein könnte, und dem, was gesichert ist. Wir stellen keine medizinischen oder psychologischen Diagnosen. Und wir machen eine Mutter nie ohne Grundlage für ein Stillproblem verantwortlich, nicht für ihre Gefühle, nicht für ihre Geburt, nicht für ihren Alltag.

Das braucht manchmal etwas mehr Zeit als eine schnelle Standardlösung. Aber es ist der Unterschied zwischen „irgendwie durchkommen“ und wirklich verstehen, was los ist, weil jede Stillbeziehung einzigartig ist und jede Lösung individuell entstehen darf.

08 Wir stehen für eine klare Haltung und erklären immer unser Warum.

Es gibt Dinge, bei denen wir nicht wackeln. Künstliche Sauger wie Flasche mit Sauger oder Schnuller sehen wir nie als notwendige oder neutrale Lösung, und wir empfehlen sie nicht. Fragt eine Familie danach, erklären wir offen, wie sie sich auf Stillen, Saugverhalten und Milchbildung auswirken können und warum wir sie nicht empfehlen. Und wir zeigen Wege, wie es ohne sie gehen kann.

Aber eine klare Haltung heißt für uns nie, über eine Mutter zu urteilen. Wir beschämen keine Familie, die künstliche Sauger verwendet oder verwendet hat. Wir erklären unser Warum, transparent und nachvollziehbar, und respektieren am Ende jede informierte Entscheidung, die eine Frau für sich und ihr Kind trifft, auch wenn sie anders ausfällt als unsere eigene.

Denn eine Mutter soll am Ende nicht einfach tun, was wir sagen, sondern verstehen, warum, damit sie selbst entscheiden kann, was für sie und ihr Kind stimmt.

09 Abstillen ist keine Lösung, die wir verkaufen.

Wir bieten keine Abstillkurse an, wir machen keine Werbung fürs Abstillen und wir stellen es nie als Lösung dar. Denn für ein Kind ist das Ende der Stillbeziehung ein tiefer Einschnitt. Es verliert seinen wichtigsten Ort für Nähe, Trost, Regulation und Sicherheit. Das verharmlosen wir nicht.

> Wir richten uns nach der Empfehlung der WHO: Kinder sollen bis zum Alter von zwei Jahren und darüber hinaus gestillt werden. Daran orientiert sich unsere Begleitung, nicht an dem, was die Gesellschaft für normal hält.

Wir wissen auch, woher der Wunsch abzustillen oft kommt. Selten aus der Mutter selbst, viel öfter aus Erschöpfung, aus fehlender Unterstützung und aus dem Druck einer Gesellschaft, die Stillen über das erste Jahr hinaus nicht vorsieht. Das Problem ist dann nicht das Stillen. Das Problem ist, dass diese Mutter zu wenig getragen wird.

Deshalb schicken wir sie nicht weg. Wir hören zu, nehmen ihre Erschöpfung ernst und suchen mit ihr nach dem, was sie wirklich entlastet, in der Nacht, im Alltag, bei der Ernährung des Kindes und bei ihrer eigenen. Sehr oft verändert sich dadurch so viel, dass das Stillen bleiben darf.

Entscheidet sie sich trotzdem für eine Veränderung, begleiten wir sie dabei, und wir vergessen dabei niemals das Kind. Jeder Schritt geschieht in seinem Tempo und nach dem, was es zeigt. Wo weniger gestillt wird, braucht das Kind mehr Nähe, nicht mehr Abstand. Wir raten zu keinen Abstilltricks, keinem Bestreichen der Brust, keinem Wegfahren der Mutter, keiner Trennung. Und ein Kind wird dabei niemals schreien gelassen.

Wir handeln für die Mutter, aber immer auch für das Kind. Ihre Bedürfnisse zählen. Aber wir erfüllen sie nie, indem wir die Bedürfnisse des Kindes übergehen.

Heißt es, aus medizinischen Gründen müsse abgestillt werden, prüfen wir das gemeinsam mit den zuständigen Fachpersonen. Denn oft gibt es einen Weg, der das Stillen erhält. Und wo es ihn wirklich nicht gibt, lassen wir die Mutter nicht allein.

10 Wir bleiben lernend.

Wir wissen, dass auch wir nicht alles wissen können. Deshalb bilden wir uns regelmäßig weiter, halten unser Wissen auf dem aktuellen Stand und hinterfragen auch uns selbst. Weiterbildung ist für uns Teil unserer Verantwortung, nicht ein Extra.

Fehler dürfen passieren. Sie werden aber nicht verschwiegen und nicht vertuscht. Merken wir, dass wir etwas fachlich Falsches oder Unvollständiges weitergegeben haben, stehen wir dazu, korrigieren es und ziehen wenn nötig eine Fachperson hinzu. Aus einem Fehler machen wir kein persönliches Versagen. Ein Fehler, den niemand korrigiert, kann aber ein ernstes Problem werden.

Wir folgen keiner Mode und keinem Dogma, sondern dem, was Mutter und Kind wirklich dient, und sind offen genug, dazuzulernen, wenn neue Erkenntnisse uns etwas Besseres zeigen. Denn jede Mutter hat eine Begleitung verdient, die auf dem heutigen Stand ist, nicht auf dem von gestern.

11 Wir kennen unsere Grenzen und sind nie allein.

Wir wissen, was zu unserer Arbeit gehört und was nicht. Wir stellen keine Diagnosen, behandeln keine Krankheiten und geben keine Behandlungsempfehlungen außerhalb unseres Fachgebiets. Bei Fieber, starken Schmerzen, Sorge ums Gewicht des Babys oder Fragen zu Medikamenten verweisen wir rechtzeitig an Hebammen, Ärztinnen und andere Fachpersonen. Im Zweifel verweisen wir lieber einmal zu viel als einmal zu wenig.

Wir greifen nicht in den Körper des Kindes ein. Wir leiten keine Maßnahmen an, die über unser Fachgebiet hinausgehen, und empfehlen nichts, was einem Kind Schmerzen bereitet, ohne dass ein Nutzen belegt ist.

Auch persönliche Überzeugungen zu Themen außerhalb unseres Fachgebiets, etwa zu Impfungen, Prophylaxen oder Medikamenten, sind kein Teil unserer Beratung. Dort verweisen wir an die zuständigen Fachpersonen.

Erkennen wir, dass eine Mutter oder ein Kind in Gefahr sein könnte, körperlich oder seelisch, handeln wir sofort und holen Hilfe. Wir tragen so eine Situation nie allein und warten nicht ab.

Nicht aus Unvermögen, sondern aus Verantwortung. Wir sind Teil eines Netzwerks rund um Mutter und Kind, niemals ein Ersatz dafür. Mit den anderen Fachpersonen arbeiten wir zusammen, nicht gegen sie. Keine Mutter bekommt bei uns halbe Antworten aus falschem Stolz. Wenn jemand anderes besser helfen kann, sagen wir das, ehrlich und rechtzeitig. Und wenn wir selbst unsicher werden, tragen wir uns gegenseitig. Keine BREASTKEEPERIN steht mit ihren Fragen allein.

Dazu gehört auch, auf uns selbst zu achten. Wer gerade selbst nicht die Kraft hat, gut zu begleiten, darf und soll eine Pause machen. Das ist Verantwortung, kein Versagen.

12 Wir halten als Community zusammen.

Breastkeeping ist Teamarbeit. Innerhalb der Breastkeeper Community unterstützen wir einander, teilen unser Wissen und tragen uns gegenseitig, damit keine von uns allein dasteht.

Zusammenhalt heißt nicht, immer derselben Meinung zu sein. Wir dürfen widersprechen, Fragen stellen und fachlich diskutieren, das gehört dazu. Entscheidend ist, dass wir uns respektvoll austauschen und einander mit Wertschätzung begegnen, überall, wo wir miteinander zu tun haben, in Gruppen, Chats, Calls und im persönlichen Gespräch.

Konflikte tragen wir nicht öffentlich aus. Wir verschärfen sie nicht durch Bloßstellung und ziehen keine Unbeteiligten hinein. Lässt sich etwas nicht direkt klären, wenden wir uns an das Breastkeeper Team. Und wir stellen uns nie gegen eine Kollegin, nur weil sie eine andere Meinung vertritt.

Unsere gemeinsamen Räume sind Orte des Austauschs, kein Marktplatz. Wir nutzen sie nicht, um andere ungefragt für eigene Angebote zu gewinnen.

> *So werden wir gemeinsam stärker, als wir es allein je sein könnten.*

13 Wir nutzen unsere Stimme, um zu stärken, nicht um zu streiten.

Alles, was wir öffentlich teilen, hat einen Zweck. Mütter zu ermutigen, Familien zu stärken und Fachkräfte zu inspirieren. Wir geben unser Wissen weiter, damit andere Frauen es leichter haben.

Dazu gehört, Aussagen, Methoden und Empfehlungen kritisch zu hinterfragen. Das ist ausdrücklich erwünscht, denn genau dafür stehen wir. Wir dürfen deutlich sagen, wenn wir etwas fachlich für falsch halten. Nicht dazu gehört, Menschen herabzusetzen. Aus „Diese Aussage halte ich fachlich für falsch“ wird bei uns nie „Diese Person hat keine Ahnung“. Wir werten keine andere Fachkraft, keine andere Beraterin und keine andere Ausbildung ab, weder öffentlich noch innerhalb unserer eigenen Ausbildung. Auch dann nicht, wenn über uns schlecht geredet wird.

Wir kritisieren die Sache, niemals die Person. Auf Provokation, Häme oder Angriffe steigen wir nicht ein. Wir müssen nicht lauter sein als andere. Wir bleiben einfach klar.

14 Wir verhalten uns online wie im Beratungsraum.

Social Media ist öffentlich, und wie wir uns dort zeigen, wirkt auf alle BREASTKEEPERINNEN zurück. Deshalb behandeln wir Kommentare, Nachrichten und Beiträge mit derselben Sorgfalt wie ein Gespräch mit einer Familie.

Das gilt nicht nur auf unserem eigenen Account. Auch unsere Kommentare, Nachrichten und Reaktionen bei anderen gehören zu unserem Auftreten. Wir können nicht auf dem eigenen Account für Respekt stehen und unter dem Beitrag einer anderen Person herablassend werden. Wir kommentieren nicht wertend oder belehrend unter den Beiträgen anderer, auch nicht unter denen von Kolleginnen oder anderen Creatorinnen.

Wir schreiben nur, was wir fachlich belegen können. Halten wir eine Aussage für falsch, bleiben wir sachlich, ordnen ein, statt bloßzustellen, und suchen, wo möglich, das direkte Gespräch. Und bevor wir etwas posten, fragen wir uns, ob dieser Beitrag hilft oder nur recht behalten will. Nur wenn er hilft und fachlich fundiert ist, hat er einen Platz.

15 Was uns anvertraut wird, bleibt bei uns.

Familien öffnen sich uns in einer verletzlichen Zeit. Alles, was sie uns anvertrauen, behandeln wir vertraulich. Persönliche Geschichten, Gesundheitsinformationen, Nachrichten, Fotos, Videos und Sprachnachrichten. Dasselbe gilt für alles, was innerhalb der Ausbildung und der Community geteilt wird.

Wir fotografieren und filmen Mutter und Kind nur mit ihrer vorherigen schriftlichen Einwilligung, und wir zeigen solche Aufnahmen nur dort, wofür sie eingewilligt hat. Informationen an andere Fachpersonen geben wir nur weiter, wenn die Mutter zugestimmt hat.

Besprechen wir einen Fall, um voneinander zu lernen, erzählen wir ihn so, dass niemand die Familie erkennen kann. Screenshots aus internen Gruppen verlassen diese Gruppen nicht. Private Nachrichten veröffentlichen wir nie ohne Zustimmung. Und Daten von Familien geben wir nicht in Programme mit künstlicher Intelligenz ein. Eine Maschine berät keine Mutter.

16 Wir bleiben unabhängig und tragen unseren Namen mit Verantwortung.

Unsere Empfehlungen sind nicht käuflich. Wir gehen keine Kooperationen, Werbepartnerschaften oder Provisionsvereinbarungen mit Herstellern oder Vertreibern von Säuglingsnahrung, Muttermilchersatz, Flaschen mit Saugern, künstlichen Saugern, Schnullern oder Trinklernbechern ein. Und wir empfehlen nichts, weil wir daran verdienen. Haben wir an einem Produkt oder Angebot ein eigenes Interesse, sagen wir das offen.

Wer als BREASTKEEPERIN auftritt, steht nicht nur für sich selbst, sondern für die Haltung aller BREASTKEEPERINNEN. Deshalb stellen wir unsere Qualifikation immer korrekt dar. Wer noch in der Ausbildung ist, sagt das klar. Wir werben mit keinem Titel, den wir noch nicht tragen, und führen Titel, Siegel und Logo nicht weiter, wenn die Berechtigung dafür endet.

Was wir in der Ausbildung bekommen haben, ist das Werk vieler Menschen. Wir geben Ausbildungsunterlagen nicht weiter und machen daraus keine eigenen Angebote.

Was für uns nicht verhandelbar ist

Darauf ist Verlass. Es gibt Grenzen, über die wir nicht verhandeln. Nicht unter Druck, nicht aus Bequemlichkeit, nicht gegen Geld.

- **Die Würde von Mutter und Kind.** In jeder Begegnung, ohne Ausnahme.
- **Ehrlichkeit.** Auch dann, wenn die bequeme Antwort leichter wäre.
- **Der Schutz der Stillbeziehung.** Sie ist keine Ware.
- **Die Bedürfnisse des Kindes.** Kein Kind wird schreien gelassen.
- **Kein Druck. Keine Schuld. Kein Urteil. Niemals.**
- **Vertraulichkeit.** Was uns anvertraut wird, bleibt bei uns.
- **Unabhängigkeit.** Keine Zusammenarbeit mit der Industrie für Muttermilchersatz und künstliche Sauger.

Daran halten wir fest, auch wenn es unbequem wird. Das ist der Kern dessen, was eine BREASTKEEPERIN ausmacht.

Unser Versprechen

Wir arbeiten für die Frauen und ihre Kinder. Nicht gegen jemanden, sondern für etwas. Für eine Welt, in der Stillen wieder selbstverständlich sein darf, in der Mütter sich gesehen fühlen und in der niemand diese Zeit allein durchstehen muss.

Das ist die Stärke, für die eine BREASTKEEPERIN steht. Klar, verlässlich und immer an der Seite von Mutter und Kind.

Das ist unsere Haltung. Das ist unser Versprechen. Und daran lassen wir uns messen.

Nathalie und die BREASTKEEPERINNEN
Breastkeeper Institut

Über diese Fassung

Fassung 1.1, Oktober 2026. Geschrieben von den BREASTKEEPERINNEN der ersten Ausbildungsrunden, überarbeitet gemeinsam mit dem Breastkeeper Team.

Der Codex wird einmal im Jahr überprüft. Änderungen beschließt das Breastkeeper Institut. Jede neue Fassung wird allen BREASTKEEPERINNEN bekannt gegeben und gilt ab ihrer Veröffentlichung.

Dieser Codex ergänzt den verbindlichen Code of Conduct des Breastkeeper Instituts.

Breastkeeper Institut · Nathalie Pulcini LLC · www.breastkeeper.de