

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

von Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Kita-Fachtexte ist eine Kooperation des Fröbel e. V., der Alice Salomon Hochschule Berlin (ASH) und dem Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung e. V. (nifbe). Das Portal bietet praxisbezogene Studientexte zu insgesamt zehn Themenfeldern, die von Expertinnen und Experten aus dem Feld der frühen Bildung verfasst werden. Alle Texte werden im Peer-Review-Verfahren begutachtet. Herausgeberin ist Prof. Dr. Rahel Dreyer.



Alice Salomon Hochschule Berlin
University of Applied Sciences



Fröbel



Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

von Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

ABSTRACT

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP) verbindet verschiedene fundierte Ansätze, um in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen nachhaltige und gesunde Beziehungen zu gestalten. Sie basiert auf den vier Grundpfeilern – Gefühle, Bedürfnisse, Grenzen und das Selbst-Ich – und legt den Fokus auf die Förderung von Wohlbefinden, Resilienz und Gleichwürdigkeit.

Sie integriert nicht nur Erkenntnisse der Bindungsforschung, der „Gewaltfreien Kommunikation“, der Achtsamkeitsforschung und der Psychotraumatologie, sondern bezieht sich auch auf Ansätze wie Kinderschutz, Kinderrechte und Partizipation, neurobiologische Ansätze zur Emotionsregulation, Resilienzförderung und zu systemischem Denken. Sie zielt darauf ab, Grenzverletzungen zu vermeiden, pädagogische Fachkräfte durch Reflexion zu stärken und Kindern sichere, wertschätzende Beziehungen und damit gesunde Entwicklungsräume zu ermöglichen. Die BoP bietet nicht nur Handlungsalternativen für die pädagogische Praxis, sondern auch eine Haltung, die verletzendes Verhalten klar benennt und damit die psychische Gesundheit, soziale Verbundenheit und Selbstwirksamkeit aller Beteiligten in den Mittelpunkt stellt.

INFORMATIONEN ZUR AUTORIN

Kathrin Hohmann ist Kindheitspädagogin (B.A.), hat einen Master in der Sozialen Arbeit, ist ehemalige Kitaleiterin und Mitgründerin eines Kitaträgers, Autorin und Expertin für frühkindliche Entwicklung und Mitgründerin der Bo-Akademie für Bedürfnisorientierte Pädagogik. Derzeit promoviert sie in der pädagogischen Psychologie. Zudem führt sie monatlich Interviews für den Podcast in Kooperation mit dem „Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung e.V. (nifbe) und Fröbel e.V. „Auf die ersten Jahre kommt es an“. <https://www.kathrinhohmann.de>

Lea Wedewardt ist Kindheitspädagogin (M.A.), Mitgründerin der Bo-Akademie für Bedürfnisorientierte Pädagogik und Weiterbildnerin für pädagogische Fachkräfte. Sie ist Autorin, Evaluatorin für Beziehungsqualität in Kitas im Institut für Familien-, Kindheits- und Jugendforschung der Universität Potsdam und Host des Kita Podcasts. <https://lea.wedewardt.de>

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

von Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

HERAUSGEBERIN

Prof. Dr. Rahel Dreyer
(dreyer@ash-berlin.eu)

REDAKTION

Dr. Karsten Herrmann
(redaktion@kita-fachtexte.de)

LEKTORAT

Dr. Frauke Severit

ZITIERVORSCHLAG

Hohmann, K., & Wedewardt, L. (2025). Die bedürfnisorientierte Pädagogik – für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander. In R. Dreyer (Hrsg.), *Kita-Fachtexte* 3. <https://doi.org/10.58123/aliceopen-781> und <https://www.kita-fachtexte.de/de/fachtexte-finden/die-beduerfnisorientierte-paedagogik>



Dieses Werk steht unter der Lizenz Creative Commons Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 3.0 Deutschland (CC BY-SA 3.0 DE)

ISSN

2940-3960

ISBN

978-3-910703-13-1

DOI

<https://doi.org/10.58123/aliceopen-781>

URN

<https://nbn-resolving.org/html/urn:nbn:de:kobv:b1533-opus-7819>

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

von Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Gliederung des Textes	1 Einleitung	5
	2 Die Bedeutung der BoP für die Praxis	7
	3 Der Weg zu einer veränderten Haltung statt eines weiteren Konzepts	9
	3.1 Hintergrund des BoP-Ansatzes	11
	4 Die Grundpfeiler der BoP	13
	4.1 Grundpfeiler: Gefühle	14
	4.2 Grundpfeiler: Bedürfnisse	17
	4.3 Grundpfeiler: Grenzen	19
	4.4 Grundpfeiler: Selbst-Ich	21
	5 Zusammenfassung	25
	6 Fragen und weiterführende Informationen	26
	6.1 Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes	26
	6.2 Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen	28
	6.3 Glossar	34

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

1 Einleitung

Im pädagogischen Berufsfeld ist derzeit eine intensive Erschöpfung und Frustration der pädagogischen Fachkräfte spürbar. Die Erschöpfung pädagogischer Fachkräfte lässt sich nicht auf einen einzelnen Faktor zurückführen – sie ist das Ergebnis eines beschleunigten Krippenausbaus, eines sich zuspitzenden Fachkräftemangels, herausfordernder Rahmenbedingungen und wachsender politischer Unsicherheiten. Aktuelle Daten zeigen zudem: Der Anteil psychisch belasteter Kinder, der über Jahre hinweg relativ konstant war, ist während der Coronapandemie deutlich angestiegen und sinkt nur langsam wieder. Überdies berichten pädagogische Fachkräfte vermehrt von einem Rückgang des eigenen Kompetenzerlebens bei gleichzeitig wachsender Belastung. Besonders in Zeiten personeller Engpässe und einer drohenden Entwertung professioneller Standards wirkt sich dieser Druck zunehmend auf die Qualität der Beziehungen aus – mit spürbaren Folgen: Interaktionen gelingen seltener, die Gefahr grenzverletzenden Verhaltens steigt und immer mehr Kinder werden als herausfordernd erlebt. Ein sich selbst verstärkender Kreislauf, der sowohl pädagogische Fachkräfte als auch Kinder erheblich belastet (Herrmann, 2025).

Aus der Forschung ist bekannt, dass die frühe Kindheit die wohl verletzlichste Entwicklungsphase darstellt, in der das Wohlbefinden der Kinder eine zentrale Rolle für die pädagogische Qualität spielt. Besorgniserregend ist, dass derzeit etwa 20 Prozent der Kinder in Kindertagesstätten durch Anspannung, Apathie und Niedergeschlagenheit auffallen (Dreyer & Stammer, 2024, S. 5). Dies zeigen die aktuellen Ergebnisse der Studie „StimtS“ (Stimulation oder Stress? Wohlbefinden von Kindern im zweiten und dritten Lebensjahr in Kindertageseinrichtungen) (ebd.).

Diese Fakten und Zahlen verdeutlichen die dringende Notwendigkeit, pädagogische Konzepte zu etablieren, die sowohl das Wohlbefinden der Kinder als auch die (Arbeits-)Zufriedenheit der pädagogischen Fachkräfte in den Mittelpunkt stellen. Die **Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP)** bietet hier einen vielversprechenden Ansatz, um die Qualität pädagogischer Arbeit zu stärken, die Gesundheit sämtlicher Beteiligten (auch der pädagogischen Fachkräfte) in den Blick zu nehmen und nachhaltige Lösungen für die Herausforderungen der Praxis zu entwickeln.

Bei der Bedürfnisorientierten Pädagogik (BoP) stehen – wie der Name bereits andeutet – die Bedürfnisse aller Beteiligten, also der Kinder und Erwachsenen, im Fokus. Dies hat einen wissenschaftlich fundierten Hintergrund: Forschungsergebnisse zeigen, dass die Berücksichtigung grundlegender Bedürfnisse zu Glück, Gesundheit und Resilienz führt (Frank, 2010; Ryan & Deci, 2001; Viernickel, 2022) sowie zu dem Gefühl von Sinnhaftigkeit und einer inneren Zufriedenheit (Ryan & Deci, 2001; Viernickel, 2022, S. 109). Ebenso bekannt ist, dass

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

bei Vernachlässigung dieser Bedürfnisse Unzufriedenheit und eine Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit entstehen (Grawe, 2004; Leitner, 2020,).

Die bedürfnisorientierte Begleitung fand zunächst vor allem in der Familie Anwendung – bekannte Persönlichkeiten, die mit bedürfnisorientierter Elternschaft in Verbindung gebracht werden, sind beispielsweise Susanne Mierau von „Geborgen Wachsen“ (www.geborgen-wachsen.de), der Arzt und Autor Herbert Renz-Polster oder die Autorinnen Danielle Graf und Katja Seide von „Das gewünschtste Wunschkind“. Nun wird der Ansatz zunehmend auch für den außerfamiliären, professionellen Bildungsbereich weiterentwickelt und zugänglich gemacht.

Die BoP integriert zentrale wissenschaftliche Ansätze wie Bedürfnistheorien (Grawe, 2004; Deci & Ryan, 1993), Erkenntnisse der Bindungsforschung (Grossmann & Grossmann, 2021), Prinzipien der Achtsamkeit und Selbstfürsorge (Neff & Germer, 2022; Neff & Kretschmar, 2012; Ricard et al., 2019) sowie der „Gewaltfreien Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg (Rosenberg, 2016; Leitner, 2020) in den pädagogischen Alltag. Damit schafft die BoP die Grundlage für einen wertschätzenden Umgang, der die Rechte der Kinder schützt und gleichzeitig konstruktive, praktische Handlungsoptionen bietet, um sowohl Selbstwirksamkeit und Empathie zu fördern als auch Lernen zu ermöglichen.

Ziel der BoP

Das Ziel der BoP ist es, sämtlichen Menschen in der Gemeinschaft von Kitas, Kindertagespflege, Horten und Schulen ein friedliches und gesundes Miteinander zu gewährleisten. Dieses Ziel umfasst – was oft falsch verstanden wird – nicht nur die Kinder, sondern auch die pädagogischen Fachkräfte und andere Mitarbeitende an diesen Orten. Psychische Gesundheit wird dabei im Sinne der Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert: als körperliches und seelisches Wohlbefinden, die Fähigkeit, die Herausforderungen des Lebens zu meistern, und die aktive Teilnahme an der Gemeinschaft. Die WHO fordert zudem, dass psychische Gesundheit „ganz oben auf der politischen Tagesordnung“ stehen müsse (WHO, 2021, o. S.).

Die BoP schafft hierfür einen Rahmen und stellt die psychische Gesundheit aller Beteiligten in den Mittelpunkt der Pädagogik. Um dieses Ziel zu erreichen, liegt der Fokus auf der Beziehungsqualität, die sich an den vier Grundpfeilern der BoP – den Gefühlen, Bedürfnissen, Grenzen und dem **Selbst-Ich** – sämtlicher Beteiligten ausrichtet. Die vier Grundpfeiler stehen im Zentrum der Reflexion und des daran orientierten professionellen Handelns im Sinne der BoP. Sie ermöglicht ein Umfeld, in dem Kinder und Erwachsene sich sicher, respektiert und autonom fühlen können – eine grundlegende Voraussetzung für persönliche und soziale Entwicklung sowie emotionale Kompetenz.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

2 Die Bedeutung der Bedürfnisorientierten Pädagogik (BoP) für die Praxis

Ein Wandel ist nötig!

Ein Wandel in der Pädagogik ist dringend notwendig: weg von autoritären Erziehungsansätzen hin zu einer beziehungsorientierten Arbeit. Im Zentrum der BoP steht die Beziehung, die durch Verbundenheit, Empathie und Achtsamkeit geprägt ist. Lob und Strafe weichen einem Schwerpunkt auf Grenzachtung und **Gleichwürdigkeit**. Statt Verhalten von außen zu steuern, zielt BoP darauf ab, innere Bedürfnisse und Gefühle zu verstehen und wertzuschätzen. Dadurch wird die innere Motivation gefördert und ein respektvolles Miteinander ermöglicht (Hohmann, 2024b, S. 153; Wedewardt & Hohmann, 2024, S. 30).

BoP bietet klare Orientierungspunkte für die pädagogische Praxis und adressiert dabei drei wesentliche Aspekte: die Unterstützung der pädagogischen Fachkräfte, verletzendes Verhalten zu verhindern sowie Wohlbefinden und psychische Gesundheit zu fördern.

Pädagogische Fachkräfte sind in ihrem Berufsalltag mit hohen Anforderungen und belastenden Arbeitsbedingungen konfrontiert. Studien belegen, dass eine unzureichende Struktur- und Prozessqualität nicht nur die pädagogische Arbeit beeinträchtigt, sondern sich auch negativ auf das Wohlbefinden der pädagogischen Fachkräfte auswirkt (Laewen & Andres 2022; Wehrmann et al., 2024).

Wertefundament Haltung und Methoden

Die BoP bietet pädagogischen Fachkräften ein stabiles Wertefundament, eine klare Haltung und handlungsorientierte Methoden, die es ermöglichen, trotz herausfordernder Bedingungen feinfühlig und sicher zu handeln. Im Mittelpunkt stehen gleichwürdige Beziehungen, in denen auf Strafen, Drohungen oder Manipulationen verzichtet wird (Hohmann & Wedewardt, 2025).

Einrichtungen wie Kitas, Kindertagespflege und Horte dienen als sichere Orte, an denen ein achtsames, friedvolles Miteinander geübt werden kann. Die BoP fördert eine Ethik der pädagogischen Beziehungen im Sinne eines gewaltbewussten und respektvollen Umgangs – sowohl zwischen den Kindern, in der Erwachsenen-Kind-Beziehung als auch unter den Erwachsenen, etwa zwischen pädagogischen Fachkräften und Eltern. Kinder lernen, Konflikte gewaltfrei zu lösen, indem sie Vorbilder erleben, die selbst konsequent auf Gewalt und Strafen verzichten (Maywald, 2019; Prengel und Deutsches Institut für Menschenrechte, 2017).

Ein weiterer Kernbereich der BoP ist die Förderung des Wohlbefindens. Das kindliche Wohlbefinden gilt als zentraler Indikator für pädagogische Qualität und wird maßgeblich durch die Erfüllung grundlegender Bedürfnisse wie Autonomie, soziale Verbundenheit und Selbstwirksamkeit geprägt (Viernickel, 2022). Dies erfordert eine feinfühlige Begleitung, die Stress reduziert und

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

emotionale Sicherheit schafft. Gleichzeitig profitieren auch pädagogische Fachkräfte, da ein Fokus auf Wohlbefinden zu einem erfüllenden und stressfreieren Zusammensein beiträgt.

Die Prävention verletzenden Verhaltens ist ein zentrales Anliegen der BoP. In den letzten Jahren hat dieses Thema in der Fachwelt zunehmend an Bedeutung gewonnen (Maywald, 2019; Boll & Remsperger-Kehm, 2021). Verletzendes Verhalten in Kitas wurde lange Zeit tabuisiert. Erst durch verstärkte Forschung und öffentliche Diskussion wurde deutlich, wie weitreichend die Folgen solcher Handlungen sein können – von gestörten Bindungsbeziehungen bis hin zu langfristigen emotionalen und psychischen Schäden (Rölly Siebenhaar et al., 2023; Maywald, 2021).

Die BoP schafft einen Rahmen, der pädagogischen Fachkräften hilft, verletzendes Verhalten zu erkennen, zu reflektieren und durch alternative Handlungsmöglichkeiten zu ersetzen. Dabei werden sowohl bewusste als auch unbewusste Formen grenzverletzenden Verhaltens berücksichtigt. Studien wie jene von Boll und Remsperger-Kehm (2021) weisen darauf hin, dass verletzendes Verhalten häufig aus einem Gefühl der Überforderung oder aus mangelnder fachlicher Reflexion entsteht. Die BoP setzt hier an, indem sie nicht nur Handlungskompetenzen vermittelt, sondern auch auf eine bewusste Auseinandersetzung pädagogischer Fachkräfte mit den eigenen Gefühlen, Bedürfnissen, Grenzen und biografischen Einflüssen abzielt, um auf diese Weise deren selbstregulatorische Fähigkeiten in den Blick zu nehmen.

Ein zentraler Bestandteil dieses Ansatzes ist die Förderung einer „Gewaltfreien Kommunikation“ (Rosenberg, 2016) und die Sensibilisierung für die individuellen Bedürfnisse der Kinder. Dies erfordert eine achtsame Haltung und die Bereitschaft, sich kontinuierlich fortzubilden und zu reflektieren. Gleichzeitig stellt die BoP sicher, dass auch die Bedürfnisse der pädagogischen Fachkräfte nicht vernachlässigt werden, da Überforderung und Erschöpfung verletzendes Verhalten begünstigen können (Boll & Remsperger-Kehm, 2021).

Zudem wird in der BoP großer Wert auf strukturelle Maßnahmen gelegt. So sollen Kinderschutzkonzepte entwickelt und lebendig umgesetzt werden, um im Alltag eine Kultur der Achtsamkeit zu etablieren, in der Grenzüberschreitungen frühzeitig erkannt, angesprochen und verhindert werden können (Wehrmann et al., 2024; Maywald, 2019).

Zusammenfassend trägt die BoP dazu bei, die Qualität der pädagogischen Arbeit auf sämtlichen Ebenen zu verbessern. Sie unterstützt nicht nur das Wohlbefinden und die persönliche Entwicklung der Kinder, sondern stärkt auch die Resilienz und Handlungsfähigkeit der pädagogischen Fachkräfte. Insbesondere die präventive Ausrichtung schafft ein respektvolles, gewaltbewusstes Miteinander, das als Grundlage für eine wertschätzende und zukunftsorientierte Pädagogik dient.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

3 Der Weg zu einer veränderten Haltung statt eines weiteren Konzepts

Die BoP ist keine Methodik oder ein Konzept, sondern versteht sich als eine Einstellung, eine Haltung. Sie beschreibt, was in zwischenmenschlichen Beziehungen notwendig ist, um ein gesundes, gewaltbewusstes und feinfühliges Miteinander zu gestalten (Hohmann & Wedewardt, 2025; Wedewardt & Hohmann, 2024).

Definition

Definition der BoP

„BoP bedeutet, dass alle Beteiligten mit ihren Gefühlen, Bedürfnissen und Grenzen gesehen und respektiert werden. Im gleichwürdigen Aushandlungsprozess werden Bedürfnisse einander gegenübergestellt, abgewogen und den Gefühlen wird Raum geschenkt. Wichtig ist dabei der achtsame Kontakt mit sich selbst und den anderen. Der Fokus richtet sich weniger auf die Lösungsfindung als vielmehr auf die Beschreibung des Seins im Jetzt“ (Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 8).

Gleichwürdige Beziehung

In der BoP stehen nicht nur die Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen der Kinder im Mittelpunkt, sondern auch die der Erwachsenen (vgl. Abbildung 1). Dies unterscheidet die BoP klar von einer laissez-fairen, permissiven oder autoritären Pädagogik und lässt sich eher einem demokratischen Erziehungsstil zuordnen. Eine wichtige Voraussetzung für die BoP ist die Bereitschaft der pädagogischen Fachkräfte, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen und sich auf die Selbstreflexion (Selbst-Ich als vierter Grundpfeiler) einzulassen. Nur wer in der Lage ist, mit sich selbst in Kontakt zu treten, eigene Gefühle und Bedürfnisse zu spüren und klare Grenzen zu kommunizieren, kann achtsam und gewaltbewusst sprechen und handeln.

Die Gewaltfreiheit bildet den Ausgangspunkt der BoP. Obwohl Gewaltfreiheit niemals vollständig erreichbar ist, stellt sie ein hohes Ziel dar, das die BoP anstrebt. Dabei liegt der Fokus darauf, sich bewusst mit Machtausübung und verletzendem Verhalten auseinanderzusetzen, um diese aktiv zu vermeiden. Ziel ist es, Kinder in der außerfamiliären, professionellen Begleitung ohne den Einsatz von Belohnungen und Bestrafungen (Hohmann, 2022), ohne Sprachgewalt (Wedewardt, 2022) sowie ohne Mikro- und Makrogewalt (Boll & Remsperger-Kehm, 2021) zu begleiten. Die BoP strebt an, Adultismus aufzudecken und zu verhindern, um den Kinderrechten gerecht zu werden.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

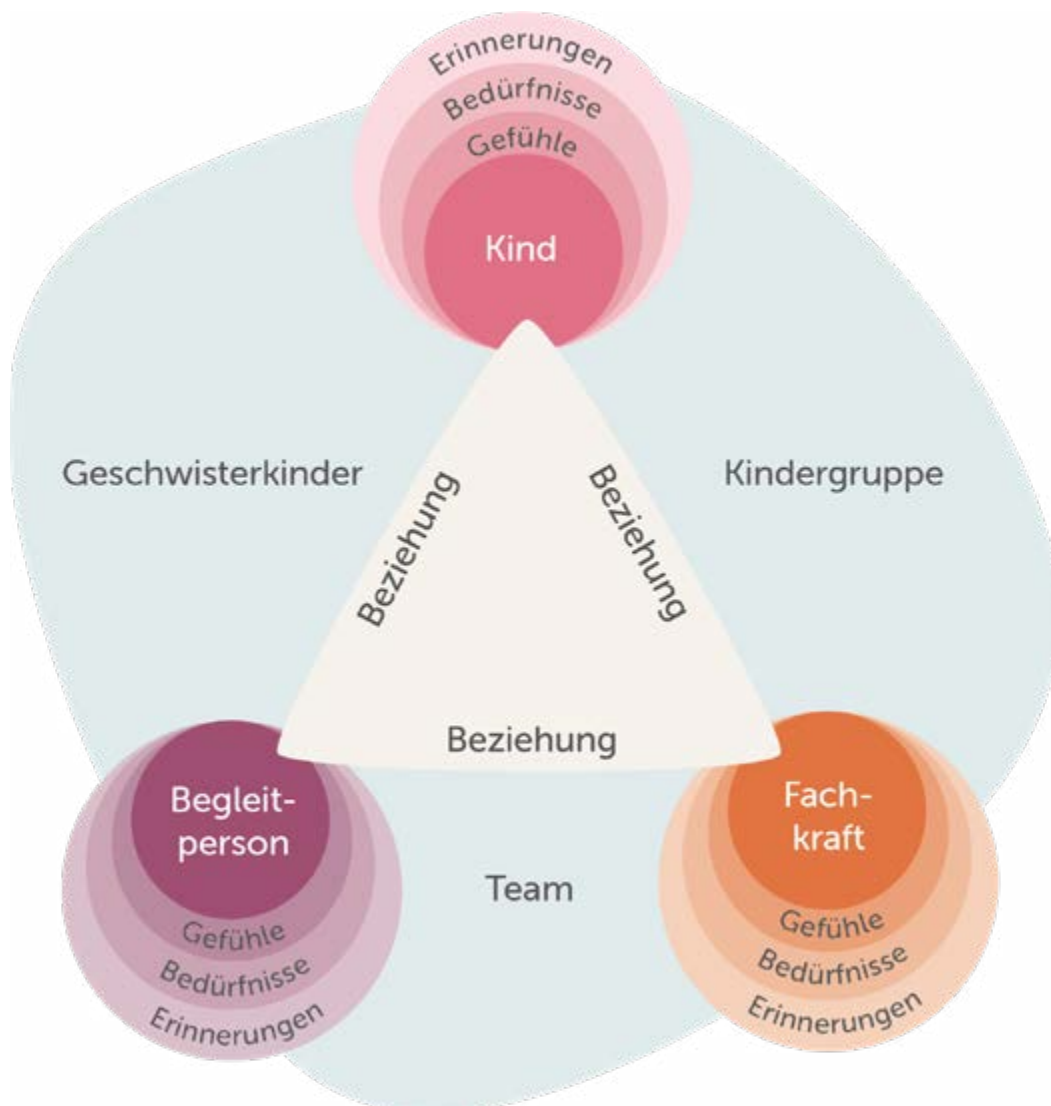


Abbildung 1: Das Beziehungsdreieck
(Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 9)

Anstatt sich auf Sanktionen zu stützen, zeigt die BoP Wege auf, wie Beziehungen auf Augenhöhe gestaltet werden können. Dabei geht es nicht nur um theoretische Prinzipien, sondern auch um die Überwindung praktischer Hindernisse, die Gleichwürdigkeit erschweren. Die BoP versucht, wissenschaftliche Erkenntnisse zusammenzufassen, zu übersetzen und praktisch anwendbar zu machen. Sie bietet die Möglichkeit, verletzendes Verhalten klar zu erkennen, zu benennen, zu vermeiden und gleichzeitig konstruktive, alternative Wege aufzuzeigen, Beziehung zu sich selbst und zu anderen achtsam und gewaltfrei gestalten zu können.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

3.1 Hintergrund des BoP-Ansatzes

Die BoP entwickelte sich aus der „intensiven Elternschaft“ (engl. „attachment parenting“), die sich klar von traditionellen Erziehungskonzepten abgrenzt. Sie stützt sich auf theoretische Grundlagen wie die „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg (Rosenberg, 2016), Bindungsforschung (Grossmann & Grossmann, 2021), neurowissenschaftliche Erkenntnisse (Siegel & Bryson, 2017) sowie Ansätze aus der Psychotraumatologie und Achtsamkeitsforschung. Zusätzlich integriert die BoP die Kinderrechte wie auch Erkenntnisse zu Kinderschutz und Gewaltprävention (Wedewardt & Hohmann, 2024).

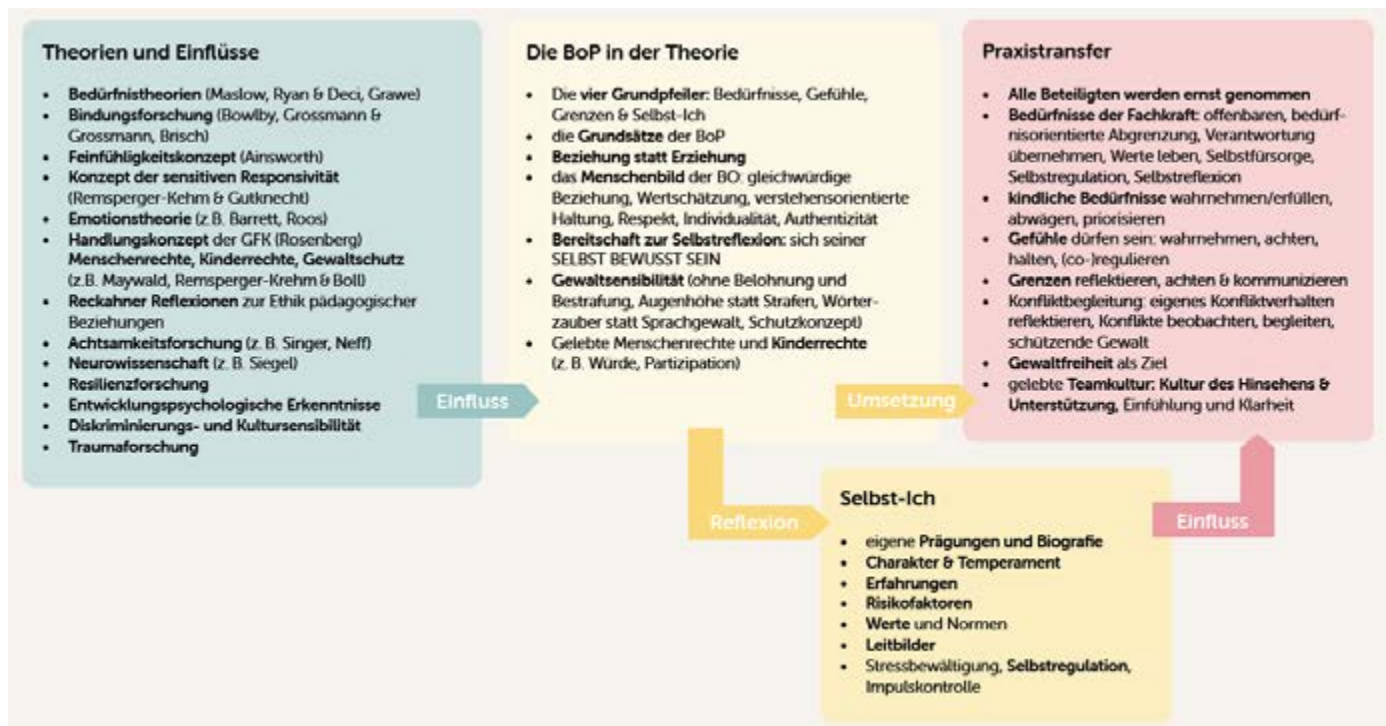


Abbildung 2: Theorien und Einflüsse
(aus: Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 20)

Die BoP richtet ihre Aufmerksamkeit gezielt auf die Bedürfnisse hinter dem Verhalten und lädt dazu ein, unter die Oberfläche zu blicken, um die tieferliegenden Ursachen zu verstehen. In Konfliktsituationen dienen die Beobachtung und Wahrnehmung von Bedürfnissen als Ausgangspunkt für pädagogisches Handeln. So lernen Kinder, in Kontakt mit sich selbst zu bleiben, ihre eigenen Bedürfnisse zu erkennen und achtsam mit anderen zu interagieren.

Hierbei werden einige Grundannahmen verfolgt, die den wissenschaftlichen Grundlagen zugrunde liegen; einige werden wie folgt beschrieben:

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Grundannahmen der BoP

- 1. Jeder Mensch, unabhängig von Alter, Kultur oder Herkunft, hat denselben Wert.**

Seine Bedürfnisse, Gefühle und Grenzen werden in gleicher Würde ernst genommen.

- 2. Alle Menschen haben die gleichen Bedürfnisse, aber verschiedene Strategien zur Bedürfniserfüllung.**

- 3. Jedes Gefühl darf sein und ist willkommen.**

Gefühle sind weder positiv noch negativ, sondern natürliche Reaktionen auf äußere und innere Umstände.

- 4. Gefühle sind ein innerer Kompass.**

Sie dienen als Signalgeber und weisen auf erfüllte oder unerfüllte Bedürfnisse hin, was eine zentrale Rolle im Achtsamkeitsprozess spielt.

- 5. Jedes Verhalten hat einen Sinn.**

Verhalten ist stets der Versuch, ein Bedürfnis zu erfüllen, auch wenn die Strategien dafür unterschiedlich sind oder nicht immer angemessen erscheinen.

- 6. Kinder stehen für sich und ihre Bedürfnisse ein und kämpfen nicht gegen uns.**

Dieses Verständnis ermöglicht es, kindliches Verhalten besser einzuordnen und feinfühlig darauf zu reagieren.

- 7. Gleich ist nicht gerecht.**

Die BoP unterscheidet zwischen Gleichheit und Gerechtigkeit, da individuelle Bedürfnisse und Umstände berücksichtigt werden müssen.

(Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 13 f.)

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

4 Die Grundpfeiler der BoP

Wenn Menschen miteinander in Beziehung treten – sei es durch ein Gespräch, einen Blick oder andere Formen der Interaktion – entfalten sich verschiedene Ebenen. Es geht um das, was wir empfinden, was wir brauchen, was wir ablehnen oder besonders schätzen, und nicht zuletzt um das, was uns durch unsere eigene (Bindungs-)Geschichte innerlich prägt. Beziehungen berühren also immer wieder grundlegende Fragen wie: „Was fühlst du und was fühle ich?“, „Was brauchst du und was brauche ich?“, „Was willst du (nicht) und was will ich (nicht)?“ und schließlich „Woran erinnerst du dich – und woran erinnere ich mich?“. Diese Aspekte wirken subtil und tief in unsere Beziehungsgestaltung hinein.

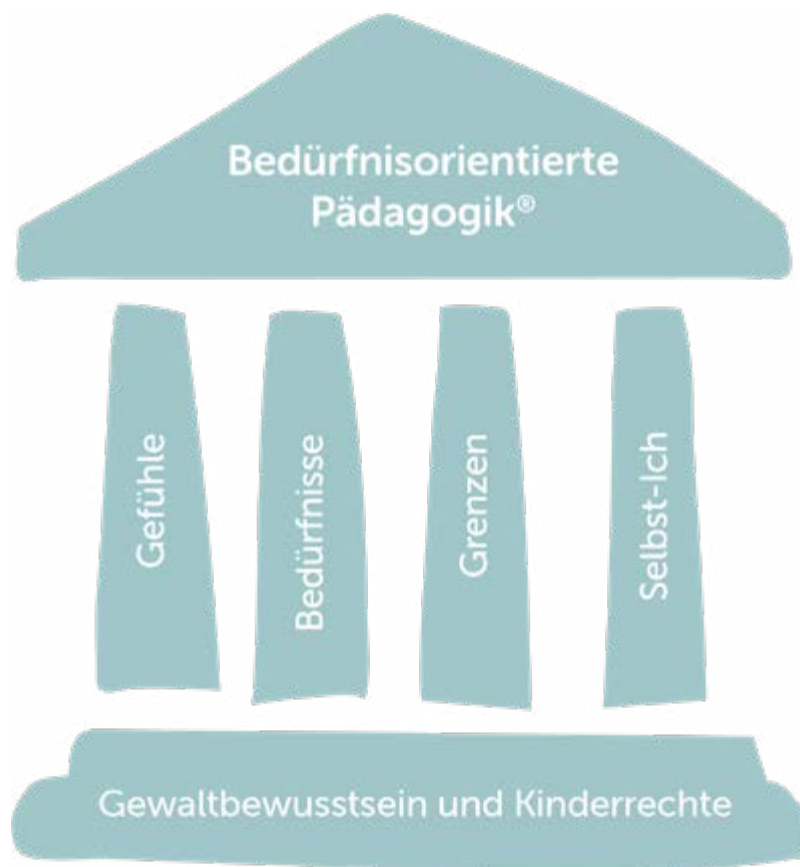


Abbildung 3: Die vier Säulen der BoP
(aus: Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 28)

Daraus lassen sich vier zentrale Säulen ableiten, die als Grundpfeiler für eine gelingende Pädagogik und ein achtsames Miteinander dienen: Gefühle, Bedürfnisse, Grenzen und das Selbst-Ich. Diese Aspekte stehen in einer engen Wechselwirkung zueinander und bilden die Grundlage für die Gestaltung re-

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

spektvoller Beziehungen sowie für das Verstehen und Begleiten von Kindern und Erwachsenen. Im Folgenden werden diese vier Grundpfeiler detaillierter betrachtet, um ihre Bedeutung für die pädagogische Praxis und das zwischenmenschliche Miteinander zu verdeutlichen.

Die vier Grundpfeiler einer BoP

1. **Gefühle:** „Was fühlst du – und was fühle ich?“
2. **Bedürfnisse:** „Was brauchst du – und was brauche ich?“
3. **Grenzen:** „Was willst du (nicht) – und was will ich (nicht)?“
4. **Selbst-Ich:** „Woran Erinnerst du dich – und woran erinnere ich mich?“

(Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 29)

4.1 Grundpfeiler: Gefühle

Kinder entwickeln sich durch Interaktionen, die „innerseelische Strukturen“ prägen und für zukünftige Begegnungen handlungsleitend sind (Weltzien et al., 2016, S. 10). Gefühle spielen dabei eine zentrale Rolle für die emotionale und soziale Kompetenz. Sie sind der innere Kompass unserer Bedürfnisse: Unangenehme Gefühle weisen auf unerfüllte Bedürfnisse hin, die gesehen werden möchten (Hohmann, 2024a, S. 171), während angenehme Gefühle auf erfüllte Bedürfnisse hindeuten. Alle sind in gleicher Weise bedeutsam und als wichtige Signalgeber zu verstehen.

Gefühle als Signalgeber

Gefühle sind der Schlüssel, um Bedürfnisse zu erkennen. Wenn pädagogische Fachkräfte Kindern helfen, ihre Gefühle zu identifizieren, zu benennen und konstruktiv auszudrücken, fördern sie nicht nur deren emotionale Kompetenz, sondern auch ein gesundes Selbstbild. Dies stärkt langfristig die Fähigkeit, sich in andere einzufühlen und soziale Beziehungen erfolgreich zu gestalten.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Gefühle, wenn Bedürfnisse erfüllt sind		Gefühle, wenn Bedürfnisse nicht erfüllt sind	
angeregt	kraftvoll	ängstlich	kalt
aufgedreht	klar	ärgerlich	lembos
ausgeglichen	lebendig	alarmiert	miserabel
befreit	leicht	angeekelt	müde
begeistert	liebevoll	angespannt	mutlos
belebt	motiviert	voller Angst	nervös
berührt	munter	apathisch	niedergeschlagen
beruhigt	mutig	ausgelaugt	perplex
bewegt	neugierig	bedrückt	traurig
energiegeladen	optimistisch	bekommen	sauer
engagiert	ruhig	besorgt	schlapp
enthusiastisch	satt	bestürzt	schockiert
entschlossen	selbstsicher	betroffen	sorgenvoll
entspannt	selbstzufrieden	bitter	streitlustig
entzückt	sicher	deprimiert	teilnahmslos
erfreut	sich freuen	dumpf	todtraurig
erfüllt	still	durcheinander	tot
erleichtert	überglücklich	einsam	überwältigt
fasziniert	unbekümmert	elend	voller Sorgen
friedlich	unbeschwert	empört	unglücklich
fröhlich	vergnügt	enttäuscht	unter Druck
gelassen	verliebt	erschöpft	unbehaglich
gerührt	wach	erschüttert	ungeduldig
glücklich	weit	frustriert	unruhig
gut gelaunt	zärtlich	gelähmt	unwohl
heiter	zufrieden	gelangweilt	unzufrieden
hoffnungsvoll	zuversichtlich	genervt	verärgert
inspiriert		getrieben	verzweifelt
		hasserfüllt	wütend
		hilflos	zitternd
		in Panik	zögerlich
		irritiert	zornig

Abbildung 4: Gefühlsliste (aus: Wedewardt & Hohmann, 2024, S. 52, in Anlehnung an Rosenberg, 2016)

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Bereits Säuglinge drücken Basisemotionen wie Freude oder Wut aus, während komplexere, selbstbewusste Gefühle wie Stolz oder Schuld ab etwa 18 Monaten entstehen (Roos, 2023).

Für die emotionale Kompetenzentwicklung von Kindern spielen verschiedene Dimensionen eine wichtige Rolle. In der Interaktion mit Bezugspersonen entwickeln sie ihr Emotionswissen und erlangen schrittweise die Fähigkeit, ihre Emotionen und die damit verbundenen Erregungen zu regulieren. Dieser Prozess ist nur mit der Unterstützung einer einfühlsamen Person möglich, die den Kindern hilft, ihre Emotionen zu differenzieren und ein Verständnis von Emotionen sowohl für sich selbst als auch für andere zu entwickeln (Weltzien et al., 2016, S. 15 ff.). Die Emotionsregulation beginnt mit der Unterstützung durch Bezugspersonen, die Gefühle wahrnehmen, spiegeln und angemessen reagieren. Diese Co-Regulation ist essenziell, da das kindliche Gehirn noch nicht in der Lage ist, intensive Emotionen allein zu verarbeiten (Becker-Stoll, Beckh & Berkic, 2018; Eilers, 2024). Bezugspersonen fördern die emotionale Bewusstheit von Kindern, indem sie Emotionsregulation vorleben (Modelllernen), einfühlsam und situationsangemessen auf kindliche Gefühle reagieren (kontingentes Reagieren) und gezielt emotionale Zusammenhänge erklären (Emotion Coaching). Diese Bewusstheit ist die Grundlage dafür, dass Kinder später ein wirksames Repertoire an Emotionsregulationsstrategien entwickeln können (Eisenberg, Cumberland & Spinrad, 1998; Silkenbeumer, Schiller, Hodynski & Kärtner, 2016).

Bleiben Reaktionen aus, können sich neuronale Verbindungen, die für die Stressbewältigung wichtig sind, nicht ausreichend entwickeln, was langfristig zu psychischen Störungen führen kann (Becker-Stoll, Wertfein & Niesel, 2020; Shanker & Barker, 2019). Ein feinfühliges Umfeld stärkt hingegen die Resilienz und das Wohlbefinden des Kindes.

Emotionswissen

Emotionsarbeit erfordert von Bezugspersonen eine hohe Präsenz und Aufmerksamkeit (Boll & Remsperger-Kehm, 2021). Pädagogische Fachkräfte nehmen Situationen entsprechend ihrer Erfahrungsgeschichte wahr und bewerten diese. „Je nach Wahrnehmung einer Situation reagiert das menschliche Nervensystem unmittelbar, das heißt affektiv, und Hormone sorgen für eine erhöhte Erregung des gesamten menschlichen Systems“ (Weltzien et al., 2016, S. 38). Dabei ist entscheidend, wie die pädagogische Fachkraft die eigenen Gefühle wahrnimmt und reflektiert (siehe Grundpfeiler: Selbst-Ich). Nicht immer gelingt ein prompt feinfühliges und responsives Handeln. Ermutigend ist, dass einige Studien zeigen, dass dies nicht zwangsläufig ein Risiko für die Bindungsentwicklung darstellt, insofern die Bezugs- oder Bindungsperson diesen emotionalen Bruch erkennt, bespricht und repariert. Dieser Prozess, der als „interactive repair“ bezeichnet wird, hilft dabei, herausfordernde Gefühle zu regulieren, den Stress zu reduzieren und die Bindungen zu stärken (Kemp et al., 2016; Müller et al., 2015; Pauen, 2023). Diverse Belastungen und

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

eine daraus resultierende Erschöpfung der pädagogischen Fachkräfte kann sich auf das Kommunikationsverhalten niederschlagen und es fällt Fachkräften schwerer, die Signale (Feinzeichen, Gefühle, Bedürfnisse) der Kinder passend zu beantworten. Dadurch leiden die Interaktionsqualität und die Fähigkeit der Erwachsenen, die Emotionen der Kinder zu regulieren (Boll & Remsperger-Kehm, 2021, S. 13 ff.). Dies ist ein entscheidender Grund dafür, dass die BoP die Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen aller Beteiligten in den Fokus rückt und pädagogische Fachkräfte sowohl dabei unterstützt als auch dazu befähigt, sich selbst ernst zu nehmen und eigene Gefühle zu reflektieren. Sie können nur responsiv handeln, wenn sie sich selbst, die eigenen Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen dabei ausreichend im Blick haben.

4.2 Grundpfeiler: Bedürfnisse

Bedürfnisse sind essenziell für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Sie sind der Schlüssel zu einem gelingenden Miteinander und bilden die Grundlage für Motivation, Lernen und Beziehungen. Pädagogische Einrichtungen wie Kitas und Kindertagespflege sollten Orte sein, an denen die Bedürfnisse aller Beteiligten – Kinder, Eltern und pädagogische Fachkräfte – wahrgenommen und erfüllt werden. Gerade in herausfordernden Zeiten ist es entscheidend, Wohlbefinden zu fördern und ein achtsames Miteinander zu gestalten.

Das kindliche Wohlbefinden gilt mittlerweile als zentraler Indikator für pädagogische Qualität. Es zeigt sich in angenehmen Gefühlen, Zufriedenheit und Sinnhaftigkeit (Frank, 2010; Ryan & Deci, 2001; Viernickel, 2022). Gleichzeitig sind unzureichend erfüllte Bedürfnisse häufig Ursache für Stress und Unzufriedenheit, während eine bewusste Auseinandersetzung mit Bedürfnissen zur Förderung von Gesundheit und biopsychosozialem Wohlbefinden beiträgt (Rölli Siebenhaar et al., 2023).

Theoretische Grundlagen

Die Psychologie bietet zahlreiche Ansätze zur Erklärung von Bedürfnissen. Besonders bekannt ist die Bedürfnispyramide von Abraham Maslow (1978), die den physiologischen Bedürfnissen wie Nahrung oder Schlaf die höchste Priorität zuschreibt. Neuere Erkenntnisse wie die Experimente von Harry Harlow zeigen jedoch, dass psychosoziale Bedürfnisse wie Bindung für die psychische Gesundheit Vorrang haben können (Grossmann & Grossmann, 2021).

Klaus Grawe entwickelte in seiner „Konsistenztheorie“ das Konzept der Gleichrangigkeit von Bedürfnissen wie Bindung, Selbstwertschutz, Orientierung und Kontrolle sowie Lustgewinn. Er betont, dass eine dauerhafte Nichterfüllung dieser Bedürfnisse eine sogenannte „Inkonsistenz“ erzeugt, die zu psychischen Belastungen führen kann (Grawe, 2004).

Für einen praxisnahen Zugang und eine leichte Umsetzbarkeit für pädagogische Fachkräfte können die menschlichen Bedürfnisse auf Grundlage der genannten Theorien wie in der folgenden Abbildung zusammengefasst werden.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt



Abbildung 5: Die Bedürfnisse des Menschen
(Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 54)

Bedürfnisse und Wünsche

Bedürfnisse sind lebensnotwendig, während Wünsche Strategien zur Befriedigung dieser Bedürfnisse darstellen. Ein Wunsch wie „Wein trinken“ kann beispielsweise auf das Bedürfnis nach Ruhe hinweisen, während „jemanden mit Sand bewerfen“ auf Resonanz oder Entwicklung abzielt. Wünsche können abgelehnt werden, aber Bedürfnisse müssen erfüllt werden, um langfristig gesund zu bleiben. Der Familientherapeut Jesper Juul beschreibt dies so: „Kinder können nicht verwöhnt werden, indem sie zu viel von dem bekommen, was sie wirklich brauchen“ (Juul, 2016, S. 52). Auch wenn nicht jeder Wunsch erfüllt werden kann, sollte das dahinterliegende Bedürfnis stets wahrgenommen und gewürdigt werden.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Bedürfnisaufschub

Kinder sind erst nach und nach in der Lage, Bedürfnisse aufzuschieben. Insbesondere jüngere Kinder verfügen aufgrund ihrer neurologischen Entwicklung noch nicht über ausreichende Impulskontrolle (Klatte, 2007). In der außerfamiliären Betreuung müssen Kinder ihre Bedürfnisse häufig zurückstellen, oft länger, als es altersgerecht wäre. Pädagogische Fachkräfte sollten dies berücksichtigen und Kinder für ihr Warten wertschätzen. Der bekannte Marshmallow-Test (Haug-Schnabel & Bensel, 2017, S. 114) zeigt, dass Kinder besser warten können, wenn die Erfüllung eines Bedürfnisses sicher erscheint. Es ist daher entscheidend, dass pädagogische Fachkräfte mit Wohlwollen und Unterstützung reagieren, wenn Kinder ihre Grenze des Wartens erreicht haben (Boll & Remsperger-Kehm, 2024).

Bedürfnisse sind die Basis

Bedürfnisse sind universell und zentral für Gesundheit und Wohlbefinden. Sie bilden die Basis für Motivation, Beziehungen und Lernen. Wünsche hingegen sind individuelle Strategien, um Bedürfnisse zu erfüllen, und können unerfüllt bleiben, ohne das Wohlbefinden langfristig zu beeinträchtigen. Pädagogische Fachkräfte tragen die Verantwortung, Bedürfnisse sowohl bei Kindern als auch bei sich selbst zu erkennen und geeignete Wege zu deren Erfüllung zu fördern. Nur so können sie ein Umfeld schaffen, das Wohlbefinden ermöglicht und langfristig eine hohe pädagogische Qualität sichert.

4.3 Grundpfeiler: Grenzen

Der dritte Grundpfeiler betrifft die Wahrnehmung und Achtung von Grenzen. Die Wahrung von Grenzen ist ein fundamentales Element für die psychische und körperliche Gesundheit. Werden Grenzen verletzt, kann das sowohl körperlich als auch seelisch beeinträchtigende Folgen mit sich bringen (Maywald, 2019; Boll & Remsperger-Kehm, 2021).

Grenzverletzungen

Grenzverletzungen treten häufig in pädagogischen Kontexten auf, sei es durch mangelnde Feinfühligkeit, Überforderung oder fehlendes Wissen. Diese Verletzungen reichen von subtilen Mikroaggressionen wie Beschämungen bis hin zu Makrogewalt wie Strafen oder körperlichem Zwang (Boll & Remsperger-Kehm, 2021, S. 54). Besonders gravierend sind seelische Grenzverletzungen, da sie oft unsichtbar bleiben, jedoch tiefgreifende Schäden hinterlassen können. Dazu zählen Demütigungen, Ignorieren oder die Anwendung von Strafen, die Kinder in ihrem Selbstwert nachhaltig beeinträchtigen (Scherwath, 2021; Hohmann, 2022; 2024b).

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Grenzen achten und stärken

Ein zentrales Ziel der BoP ist es, solche Grenzverletzungen zu vermeiden und Kindern einen Raum zu bieten, in dem ihre körperlichen und seelischen Grenzen geachtet werden. Das beinhaltet auch, die Signale der Kinder – sei es verbal oder nonverbal – wahrzunehmen und angemessen darauf zu reagieren. Beschwerden der Kinder über Grenzüberschreitungen müssen ernst genommen werden, da sie eine Grundlage für Kinderschutz und Partizipation darstellen (Boll & Remsperger-Kehm, 2024, S. 19).

Kinder brauchen Erwachsene, die ihre Grenzen respektieren und ihnen helfen, diese zu spüren und zu kommunizieren. Grenzverletzungen werden oft durch Missachtung subtiler „Nein“-Signale verursacht, die sich in Blicken, Körperhaltungen oder Verhaltensänderungen äußern können (Ferber, 2024, S. 22). Pädagogische Fachkräfte sind dazu angehalten, diese Signale zu entschlüsseln und Kinder aktiv darin zu bestärken, ihre Grenzen klar zu formulieren.

Besonders wichtig ist es, dass Kinder erfahren, dass sie ihre Grenzen wahren können, ohne Angst um die Beziehung zu ihrer Bezugsperson haben zu müssen. Dies stärkt ihr Vertrauen sowohl in sich selbst als auch in andere und ermöglicht ihnen, ihre Autonomie innerhalb sicherer Bedingungen zu entwickeln.

Neben den individuell unterschiedlichen, sich verändernden Grenzbereichen, die sich in der Interaktion feinfühlig erkennen lassen und auf die individuell reagiert werden kann, gibt es Grenzbereiche, die das Wohl des Kindes gefährden. Das ist immer dann der Fall, wenn pädagogische Fachkräfte verletzend handeln (wie oben beschrieben) und wenn die Kinderrechte nicht gewahrt werden. Diese Grenzverletzungen sind wiederum nicht diskutierbar. „Die Verhaltensampel dient als Wegweiser für die Einordnung pädagogischen Handelns“ (Boll & Remsperger-Kehm, 2024, S. 26). Anhand konkreter Situationen des Kitaalltags (z. B. Essen, Ruhen) werden Verhaltensregeln für pädagogische Fachkräfte entwickelt und Verhaltensweisen fachlich begründet und legitimiert (grün), nicht angemessen, nicht erwünscht (gelb) oder verboten sind und rechtliche Konsequenzen nach sich ziehen können (rot) beschrieben.

Starre, nicht zu diskutierende Grenzen

1. Verletzendes Verhalten im gelben und roten Bereich muss als starre Grenze angesehen und unterbunden werden.
2. Kinderrechte müssen gewahrt werden und sind damit eine starre Grenze, die nicht zu diskutieren ist, beispielsweise, dass Kinder in alle Belange, die sie betreffen, einbezogen und vor Gewalt geschützt werden müssen (Artikel 12, 13, 19, 32, 34 der UN-Kinderrechtskonvention) (UNICEF, 2023).

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Prävention durch Haltung und Reflexion

Die BoP setzt auf eine achtsame und reflektierte Haltung der pädagogischen Fachkräfte, die ebenso ihre eigenen Grenzen kennen und kommunizieren können. Dies ist nicht nur ein Schutzmechanismus für die pädagogischen Fachkräfte selbst, sondern auch ein Vorbild für Kinder, wie sie ihre eigenen Grenzen schützen können. Durch klare und wertschätzende Kommunikation wird verhindert, dass Kinder übergangen oder in ihrem Ausdruck eingeschränkt werden (Juul, 2023, S. 9). Das bedeutet auch, dass Kinder nicht alles tun können, was sie wollen – wie der BoP manchmal nachgesagt wird –, da sie auf die Grenzen anderer (der pädagogischen Fachkräfte oder der anderen Kinder) stoßen, die wiederum geachtet werden müssen. Die eigenen Grenzen zu benennen (inklusive der pädagogischen Fachkräfte) und Konflikte achtsam zu klären, indem die Gefühle und Bedürfnisse aller berücksichtigt werden, ist dabei ein zentraler Punkt der BoP.

Grenzen im Blick

Die Vermeidung von Grenzverletzungen ist ein zentraler Bestandteil der BoP. Indem pädagogische Fachkräfte achtsam handeln, Kinder in ihren Grenzen bestärken und Beschwerden ernst nehmen, wird ein gewaltfreies und respektvolles Miteinander geschaffen. Dies ist nicht nur die Grundlage für eine gesunde Entwicklung der Kinder, sondern auch ein entscheidender Beitrag zur Prävention von (sexualisierter) Gewalt und Missbrauch (Maywald, 2022, S. 113).

4.4 Grundpfeiler: Selbst-Ich

Das Selbst-Ich bildet den vierten Grundpfeiler der BoP und ergänzt damit die zunächst entwickelten drei Grundpfeiler: Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen (Hohmann & Wedewardt, 2025).

Das Selbst-Ich ist ein durch die Bo-Akademie konzipierter, beschreibender Begriff von Wedewardt und Hohmann (Hohmann & Wedewardt, 2025, S. 73). Er umfasst sämtliche Reflexionsanteile und sie selbst betreffende Fähigkeiten, die die pädagogische Fachkraft als so wichtiges Beziehungspendant in professionellen Interaktionen mit Kindern, Eltern und Teamkolleg*innen mit einbringt. Das Selbst umfasst dabei das Fühlen, Denken und Handeln eines Menschen auf der Grundlage seiner (unbewussten) Erfahrungen, über die er seinen Selbstwert bestimmt und über die er reflektieren kann (Dorsch - Lexikon der Psychologie). Das Ich beinhaltet dabei alle exekutiven Funktionen, also die geistige Fähigkeit, das Denken, Fühlen und Handeln zu steuern (Kubesch, 2020). Die Selbststeuerung meint dabei auch die Regulation eigener Gefühle

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

und Bedürfnisse, um beispielsweise eigene Impulse rechtzeitig stoppen zu können, bevor es zu verletzenden Worten oder Handlungen kommt.

„Eigenverantwortlich zu leben und zu handeln, bedeutet, sich seiner selbst bewusst zu sein. Das heißt auch, eigene Gefühle regulieren zu können, sich seiner eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten bewusst und zu selbstständigem Denken und Urteilen in der Lage zu sein“ (Ministerium für Kultur, 2016, S. 21)

Das Selbst-Ich setzt sich wiederum aus zwei Aspekten zusammen: zum einen aus dem biografischen Reflexionsanteil und zum anderen aus dem Bereich der Achtsamkeit und des Selbstmitgefühls im Hier und Jetzt.

Biografische Selbstreflexion

Als pädagogische Fachkraft bringe ich mich selbst als Mensch immer in die Beziehung zum Kind (und zu Eltern oder Kolleg*innen) mit ein. Denn „für jeden, der erzieht, ist die biografische Reflexion des eigenen Erzogen-Seins Voraussetzung für eine bewusste Gestaltung von Erziehung“ (Stiller, 1999, S. 7). Gleiches gilt für die Gestaltung von Beziehung, sowohl die Beziehung und der Kontakt zu sich selbst als auch zu anderen. Die eigene Persönlichkeit kann nie vom professionellen Handeln abgetrennt betrachtet werden (Neuss & Zeiss, 2013, S. 22). Das Selbst und die eigenen Erfahrungen bilden immer eine Einheit. Die pädagogische Qualität hängt neben der Fachlichkeit auch stark von der Persönlichkeit der pädagogischen Fachkraft ab (Ebert & Klüger, 2015). Auf der Grundlage eigener biografischer Erfahrungen und Prägungen bilden sich subjektive Bewertungen, Wahrnehmungen und Denkweisen der pädagogischen Fachkräfte, die ihr Selbstbild, Kindbild und somit ihr Handeln beeinflussen (ebd.).

Somit beeinflusst die Vergangenheit, wie Beziehungen gestaltet werden. Sigmund Freud betonte bereits, dass uns nur etwa 10 bis 20 Prozent unseres Denkens, Fühlens und Handelns bewusst sind (Freud, 1920). Die restlichen Anteile bleiben im Vorbewussten oder Unbewussten verborgen. Das bedeutet, dass pädagogische Fachkräfte oft auf der Grundlage ihrer früheren Erfahrungen reagieren, ohne sich dessen bewusst zu sein.

Das innere Kind in der Beziehung

Reize im Außen werden auf der Basis früherer Erlebnisse bewertet, sodass das Gehirn mit Gefühlsreaktionen von damals reagiert und vergangene (kindliche) Lösungen auf die heutige Situation projiziert (Barrett, 2023). Man könnte sagen, wenn wir ein Kind vor uns haben, sehen wir (unbewusst) immer zwei Kinder: das Kind vor uns und uns selbst als Kind. Die Psychologin Stefanie Stahl nennt das „Das innere Kind“ (Stahl, 2015). Das kann zu Herausforderungen führen: Werden pädagogische Fachkräfte durch bestimmte Reize getriggert – sei es durch Verhalten, Blicke oder Äußerungen von Kindern –, können unbewusste Wunden aus der eigenen Kindheit reaktiviert werden (Sautter, 2017). Dies kann verletzendes Verhalten begünstigen, insbesondere in Stress-

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Transgenerationale Weitergabe

situationen, in denen pädagogische Fachkräfte möglicherweise mit Kampf (Schreien, Schimpfen), Flucht (Ignorieren) oder Erstarrung reagieren (Wedewardt & Cantzler, 2022, S. 154). Belastende Beziehungserfahrungen oder ungünstige Bindungsmuster können über Generationen weitergegeben werden – dies zeigt die Psychologie im Konzept der transgenerationalen Weitergabe (Rauwald, 2013; Strüber, 2022). Für pädagogische Fachkräfte ist es daher entscheidend, eigene Erlebnisse zu reflektieren und aufzuarbeiten.

Studien belegen, dass nicht die Erfahrung selbst das zentrale Problem ist, sondern wie gut sie verarbeitet und integriert wurde (Fonagy & Target, 2005; Hohmann, 2023, S. 81). Kinder profitieren von pädagogischen Fachkräften, die ihre eigenen Prägungen verstehen und heilen können. Dabei helfen Reflexionsmethoden, wie z. B. die EEVV-Methode:

EEVV-Methode

Ertappen: Unangemessene Reaktionen oder Trigger wahrnehmen.

Erinnern: Die eigene Vergangenheit reflektieren und herausfinden, was die Reaktion auslöst.

Verstehen: Die Erfahrungen integrieren und den Sinn der erlernten Strategien begreifen.

Verändern: Strategien bewusst üben und anpassen.

(Wedewardt & Cantzler, 2022, S. 13)

Durch diese Reflexion können pädagogische Fachkräfte langfristig lernen, Selbstregulation zu üben und letztlich achtsamer und responsiver auf Kinder zu reagieren.

Professionelles Handeln bedeutet also nicht die Abspaltung des Selbst, sondern die Reflexion und die bewusste Integration desselben. Daher wird in der BoP von professioneller Nähe statt professioneller Distanz gesprochen (Scherwath, 2021, S. 112).

In der praktischen Arbeit können die folgenden Themen in die Reflexion miteinbezogen werden: eigene Beziehungserfahrungen als Kind, daraus resultierende Verletzungen, mögliche Trigger, erlernte Strategien (zur Emotionsregulation), Gefühle, Bedürfnisse, Grenzen, Werte und Denkmuster (Glaubenssätze) (Wedewardt & Cantzler, 2022). Zu bedenken ist, dass Übungen oder Gespräche über biografische Selbstreflexion immer auch schmerzhaft sein, pädagogische Fachkräfte überfordern oder Abwehr hervorrufen können.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Selbstmitgefühl

Neben der biografischen Selbst-Komponente bezieht sich das Selbst-Ich in der BoP auch auf das achtsame Mit-sich-selbst-in-Kontakt-Sein im Hier und Jetzt. Die theoretischen Grundlagen bilden hierbei Erkenntnisse aus der Achtsamkeitsforschung und dem Selbstmitgefühl (self-compassion). Achtsamkeit stammt ursprünglich aus der buddhistischen Lehre, ihre Wirksamkeit wurde vielfach wissenschaftlich erforscht und hat sich mittlerweile in der Psychologie und Pädagogik bewährt. Achtsamkeit bedeutet, das eigene Innenleben – Gedanken, Gefühle, körperliche Empfindungen – ohne Bewertung wahrzunehmen (Neff & Germer, 2022). Selbstmitgefühl besagt neben der Achtsamkeit für die eigenen Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen auch, dass ich mich inmitten von herausfordernden Momenten selbst wahrnehmen, meine eigenen Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen achtsam annehmen und mir selbst Mitgefühl und Freundlichkeit entgegenbringen kann (ebd., S. 7). Selbstmitgefühl bringt darüber hinaus einige nachweisbare Effekte mit sich, die für das Wohlbefinden der pädagogischen Fachkräfte zuträglich sind. Selbstmitgefühl führt nachweislich zu mehr Zufriedenheit, Glück, Motivation und zum konstruktiven Umgang mit Fehlern, zu einer erhöhten körperlichen und psychischen Gesundheit und letztlich zu mehr Resilienz (Neff & Costigan, 2014; Zessin, Dickhäuser & Garbade, 2015; Breines & Chen, 2012; Phillips & Hine, 2021; Dunne, Sheffield & Chilcot, 2018), um nur ein paar exemplarische Wirkweisen aufzuzählen. Selbstmitgefühl ist ein wichtiger Bestandteil der BoP. Achtsamkeit und Selbstmitgefühl hilft pädagogischen Fachkräften, mit schwierigen Situationen und eigenen Schwächen liebevoll umzugehen, eigene Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen besser wahrzunehmen und mit sich selbst besser verbunden zu sein. Das stärkt ihre Gesundheit, ihre Resilienz und ermöglicht, Beziehungen bewusster und friedlicher zu gestalten.

Ziel der BoP ist es somit, durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbst und den Erfahrungen zu einem SELBST BEWUSST SEIN (Wedewardt & Cantzler, 2022) im professionellen Handeln zu gelangen.

Unser Zugang zum Unsichtbaren

*Das Selbst-Ich ist ein zentraler Grundpfeiler der BoP, da es die Grundlage für gewaltbewusste Beziehungen bildet. Durch die Reflexion eigener Prägungen, Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen können pädagogische Fachkräfte ihre Interaktionen mit Kindern, Eltern und Kolleg*innen achtsamer, authentischer und verantwortungsbewusster gestalten. Ein bewusster Umgang mit dem eigenen Innenleben ist nicht nur essenziell für die psychische Gesundheit der pädagogischen Fachkräfte, sondern auch für die Förderung der kindlichen Entwicklung und des Miteinanders im Team.*

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

5 Zusammenfassung

Die BoP bietet einen Ansatz, der Gefühle, Bedürfnisse, Grenzen und das Selbst-Ich als zentrale Grundpfeiler in den Mittelpunkt der pädagogischen Arbeit stellt. Sie verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse, z. B. aus der Bindungsforschung, der „Gewaltfreien Kommunikation“, der Achtsamkeitsforschung, der Neuropsychologie, der Traumaforschung und der Resilienzforschung, um ein achtsames und gewaltfreies Miteinander im Sinne der Kinderrechte und der Partizipation in Bildungseinrichtungen zu fördern. Ziel ist es, das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit aller Beteiligten – Kinder und pädagogische Fachkräfte gleichermaßen – nachhaltig zu stärken. Die BoP stellt einen nachhaltigen Ansatz für die Weiterentwicklung der pädagogischen Praxis dar. Zukünftig kann sie dazu beitragen, Strukturen in pädagogischen Einrichtungen zu schaffen, die nicht nur das Wohlbefinden der Kinder verbessern, sondern auch die Arbeitszufriedenheit der pädagogischen Fachkräfte steigern können. Entscheidende Schritte bestehen in der stärkeren Verankerung der BoP in der Aus- und Weiterbildung von pädagogischen Fachkräften sowie in der Entwicklung von Konzepten, die Kinderschutz und BoP in den Vordergrund stellen. Es sind sicherlich Forschungen notwendig, die das theoretische Konzept der BoP evaluieren, die die langfristigen Auswirkungen einer konsequent bedürfnisorientierten Arbeit, die Resilienz, Zufriedenheit und (psychische) Gesundheit sämtlicher Beteiligten vor Ort untersuchen. Durch die Kombination aus wissenschaftlich fundierten Methoden und achtsamen Haltungen eröffnet die BoP Perspektiven für eine zukunftsorientierte Pädagogik, die alle Beteiligten stärkt und ein friedvolles Miteinander ermöglicht.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

6 Fragen und weiterführende Informationen

6.1 Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes

Fragen und Aufgaben

Aufgabe 1: Bedürfnisorientiertes Handeln in einer Schlüsselsituation

Stellen Sie sich folgende Situation vor:

Es ist Essenszeit in Ihrer Gruppe und es herrscht viel Unruhe. Es wird mit Geschirr geklappert, die Kinder sprechen laut durcheinander und Sie selbst fühlen sich erschöpft. Vor Ihnen sitzt Mila, die kaum noch isst und Anzeichen von starker Müdigkeit zeigt. Teo bittet fröhlich um eine weitere Portion Nudeln und scheint das Essen zu genießen. Samu hingegen hat noch gar nicht probiert und Sie erinnern sich, dass die Eltern beim Bringen darum gebeten haben, dass er heute mehr isst, da sie sich Sorgen machen. Ihre Kollegin ist derweil mit dem Wickeln eines anderen Kindes beschäftigt und Sie fragen sich, wie Sie in dieser turbulenten Situation bedürfnisorientiert vorgehen können.

Beobachten und Analysieren:

Reflektieren Sie, welche Bedürfnisse Mila, Teo und Samu in dieser Situation haben könnten. Nutzen Sie dabei die Bedürfnistabelle (Abbildung 5). Überlegen Sie anschließend, welche Bedürfnisse Sie als pädagogische Fachkraft haben und welche Bedürfnisse von den Eltern zum Ausdruck gebracht wurden.

Priorisieren:

Schreiben Sie auf, welche Bedürfnisse in dieser Situation besonders dringend sind. Beachten Sie dabei die individuellen Umstände der Kinder, der Eltern und die eigenen.

Handlungsoptionen entwickeln:

Überlegen Sie, wie Sie die Situation weiterführen können. Notieren Sie konkrete Schritte für diese exemplarische Situation.

Vertiefende Reflexion:

Denken Sie an eine vergleichbare Situation aus Ihrer beruflichen oder persönlichen Erfahrung, in der Sie sich unsicher oder überfordert gefühlt haben. Wenden Sie die oben beschriebenen Schritte auf diese Situation an und notieren Sie, wie ein bedürfnisorientiertes Vorgehen dort hätte aussehen können. Welche neuen Erkenntnisse nehmen Sie für Ihren beruflichen Alltag mit?

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

Aufgabe 2: Übungsaufgabe zur Anwendung der EEVV-Methode:

Bitte erinnern Sie sich an eine herausfordernde Situation in Ihrem bisherigen beruflichen oder privaten Umgang mit Kindern (oder beobachten Sie während eines Praktikums oder einer ähnlichen Tätigkeit eine solche Situation). Wenden Sie die EEVV-Methode an und dokumentieren Sie Ihre Erkenntnisse zu den einzelnen Schritten:

1. **Ertappen:** Welche unangemessene Reaktion oder welches innere Gefühl haben Sie in der Situation wahrgenommen?
Notieren Sie, wie Sie die Situation erlebt haben und welche Emotionen oder körperlichen Reaktionen aufgetreten sind.
2. **Erinnern:** Versuchen Sie, sich an mögliche Erfahrungen oder Prägungen zu erinnern, die Ihre Reaktion erklären könnten.
Welche früheren Erlebnisse könnten in Zusammenhang mit Ihrer Reaktion stehen?
3. **Verstehen:** Überlegen Sie, wozu Ihre ursprüngliche Reaktion in der Vergangenheit hilfreich war.
Was war der Sinn hinter dieser Strategie in einer früheren Lebenssituation?
4. **Verändern:** Entwickeln Sie eine alternative Strategie für ähnliche Situationen in der Zukunft.
Welche Schritte können Sie bewusst üben, um in solchen Momenten angemessen und reflektiert zu reagieren?

Zusatzreflexion:

- Welche Herausforderungen haben Sie beim Durchlaufen der Methode erlebt?
- Wie könnte eine regelmäßige Reflexion dieser Art Ihre Haltung und Ihr Verhalten in der Praxis beeinflussen?
Notieren Sie Ihre Erkenntnisse und bereiten Sie sich darauf vor, Ihre Erfahrungen in einer Diskussion oder in einer Lerngruppe auszutauschen.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

6.2 Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen

LITERATUR- VERZEICHNIS

- Becker-Stoll, F., Beckh, K., & Berkic, J. (2018). *Bindung – Eine sichere Basis fürs Leben: Das große Elternbuch für die ersten 6 Jahre*. München: Kösel.
- Becker-Stoll, F., Wertfein, M., & Niesel, R. (2020). *Handbuch Kinder in den ersten drei Jahren: So gelingt Qualität in Krippe, Kita und Tagespflege* (Überarbeitete Neuauflage). Freiburg, Basel, Wien: Herder.
- Boll, A., & Remsperger-Kehm, R. (2021). *Verletzendes Verhalten in Kitas: eine Explorationsstudie zu Formen, Umgangsweisen, Ursachen und Handlungserfordernissen aus der Perspektive der Fachkräfte*. Opladen, Berlin, Toronto: Barbara Budrich.
- Boll, A., & Remsperger-Kehm, R. (2024). Nein zu verletzendem Verhalten – feinfühligem Umgang stärken. In A. Boll, & R. Rehm-Remsperger (Hrsg.), *Kindergarten heute wissen kompakt*. Freiburg i. Br.: Herder.
- Breines, J. G., & Serena Chen (2012). Self-compassion increases self-improvement motivation. In *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38 (9), 1133–1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1993). Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. In *Zeitschrift für Pädagogik*, 39 (2), 223–238. <https://doi.org/10.25656/01:11173>
- Deutsches Institut für Menschenrechte, Deutsches Jugendinstitut, MenschenRechtsZentrum der Universität Potsdam, & Rochow-Museum und Akademie für bildungsgeschichtliche und zeitdiagnostische Forschung e. V. (Hrsg.). (2017). *Reckahner Reflexionen zur Ethik pädagogischer Beziehungen* (Rochow-Edition: Reckahn 2017). Reckahn: Reckahner Museen. https://paedagogische-beziehungen.eu/wp-content/uploads/2021/04/ReckahnerReflexionenBroschuere_2021.pdf
- Hogrefe Verlag. (n.d.). Selbst. In Dorsch – Lexikon der Psychologie. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/selbst>
- Dreyer, R., & Stammer, K. (2024). WaBe. *Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse: Wohlbefinden von Kindern im Alter von 1;0 bis 3;0 Jahren in Kitas einschätzen und reflektieren – Manual*. Freiburg i. Br., Basel, Wien: Herder. <https://doi.org/10.5771/9783451832260>
- Dunne, S., Sheffield, D., & Chilcot, J. (2018). Brief report: Self-compassion, physical health and the mediating role of health-promoting behaviours. In: *Journal of Health Psychology*, 23 (7), 993–999.
- Ebert, J., & Klüger, S. (2015). *Im Mittelpunkt der Mensch – Reflexionstheorien und -methoden für die Praxis der Sozialen Arbeit*. Georg Olms-Verlag. Hildesheim

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

- Eilers, I. (2024). *Selbstregulation und Ko-Regulation in der Kita – wie kindlicher Stress und erwachsenes Wohlbefinden zusammenhängen*. In R. Dreyer (Hrsg.), *Kita-Fachtexte* 7. <https://doi.org/10.58123/aliceopen-653>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. (1998). Parental socialization of emotion. In *Psychological Inquiry* 9 (4), 241–273.
- Feldman Barrett, L. (2023). *Wie Gefühle entstehen. Eine neue Sicht auf unsere Emotionen*. Hamburg: Rowohlt Polaris.
- Ferber, J. (2024). Das Nein von Kindern wahr- und ernst nehmen. In A. Boll, & R. Rehm-Remsperger (Hrsg.), *Kindergarten heute wissen kompakt* (S. 19–24). Freiburg i. Br.: Herder.
- Fonagy, P. & Target, M. (2005). *Frühe Bindung und psychische Entwicklung: Beiträge aus Psychoanalyse und Bindungsforschung* (2. Auflage). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Frank, R. (2010). *Wohlbefinden fördern: Positive Therapie in der Praxis* [inklusive CD mit Arbeitsblättern]. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Freud, S. (1920). *Jenseits des Lustprinzips*. Frankfurt: Fischer E-Books.
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grossmann, K., & Grossmann, K. E. (2021). *Bindungen: das Gefüge psychischer Sicherheit* (9. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Haug-Schnabel, G., & Bensel, J. (2017). *Grundlagen der Entwicklungspsychologie: Die ersten 10 Lebensjahre* (1. Aufl.). Freiburg im Breisgau: Herder.
- Herrmann, K. (2025). *Den Teufelskreislauf durchbrechen. „Herausfordern-dem Verhalten“ professionell begegnen*. <https://nifbe.de/den-teufelskreislauf-durchbrechen>
- Hohmann, K. (2022). *Augenhöhe statt Strafen. Beziehungsstark in Kita, Krippe und Kindertagespflege*. Freiburg i. Br.: Herder.
- Hohmann, K. (2023). *Gemeinsam durch die Wut. Wie ein achtsamer Umgang mit kindlichen Aggressionen die Beziehung stärkt* (4., korrigierte Aufl.). Limbach-Oberfrohna: edition claus.
- Hohmann, K. (2024a). *Gemeinsam durch die Wut. Wie ein achtsamer Umgang mit kindlichen Aggressionen die Beziehung stärkt* (5., komplett überarbeitete Aufl.). Limbach-Oberfrohna: edition claus.
- Hohmann, K. (2024b). *Ich sehe, was du brauchst. Wie wir Kinder heute in die Welt begleiten*. Freiburg i. Br.: Herder.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

- Hohmann, K., & Wedewardt, L. (2025). *Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP) verstehen, einordnen, anwenden*. Stuttgart: Klett-Kita.
- Juul, J. (2016). *Nein aus Liebe. Klare Eltern – starke Kinder* (16. Aufl.). München: Kösel.
- Juul, J. (2023). *Grenzen, Nähe, Respekt. Auf dem Weg zur kompetenten Eltern-Kind-Beziehung* (19. Aufl.). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Kemp, C. J., Lunkenheimer, E., Albrecht, E. C., & Chen, D. (2016). Can we fix this? Parent-child repair processes and preschoolers' regulatory skills. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 65(4), 576–590. <https://doi.org/10.1111/fare.12213>
- Klatte, M. (2007). Gehirnentwicklung und frühkindliches Lernen. In Borkmann-Nooren, C.; Gereke, I.; Kiper, H., & Renneberg, W. (Hrsg.), *Bildung und Lernen der Drei- bis Achtjährigen* (S. 117–139). Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.
- Kubesch, S. (Hrsg.). (2016): *Exekutive Funktionen und Selbstregulation: Neurowissenschaftliche Grundlagen und Transfer in die pädagogische Praxis* (2., aktualisierte und erweiterte Auflage). Göttingen: Hogrefe.
- Laewen, H. und Andres, B. (2022). *Gut aufgehoben in der Kita: zur Praxis einer professionellen Ethik*. Freiburg Basel Wien: Herder.
- Leitner, B. (2020). *Gewaltfreie Kommunikation in der Kita. Wertschätzende Beziehungen gestalten – zu Eltern, Kindern, im Team und zu sich selbst*. Paderborn: Junfermann.
- Maslow, A. H. (1978). *Motivation und Persönlichkeit* (2., erw. Aufl.). Freiburg im Breisgau: Walter.
- Maywald, J. (2019). *Gewalt durch pädagogische Fachkräfte verhindern. Die Kita als sicherer Ort für Kinder*. Freiburg i. Br., Basel, Wien: Herder.
- Maywald, J. (2021). *Kinderrechte in der Kita. Kinder schützen, fördern, beteiligen* (2. Aufl.). Freiburg i. Br., Basel, Wien: Herder.
- Maywald, J. (2022). *Sexualpädagogik in der Kita: Sexuelle Bildung und Schutz vor sexualisierter Gewalt*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (2016): *Orientierungsplan: Für Bildung und Erziehung in baden-württembergischen Kindergärten und weiteren Kindertageseinrichtungen*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Müller, M., Zietlow, A.-L., Tronick, E., & Reck, C. (2015). What dyadic reparation is meant to do: An association with infant cortisol reactivity. *Psychopathology*, 48(6), 386–399. <https://doi.org/10.1159/000439225>

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

- Neff, K., & Germer, C. K. (2022). *Selbstmitgefühl – das Übungsbuch. Ein bewährter Weg zu Selbstakzeptanz, innerer Stärke und Freundschaft mit sich selbst*. Freiburg i. Br.: Arbor.
- Neff, K., & Kretschmar, G. (2012). *Selbstmitgefühl. Wie wir uns mit unseren Schwächen versöhnen und uns selbst der beste Freund werden*. München: Kailash.
- Neff, K., & Costigan, A. P. (2014). *Self-compassion, wellbeing, and happiness*. In *Psychologie in Österreich*, 114–117. <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/Neff&Costigan.pdf>
- Neuss, N. & Zeiss, J. (2013). Biografiearbeit als Bestandteil von Professionalisierung Die eigene Kindheit ins Bewusstsein rücken. *TPS Theorie und Praxis der Sozial- Pädagogik*, 1. Leben, Lernen und Arbeiten in der Kita. Professionalität.
- Pauen, S. (2023). *Emotionsregulation und ihre Entwicklung. frühe Kindheit. Die ersten sechs Jahre* (2/23).
- Phillips, W. J. & Hine, D. W. (2021): *Selfcompassion, physical health, and health behaviour: A meta-analysis*. *Health Psychology Review*, 15(1), 113–139. <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1705872>
- Rauwald, M. (2013). *Vererbte Wunden. Transgenerationale Weitergabe traumatischer Erfahrungen*. Weinheim: Beltz.
- Ricard, M., Singer, T. & Karius, K. (Hrsg.) (2019): *Die Macht der Fürsorge: Für eine gemeinsame Zukunft: Wissenschaft und Buddhismus im Dialog mit dem Dalai Lama* (G. Bausch, Übers.; Deutsche Erstausgabe). *Mind & Life Dialogues*. München: Knauer.Leben.
- Rölli Siebenhaar, M., Lecon, S., Scholz, N., & Viernickel, S. (2023). Wohlbefinden von jungen Kindern als Forschungsgegenstand. *Frühe Kindheit. Die ersten sechs Jahre*, 4 (23), 26–35.
- Roos, J. (2023): *Emotionsentwicklung: Von Vorläuferemotionen zu komplexen Emotionen. frühe Kindheit. Die ersten sechs Jahre* (02/23).
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sautter, C. (2017). *Wenn die Seele verletzt ist: Trauma verstehen, Ursachen und Auswirkungen* (8. Auflage). Ravensburg: Sautter Verlag für Systemische Konzepte.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

- Scherwath, C. (2021). *Liebe lässt Gehirne wachsen: wie Bindungsbeziehungen Kinder in ihrer Entwicklung stärken: Ratgeber für Erzieher*innen in Krippe, Kita und Ganztage*. Berlin: Cornelsen.
- Shanker, S., & Barker, T. (2019). *Das überreizte Kind: Wie Eltern ihr Kind besser verstehen und zu innerer Balance führen* (K. Wirth, Übers.; Vollständige Taschenbuchausgabe). München: Goldmann.
- Silkenbeumer, J., Schiller, E.-M., Holodyski, M., & Kärtner, J. (2016). *The Role of Co-Regulation for the development of social-emotional competence*. <https://doi.org/10.11588/josar.2016.2.34351>
- Stahl, S. (2015). *Das Kind in dir muss Heimat finden: Der Schlüssel zur Lösung (fast) aller Probleme* (26. Auflage). München: Kailash.
- Stiller, E. (1999). Biografisches Lernen im Pädagogikunterricht. In E. Schiller (Hrsg.), *Dialogische Fachdidaktik* (Band 2, S. 185–209). Paderborn: Schöningh.
- Strüber, N. (2022). *Risiko Kindheit: die Entwicklung des Gehirns verstehen und Resilienz fördern*. Dritte Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- UNICEF (2023): Konvention über die Rechte des Kindes. <https://www.unicef.de/informieren/ueber-uns/fuer-kinderrechte/un-kinderrechtskonvention>
- Viernickel, S. (2022): Kindliches Wohlbefinden: Theoretische Verortungen, begriffliche Annäherungen, empirische Erfassung. *Frühe Bildung*, 11 (3), 107–114. <https://doi.org/10.1026/2191-9186/a000581>
- Wedewardt, L., & Hohmann, K. (2024). *Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten: In Krippe, Kita und Kindertagespflege* (Überarbeitete Neuauflage, 2. Gesamtausgabe). Freiburg im Breisgau: Herder.
- Wedewardt, L. (2022). *Wörterzauber statt Sprachgewalt: Achtsam sprechen in Kita, Krippe und Kindertagespflege*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Wedewardt, L. & Cantzler, A. (2022): *Sich seiner selbst bewusst sein: Biografische Selbstreflexion für pädagogische Fachkräfte*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Wehrmann, I., Martinet, F., Haug-Schnabel, G., & Bensel, J. (2024). *Die gute Kita: Handlungsempfehlungen für die Frühpädagogik*. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Weltzien, D.; Fröhlich-Gildhoff, K.; Rönau- Böse, M. & Wünsche, M. (2016): *Gefühl und Mitgefühl von Kindern begleiten und fördern: Eine Handreichung zur Umsetzung des Orientierungsplans für Kindertageseinrichtungen in Baden-Württemberg*. Freiburg im Breisgau: Herder.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

WHO (2021). Das Europäische Bündnis für psychische Gesundheit.

<https://www.who.int/europe/de/initiatives/the-pan-european-mental-health-coalition>

Zessin, U., Dickhäuser, O., & Garbade, S. (2015). The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. In *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 7(3), 340–364.

EMPFEHLUNGEN ZUM WEITERLESEN

Baum, H., & Schneider, H. (2024). *Für das Kind ergibt es Sinn! Herausforderndes Verhalten in Kita und Kindertagespflege verstehen und begleiten*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Hohmann, K., & Wedewardt, L. (2025). *Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP) verstehen, einordnen, anwenden*. Stuttgart: Klett-Kita.

Marx, M. (2024). *Gefühle begleiten, Bedürfnisse erkennen in der Ganztagschule*. Freiburg i. Br.: Herder.

Schmitz, S. (2020). *Kindliche Bedürfnisse als Mittelpunkt der Kita-Pädagogik*. München: Don Bosco.

Schmitz, S. (2022). *Ich sehe, was du brauchst. 5 pädagogische Grundorientierungen zur Entwicklungsbegleitung*. München: Don Bosco.

Tures, A. (Hrsg.) (2025). *Das schwierige Kind? Herausforderndem Verhalten professionell begegnen – in Krippe, Kita und Grundschule*. Berlin: Cornelsen.

Podcast-Tipps

Der Kita Podcast für bedürfnisorientierte Pädagogik von Lea Wedewardt: <https://lea.wedewardt.de/podcast>

Der nifbe-Fröbel-Podcast „Auf die ersten Jahre kommt es an“ von Kathrin Hohmann: <https://www.nifbe.de/1731-nifbe-podcast-auf-die-ersten-jahre-kommt-es-an-2> und <https://www.froebel-gruppe.de/podcast-fuer-fachkraefte>

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik – Für ein gewaltbewusstes, achtsames Miteinander

Kathrin Hohmann und Lea Wedewardt

6.3 Glossar

Bedürfnisorientierte Pädagogik

BoP ist eine Abkürzung für „Bedürfnisorientierte Pädagogik“. BoP beschreibt eine Pädagogik mit dem Fokus einer achtsamen und gewaltfreien Beziehungsgestaltung, in der die Gefühle, Bedürfnisse, Grenzen und Erinnerungen aller Beteiligten – der Kinder, Eltern und pädagogischen Fachkräfte – gesehen und respektiert werden. Die vier Grundpfeiler bilden in der BoP den Ausgangspunkt einer bedürfnisorientierten Interaktionsgestaltung.

Selbst-Ich

Der vierte Grundpfeiler der BoP. Er umfasst die Reflexion der pädagogischen Fachkraft über ihre eigenen Prägungen, Erfahrungen, Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen. Das Selbst-Ich fördert ein Bewusstsein für unbewusste Muster und ermöglicht ein achtsames Handeln in Beziehungen.

Gleichwürdigkeit

Ein zentraler Wert der BoP, der betont, dass alle Beteiligten – Kinder wie Erwachsene – unabhängig von Alter, Rolle oder Status den gleichen Wert haben und sowohl ihre Bedürfnisse als auch ihre Gefühle respektvoll berücksichtigt werden.

Grenzverletzung

Verhaltensweisen oder Handlungen, die die physischen, emotionalen oder psychischen Grenzen einer Person missachten. In der BoP wird die Vermeidung von Grenzverletzungen als essenziell angesehen, um sowohl die psychische Gesundheit als auch die Entwicklung von Kindern und pädagogischen Fachkräften zu schützen.