

# Den eigenen Körper wahrnehmen – schon Babys spüren Herzschlag und Atmung

geschrieben von Redakteur | Mai 4, 2025



Körpersignale wie Herzschlag und Atmung begleiten uns ständig, oft unbewusst als Hintergrundrauschen unserer Wahrnehmung. Bereits in den ersten Lebensjahren sind diese Signale wichtig, da sie etwa zur Entwicklung des Selbstgefühls und der eigenen Identität beitragen.