



Lea Wedewardt  
Kathrin Hohmann

# Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten

## 40 Reflexionskarten für die Teamarbeit

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2024  
Alle Rechte vorbehalten  
[www.herder.de](http://www.herder.de)

Umschlagkonzeption und -gestaltung: Gestaltungssaal, Rohrdorf bei Rosenheim  
Satz: Gestaltungssaal, Rohrdorf bei Rosenheim

Illustrationen: © fumiko Inoue - GettyImages; © Ilona Kitaeva - GettyImages; © Irina Shisterova - GettyImages;  
© IssaraJarukitjaroon - GettyImages; © juliawhite - GettyImages; © Kamila Baimukasheva - GettyImages; © mitay20 -  
GettyImages; © ngupakarti - GettyImages; © Olga Ubirailo - GettyImages; © Sahs13 - GettyImages; © Stocknick -  
GettyImages; © Tetiana Garkusha - GettyImages; © Veronika Oliinyk - GettyImages; © abstract.rita - Shutterstock;  
© AJENG FITIA SARI - Shutterstock; © art of line - Shutterstock; © Bettermind Graphic - Shutterstock; © Derplan13 -  
Shutterstock; © DODOMO - Shutterstock; © Dream - Shutterstock; © Logo Creation - Shutterstock; © Lakuku Vector -  
Shutterstock; © Lana Nikóva - Shutterstock, © NadzeyaShanchuk - Shutterstock; © nasharaga - Shutterstock,  
© oksanashu - Shutterstock; © Olenapolli - Shutterstock; © Olga Rai - Shutterstock; © one line star - Shutterstock;  
© Pita Design - Shutterstock; © s1mple life - Shutterstock; © Simple Line.- Shutterstock; © Singleline - Shutterstock;  
© Tetiana Yurchenko - Shutterstock; © Valenty - Shutterstock; © Sabine Hanel - Gestaltungssaal

Herstellung: Grafik Media Produktionsmanagement GmbH, Köln

Printed in Poland

ISBN (Print) 978-3-451-39930-5  
ISBN EBook (PDF) 978-3-451-83354-0

Das Thema „**Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP)**“ ist in aller Munde. Es handelt sich bei der BoP nicht nur um eine pädagogische Richtung oder ein pädagogisches Konzept, sondern um eine Haltung, die sich auch über die pädagogische Tätigkeit hinaus als Lebenseinstellung integrieren lässt. Die BoP ist ein Weg, auf dem sich durch Selbstreflexion die eigene Einstellung verändert oder bestärkt. Sie ist als das Fundament pädagogischen Handelns zu verstehen, welches wissenschaftlich fundiert und gleichzeitig praxisnah erläutert, wie gesunde Beziehungen aller Altersstufen innerhalb pädagogischer Einrichtungen gelebt und gepflegt werden können.

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik© (Bo Akademie) hat einerseits zum Ziel, dass alle Menschen in Krippen, Kitas und in der Kindertagespflege friedvoll miteinander sein können. Zum anderen ist das Ziel der BoP, einer achtsamen Beziehungsgestaltung, ohne Gewalt – ohne Belohnung und Bestrafung zu leben und zu lernen. Es geht darum, die körperliche und mentale Gesundheit aller Beteiligten – Kinder, Eltern und Fachkräfte – durch achtsam gestaltete Beziehungen zu fördern.



Mit den Reflexionskarten bietet sich die Möglichkeit, einzelne Aspekte des Themas auszuwählen und gemeinsam zu reflektieren. Die Karten können dabei ganz unterschiedlich eingesetzt werden:

Vielleicht startet ihr die **Dienstbesprechung** einmal monatlich mit einer Karte und plant Zeit für die Bearbeitung ein? Euch bewegt im **Kleinteam** ein Thema besonders? Dann könnt ihr die dazugehörige Karte nutzen, um euch auszutauschen. Vielleicht möchtet ihr etwas aufgreifen, was die Bezugspersonen der Kinder beschäftigt, oder ein bestimmtes Thema in den **Elternabend** einfließen lassen - auch hierfür eignen sich die Karten. Ein Teil der Karten kann zudem für **Gespräche mit Kindern** genutzt werden.

Im Rahmen von Aus- und Weiterbildung können die Karten zum **Einstieg in ein Thema** einladen, die Auseinandersetzung vertiefen oder Phasen der **Selbst- und Praxisreflexion** unterstützen.

Wie kann ein pädagogischer Alltag aussehen, der mehr und mehr bedürfnisorientiert gestaltet ist? Nähern wir uns Karte für Karte den Antworten und deren Umsetzung!

# Was verstehe ich unter Bedürfnisorientierter Pädagogik?



DEFINITION

## Gleichwürdige Beziehungen leben

Bedürfnisorientierung 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 der achtsame Kontakt (Beziehung) mit sich selbst und den Anderen. Der Fokus richtet sich weniger auf die Lösungsfindung als vielmehr auf die Beschreibung des Seins im Jetzt.

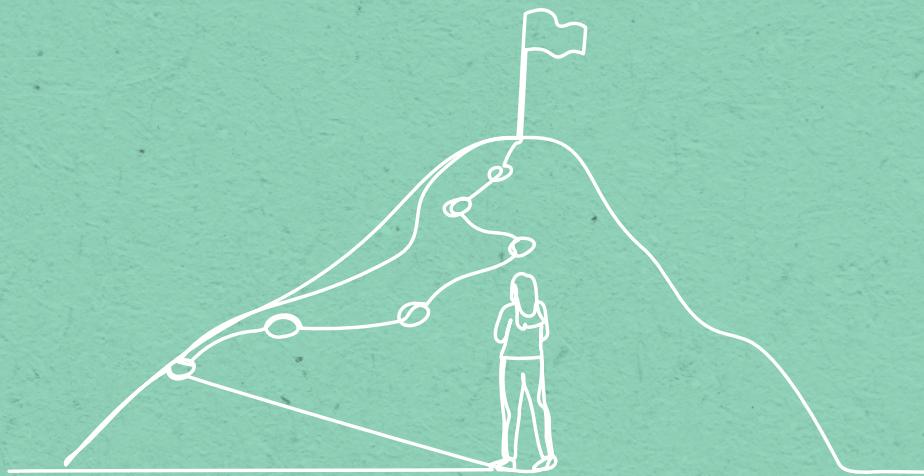
---

Ein Kind muss nicht werden, es ist ja schon.

---

→ Diese Haltung zu integrieren geht nicht von heute auf morgen. Seid freundlich mit euch selbst und übt jeden Tag, ein Stückchen mehr mit euch selbst und eurem Gegenüber (Kind, Eltern, Kollegin oder Kollege) in Kontakt zu sein.

Warum ist die BoP wichtig?  
Was ist das Ziel der BoP?



ZIEL

# Körperliche und mentale *Gesundheit*

Die Kinder haben durch eine bedürfnisorientierte Begleitung die Möglichkeit, sich sozial-emotional gut zu entwickeln, sich in der Kita sicher und wohl zu fühlen sowie ein positives Selbstbild aufzubauen. Die BoP ermöglicht, dass Kinder mehr und mehr Zugang zu ihren Gefühlen finden und diese regulieren lernen. Sie können mit Hilfe der Begleiter:innen gesunde und sozial angemessene Strategien entwickeln, um sich Bedürfnisse zu erfüllen. Der Fokus richtet sich auch auf die Grenzen, die sie kennen, benennen und kommunizieren lernen. Letztlich entwickeln Kinder eine emotionale Widerstandsfähigkeit (Resilienz) und eine sichere Bindung.

Auf der anderen Seite ist die BoP als Möglichkeit der Selbstfürsorge für pädagogische Fachkräfte zu verstehen. Pädagogische Fachkräfte reflektieren sich im Sinne der BoP immer wieder, spüren, was sie fühlen, was sie brauchen und wann sie eine eigene Grenze erleben. Sie lernen, Verantwortung zu übernehmen für ihre Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen, um sich beispielsweise rechtzeitig Unterstützung zu holen, nicht so schnell auszubrennen und eigenem verletzendem Verhalten vorzubeugen.

---

Zentrale Aufgabe der außerfamiliären Begleitung von Kindern sollte die Entwicklung von emotionaler und mentaler Gesundheit der Kinder und Fachkräfte sein.

---



Sammelt gemeinsam, was für euch Ziele der Bedürfnisorientierten Pädagogik sind.

Welches sind die  
*drei Grundpfeiler der BoP?*



GRUNDPFEILER

# Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen

Die drei Grundpfeiler der BoP sind:

- Gefühle
- Bedürfnisse
- Grenzen

---

Eine gesunde, friedvolle Beziehung kann immer dann gelebt werden, wenn Gefühle sein dürfen, Bedürfnisse gesehen und nach und nach erfüllt werden sowie Grenzen gewahrt und aktiv gestärkt werden.

---



Versuche als Fachkraft in einer Interaktion immer wieder zu spüren, zu reflektieren und zu benennen:

Was fühlst du?

Was brauchst du?

Was willst du (nicht)?

# Was verstehen wir unter Bedürfnissen?



BEDÜRFNISSE VERSTEHEN

## **Unsere Bedürfnisse sind *unser Antrieb***

Unsere Bedürfnisse dienen als Triebfedern, die uns in jedem Augenblick dazu antreiben, unser Bestes zu geben, um sie zu befriedigen. Als Menschen, unabhängig von unserem Alter, unserer Herkunft und unserer Kultur, teilen wir die gleichen Grundbedürfnisse, oft in verschiedener Intensität. Die Art und Weise, wie wir diese Bedürfnisse erfüllen, bezeichnen wir als unsere individuellen Strategien.

---

Bedürfnisse sind das, was wir brauchen, damit es uns gut geht – und letztlich, dass wir überleben können.

---

 Besonders, wenn unsere Bedürfnisse in der eigenen Biografie unzureichend Beachtung fanden, kann es schwierig sein, einen Zugang zu ihnen zu gewinnen. Das benötigt dann etwas Übung! Wenn du deinen Bedürfnissen auf der Spur bist, kannst du dich fragen: Was brauche ich? Allein diese Frage kann ein Gefühl der inneren Zuwendung auslösen und wichtige psychische Bedürfnisse befriedigen.