



ICH SEHE, WAS DU BRAUCHST - DIE BEDÜRFNISORIENTIERTE PÄDAGOGIK ALS FUNDAMENT

Februar 2026

göttinger kongress
entwicklung & bildung



Über mich
Dr.in Kathrin Hohmann

- **KINDHEITSPÄDAGOGIN** (B.A.)
- **SOZIALE ARBEIT** mit dem Schwerpunkt Familie (M.A.)
- **REFERENTIN & AUTORIN**
- **PROMOVIERT** IM BEREICH DER ENTWICKLUNGS- UND PÄDAGOGISCHEN PSYCHOLOGIE
- **MITGRÜNDERIN DER BO-AKADEMIE**  Bedürfnisorientierte Pädagogik

- **PODCASTERIN:** "AUF DIE ERSTEN JAHRE KOMMT ES AN"

- **HOME PAGE:** WWW.KATHRINHOHMANN.DE
- **INSTAGRAM:** [KATHRINHOHMANN_](https://www.instagram.com/kathrinhohmann_)



Ablauf

01 Die Bedürfnisorientierte Pädagogik: Hintergründe

02 Die vier Grundpfeiler der BoP

03 Grundsätze am Alltagsbeispiel erläutert



Ablauf

01 Die Bedürfnisorientierte Pädagogik: Hintergründe

02 Die vier Grundpfeiler der BoP

03 Grundsätze am Alltagsbeispiel erläutert



Aktuelle Situation in der Kindheitspädagogik

- Pädagogische Fachkräfte sind erschöpft und frustriert
- die Belastung nimmt stetig zu, was langfristig negative Folgen hat

Ursachen für die Erschöpfung:

- unzureichende Qualitätssicherung sowie Gewaltschutzproblem
- Fachkräftemangel, der zu hoher Arbeitsbelastung führt vs. Rückgang der Kinderzahlen
- ungünstige Rahmenbedingungen, z. B. große Gruppen, Zeitdruck, Personalausfälle

Dabei wissen wir um die *Bedeutung*
der frühen Kindheit

Dabei wissen wir um die *Bedeutung* der frühen Kindheit

- sie ist die wohl **verletzlichste Entwicklungsphase**
- fehlt pädagogische Qualität, leidet das Wohlbefinden von Kindern
- fühlen sich Kinder wohl und sicher, können sie sich gesund entwickeln

Dabei wissen wir um die *Bedeutung* der frühen Kindheit

StimtS-Studie (2024): Stimulation oder Stress? Studie zum Wohlbefinden junger Kinder in Kindertageseinrichtungen:

- Rund **20% der Kinder in Kitas zeigen Anspannung, Apathie oder Niedergeschlagenheit**
- aktuelle Bedingungen sind nicht kindgerecht
- hohe Belastung bei Fachkräften wirkt sich negativ aus

(vgl. Viernickel 2022; Dreyer und Stammer 2024)

Dringender *Handlungsbedarf*

Wir brauchen **pädagogische Konzepte**, die das **Wohlbefinden aller Beteiligten** fördert!

- das Ziel der Kindheitspädagogik sollte sein, **mehr Gesundheit, Zufriedenheit und Wohlbefinden** für Kinder, Eltern und Fachkräfte in den pädagogischen Einrichtungen zu kreieren



Das ist das Ziel der BoP!



**Die Bedürfnisorientierte Pädagogik -
Eine Entscheidung für eine achtsame Pädagogik**

in Beziehung
Gleichwürdigkeit
Achtsamkeit

mit Einfühlung & Klarheit

**... EIN WEG DER
SELBSTREFLEXION!**

„Annehmen, wer da ist!“

GEFÜHLE
BEDÜRFNISSE
GRENZEN
TEMPERAMENT
PRÄGUNGEN ...



„Annehmen, wer da ist!“

Wir müssen nicht erst werden,
wir **sind** bereits!



Die Bedürfnisorientierte Pädagogik

ein Weg mit vier
Grundpfeilern



*Das Fundament und
die Grundpfeiler*



*Es geht um eine feinfühligke
Beziehungsgesättlung!*

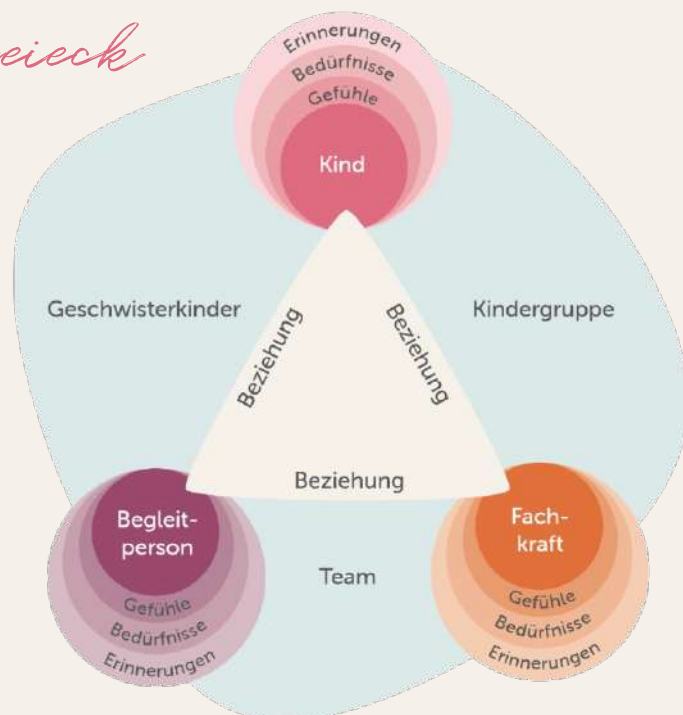
Wissen: Die vier Grundpfeiler einer bedürfnisorientierten Pädagogik

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?“



Aus: Hohmann & Wedewardt 2025, S. 28

Das Beziehungsdreieck

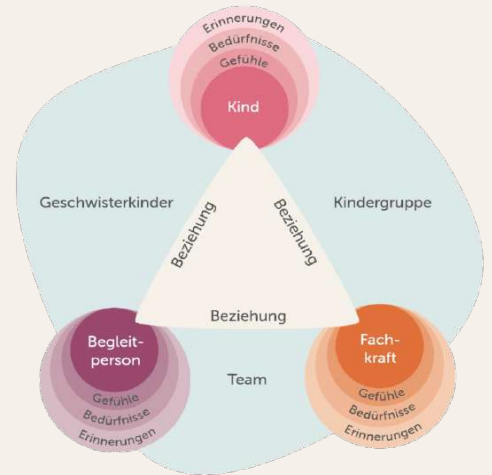


Aus: Hohmann & Wedewardt 2025, S. 9

Die Bedürfnisorientierte Pädagogik

Die bedürfnisorientierte Perspektive stellt das **“Miteinander-in-Beziehung-Sein und das Aufeinander-bezogen-Sein”** ins Zentrum der Betrachtung. Alle Beteiligten sind dabei Lernende: sowohl Kinder als auch Erwachsene.

Aus: Vgl. Wedewardt & Hohmann 2021, S. 12



Die Bedürfnisorientierte Pädagogik

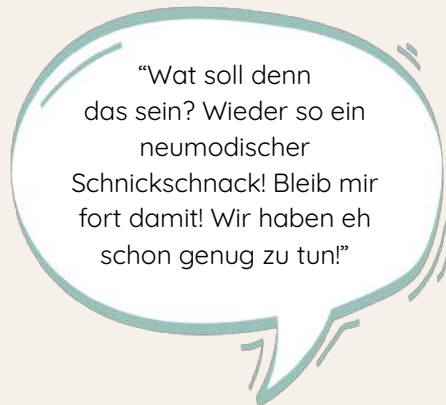
Definition: Bedürfnisorientierte Pädagogik

BoP bedeutet, dass alle Beteiligten mit ihren Gefühlen, Bedürfnissen und Grenzen gesehen und respektiert werden. Im gleichwürdigen Austauschprozess 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



Die Bedürfnisorientierte Elternschaft (BO) wird immer wieder kritisch unter die Lupe genommen



Mutter ist verzweifelt
„Kleinen Tyrann großgezogen“ - Experten warnen vor Erziehungstrend

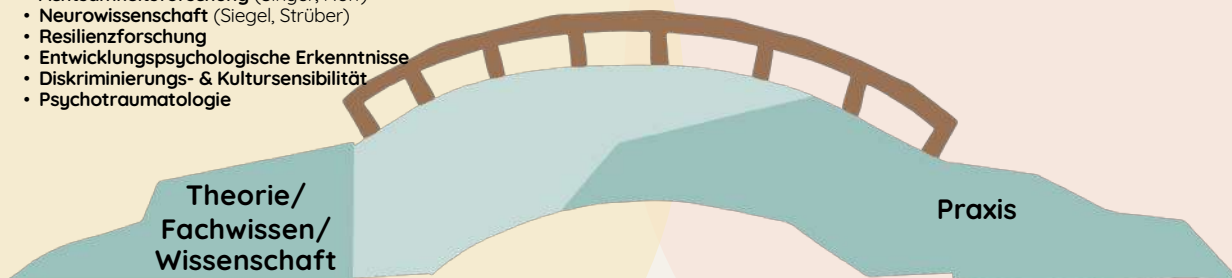


Theorie und Praxis verbinden

Bedürfnisorientierte Pädagogik bop®

- **Bedürfnistheorien** (Ryan & Deci, Grawe)
- **Bindungsforschung** (Bowlby, Grossmann & Grossmann, Brisch)
- **Feinfühligkeitskonzept**
- **Konzept der sensitiven Responsivität** (Rempsberger & Gutknecht)
- **Emotionstheorie und Wissen über Emotionsregulation** (Barrett, Roos)
- **Handlungskonzept der GFK** (Rosenberg)
- **Menschenrechte, Kinderrechte, Gewaltschutz** (Maywald, Rempsberger-Kehm, Boll)
- **Reckahner Reflexionen zur Ethik pädagogischer Beziehungen**
- **Achtsamkeitsforschung** (Singer, Neff)
- **Neurowissenschaft** (Siegel, Strüber)
- **Resilienzforschung**
- **Entwicklungspsychologische Erkenntnisse**
- **Diskriminierungs- & Kultursensibilität**
- **Psychotraumatologie**

- **außerfamiliäre Begleitung in Krippe, Kita, Schule**
- **Fachberatung**
- **Fortbildung etc**



Ablauf

01 Die Bedürfnisorientierte Pädagogik: Hintergründe

02 Die vier Grundpfeiler der BoP

03 Grundsätze am Alltagsbeispiel erläutert

Die vier Grundpfeiler

- Die BoP stärkt Fachkräfte im Sinne des **Gewaltschutzes, um Kinderrechte zu wahren** und eine **achtsame, gewaltfreie Pädagogik** im Alltag zu verankern.
- **Reflexion, Haltung und Struktur:** Die BoP unterstützt beim Erkennen und Verändern **grenzverletzenden Verhaltens** und fördert die **Umsetzung lebendiger Kinderschutzkonzepte**

Gewaltbewusstsein und Kinderrechte

Die vier Grundpfeiler

- **Gefühle zeigen Bedürfnisse** – sie sind zentrale Signalgeber für die kindliche Entwicklung und soziale Kompetenz¹
- **Kinder brauchen Co-Regulation**, um Emotionswissen und Selbstregulation aufzubauen – dies gelingt nur mit einfühlsamer Begleitung²
- **der Blick auf die eigenen Gefühle** ist Voraussetzung für responsives Handeln³

Gefühle

Gewaltbewusstsein und Kinderrechte

¹ Hohmann, 2024a; Weltzien et al., 2016

² Becker-Stoll et al., 2018; Eilers, 2024

³ Boll & Remsperger-Kehm, 2021; Weltzien et al., 2016

Pädagoginnen kommen zu Wort:

„Ich habe so viele Jahre versucht, Gefühle im Griff zu haben – jetzt weiß ich, dass Gefühle zeigen, was wirklich gebraucht wird. Und dass Kinder jemanden brauchen, der sie (aus)hält.“

„Ich dachte, ich bin empathisch. Aber erst mit BoP habe ich verstanden, was **echte Verbindung** bedeutet – und wie ich Kinder wirklich sehe, statt nur zu reagieren.“

„Ich kann heute Dinge halten, die mich früher getriggert hätten. Ich erkenne schneller, was in mir passiert – und was das Kind wirklich braucht. Jetzt verstehen ich, was Co-Regulation ist.“

Die vier Grundpfeiler



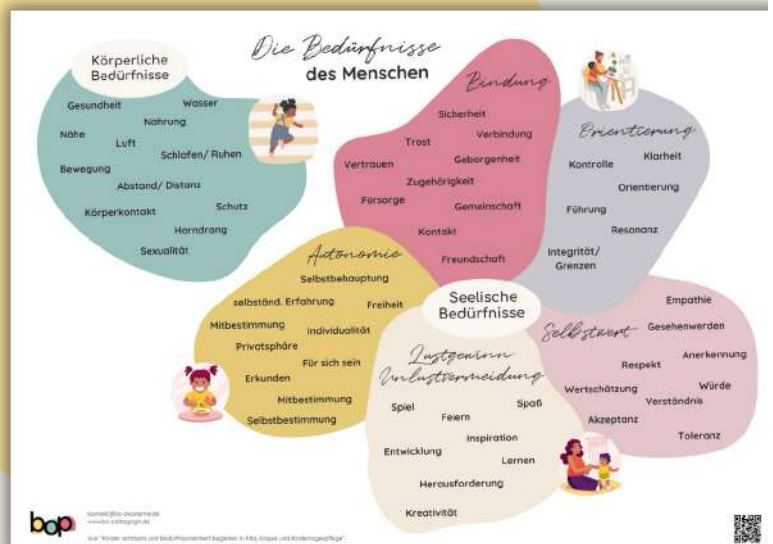
- **Bedürfnisse sind grundlegend** für Gesundheit, Motivation, Beziehung und Lernen – bei Kindern wie bei Erwachsenen¹
- **Kindliches Wohlbefinden ist ein zentraler Indikator für pädagogische Qualität:** Es zeigt sich in angenehmen Gefühlen, Zufriedenheit und Sinnhaftigkeit²
- **Unerfüllte Bedürfnisse können Stress und psychische Belastungen auslösen** – eine bewusste Auseinandersetzung stärkt Resilienz und Entwicklung³

¹ Grawe, 2004; Juul, 2016

² Frank, 2010; Viernickel, 2022

³ Rölli Siebenhaar et al., 2023; Ryan & Deci, 2001

Die vier Grundpfeiler



Eine Zusammenfassung von der Bindungstheorie, Klaus Grawes Konsistenztheorie und Marshall Rosenbergs Gewaltfreie Kommunikation

Die vier Grundpfeiler

**„Kinder können nicht
verwöhnt werden, indem sie
zu viel von dem bekommen,
was sie wirklich brauchen.“**

Jesper Juul

Gefühle

Bedürfnisse

Gewaltbewusstsein und Kinderrechte

Pädagoginnen kommen zu Wort:

„Ich höre jetzt wirklich hin – und
erkenne, dass hinter jedem
Verhalten ein Bedürfnis steht.
Ich kann anders begleiten, weil
ich anders sehe.“

„Früher dachte ich, es geht um
Regeln und Grenzen.
Heute weiß ich:
Es geht um Verbindung.
Und die beginnt beim
Bedürfnis.“

„Ich war im Funktionsmodus.
Jetzt achte ich auf das, was
Kinder und auch ich wirklich
brauchen.
BoP hat mir dafür die Augen
geöffnet.“

Die vier Grundpfeiler



- **Grenzachtung schützt Gesundheit und Würde** – seelische Grenzverletzungen wie Beschämung oder Ignorieren hinterlassen oft tiefe Spuren¹
- **Kinder brauchen Schutz und Orientierung:** Ihre Signale (Feinzeichen) müssen wahrgenommen, ernst genommen und beantwortet werden²
- **Grenzen sind beidseitig:** Auch Fachkräfte dürfen ihre eigenen Grenzen kennen und kommunizieren – zum Schutz und als Vorbild³
- **Kinderrechte setzen klare Grenzen:** z. B. Art. 12, 13, 19 UN-KRK⁴
- **Grenzen als Schutz**

¹ Maywald, 2019; Boll & Remsperger-Kehm, 2021; Scherwath, 2021

² Ferber, 2024; Boll & Remsperger-Kehm, 2024

³ Juul, 2023; Hohmann, 2024b

⁴ UNICEF, 2023 – UN-Kinderrechtskonvention: Artikel 12, 13, 19, 32, 34

Die vier Grundpfeiler



**Jeder Mensch
bestimmt selbst,
wo seine Grenze
verläuft!**

Pädagoginnen kommen zu Wort:

„Ich war oft erschöpft, reaktiv und voller Selbstzweifel. BoP hat mir gezeigt, wie wichtig meine eigenen Gefühle und Grenzen sind – nicht nur die der Kinder.“

„Grenzen setzen heißt nicht: Macht ausüben. Es heißt: Verantwortung übernehmen. Und das habe ich erst durch BoP wirklich verstanden.“

„Ich war früher schnell bei Konsequenzen. Heute frage ich mich: Was fühlt das Kind gerade? Was braucht es? Und was brauche ich? Diese Perspektive hat meine Arbeit grundlegend verändert.“

Die vier Grundpfeiler

Gefühle

Bedürfnisse

Grenzen

Selbst-Ich

Gewaltbewusstsein und Kinderrechte

„Wenn du einem Kind begegnest, begegnest du immer auch dem Kind in dir.“

(frei nach Stefanie Stahl)

Die vier Grundpfeiler



- **Das Selbst-Ich umfasst Reflexion und Achtsamkeit** – pädagogische Fachkräfte gestalten Beziehung immer auch mit ihrer eigenen Geschichte¹
- **Reaktionen entstehen oft unbewusst** – durch eigene Prägungen, Verletzungen oder Bindungserfahrungen²
- **Selbstmitgefühl und Achtsamkeit stärken Resilienz** – sie helfen, schwierige Gefühle zu regulieren und gesund mit sich selbst umzugehen³
- **Professionelle Beziehungsgestaltung braucht Selbst-Bewusst-Sein** – für verantwortungsvolles, gewaltbewusstes Handeln im Kita-Alltag⁴

¹ Hohmann & Wedewardt, 2025; Neuss & Zeiss, 2013

² Sautter, 2017; Stahl, 2015; Barrett, 2023

³ Neff & Costigan, 2014; Dunne et al., 2018; Phillips & Hine, 2021

⁴ Wedewardt & Cantzler, 2022; Fonagy & Target, 2005



Die EEEV-Methode

- **Ertappen:** Ich nehme wahr, dass ich getriggert bin oder unangemessen reagiere.
- **Erinnern:** Ich frage mich: Was erinnert mich an früher? Was löst dieses Gefühl aus?
- **Verstehen:** Ich erkenne den Ursprung meiner Reaktion und begreife den Sinn dahinter.
- **Verändern:** Ich entscheide mich bewusst für einen anderen, professionellen Umgang.



Pädagoginnen kommen zu Wort:

„Ich habe durch BoP verstanden, wie sehr meine eigene Geschichte in mein pädagogisches Handeln hineinwirkt – und wie ich damit achtsam umgehen kann.“

„Früher wollte ich perfekt sein. Heute will ich präsent sein – und das gelingt mir, wenn ich gut mit mir verbunden bin. Jetzt habe ich verstanden, dass Beziehung nur dann gelingt, wenn ich auch mit mir selbst in Beziehung bin.“

„Ich hatte das Gefühl, ständig an meine Grenzen zu stoßen. Jetzt weiß ich: Ich darf sie haben. Und ich darf sie zeigen. BoP hat mir Selbstmitgefühl beigebracht – nicht nur Mitgefühl für andere.“

Die vier Grundpfeiler



Ablauf

01 Die Bedürfnisorientierte Pädagogik: Hintergründe

02 Die vier Grundpfeiler der BoP

03 Grundsätze am Alltagsbeispiel erläutert





Die kindlichen Gefühle und Bedürfnisse werden gespiegelt und (verbal, nonverbal) übersetzt.

Die Grenzen der Kinder werden gewahrt und geschützt!

“Nein heißt Nein!”



Die pädagogischen Fachkräfte sind die Übersetzer:innen der Kinder.

Sie begleiten sprachlich und vermitteln, wenn nötig.



Kämpft ein Kind für die Erfüllung seiner Bedürfnisse und verletzt dabei sich oder ein anderes Kind, wird geschützt!

Grenzen schenken Orientierung und schützen das Wohlbefinden.

Grundannahme: Jedes Verhalten hat einen Grund!
Das Kind greift auf die für es naheliegendste und verfügbare Strategie zurück.



Um Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten zu können, brauchen pädagogische Fachkräfte ein **fundiertes Wissen** über **Entwicklungspsychologie**.

Nur wer versteht, warum Kinder bestimmtes Verhalten zeigen – oder noch nicht zeigen können –, kann wirklich empathisch und gewaltfrei begleiten.

Aus: Wedewardt & Hohmann 2024, S. 39



Im Zentrum der BoP steht die Beziehung, die durch Verbundenheit, Empathie und Achtsamkeit geprägt ist.

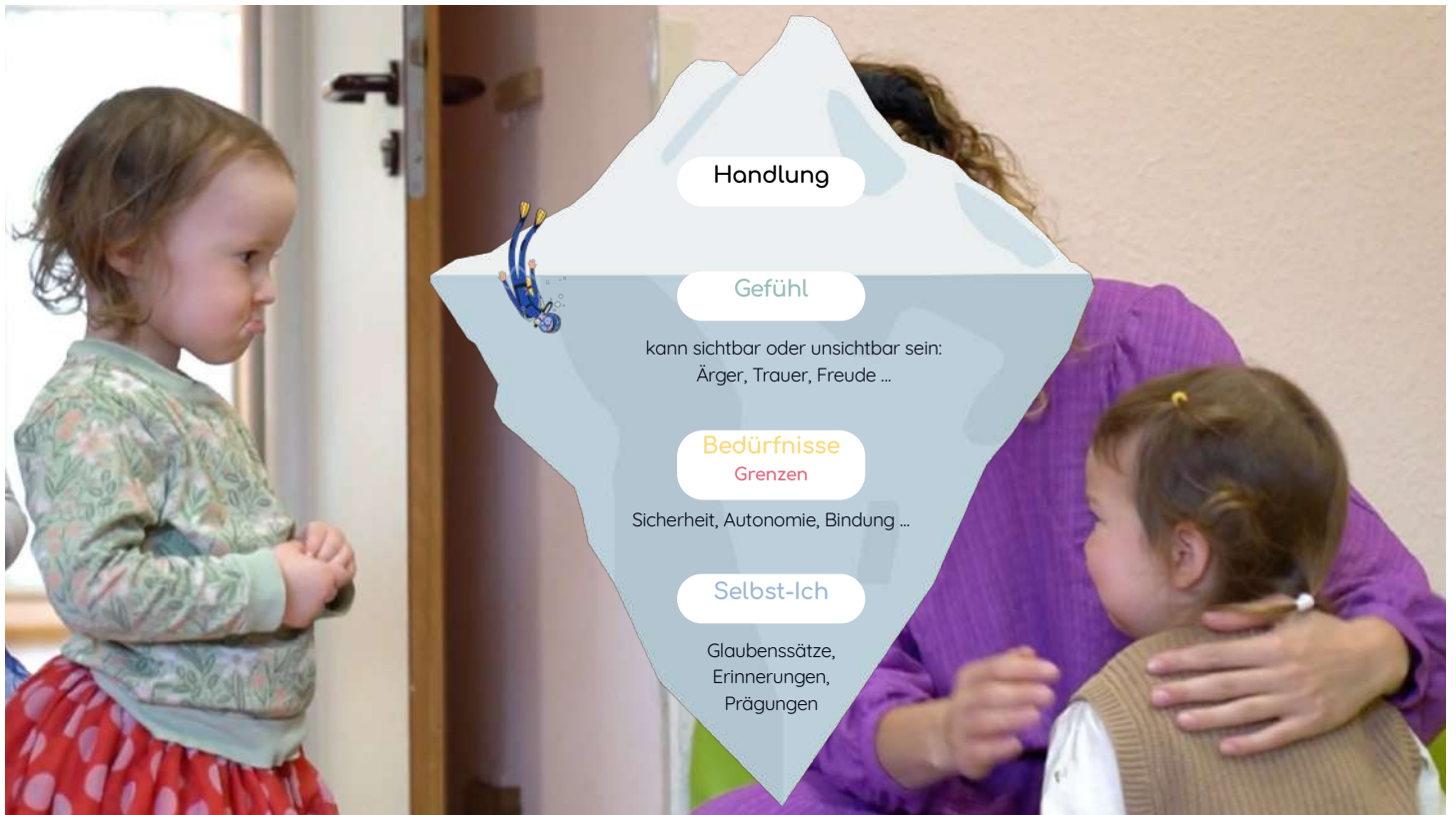
Lob und Strafe weichen einem Schwerpunkt auf Grenzachtung und Gleichwürdigkeit.

Verhalten verstehen, bedeutet nicht einverstanden zu sein.



Statt Verhalten von außen zu steuern, zielt BoP darauf ab, innere Bedürfnisse und Gefühle zu verstehen und wertzuschätzen.

Verhalten wird nicht als Störung interpretiert, sondern als Ausdruck unerfüllter, meist unerkannter Bedürfnisse



Handlung

Gefühl

kann sichtbar oder unsichtbar sein:
Ärger, Trauer, Freude ...

Bedürfnisse
Grenzen

Sicherheit, Autonomie, Bindung ...

Selbst-Ich

Glaubenssätze,
Erinnerungen,
Prägungen





Die Interaktionsqualität im Fokus.

- zugänglich und emotional verfügbar zu sein
- auf Bedürfnisse situativ eingehen



Selbst-Ich

Selbst-Ich der Fachkraft:

- Was fühle ich?
- Welche Gedanken tauchen in mir auf?
 - “Man muss teilen? Das Kind bekommt zu viel Aufmerksamkeit...” vs. “Es braucht mich zur Regulation der Gefühle und handelt aus einem Bedürfnis heraus.”
- Brauche ich Unterstützung?



Selbstregulation immer vor Co-Regulation,
denn Stress überträgt sich und Ruhe auch!



Selbstregulation ist die Fähigkeit,
eigene Gedanken, Gefühle und
Körperreaktionen wahrzunehmen,
zu verstehen und so zu steuern,
dass wir bewusst handeln können
– auch in stressigen Situationen.

Sie wirkt wie **eine Notbremse**,
bevor der erste Impuls uns steuert.

Selbstregulation immer vor Co-Regulation,
denn Stress überträgt sich und Ruhe auch!



Die Eisbergsprache

Handlung beschreiben (**Beobachtung**)

Gefühle verbalisieren

Bedürfnisse/Grenzen kommunizieren

Selbst-Ich kommunizieren

Handlung

Gefühl

kann sichtbar oder unsichtbar sein:
Ärger, Trauer, Freude ...

Bedürfnisse
Grenzen

Sicherheit, Autonomie, Bindung ...

Selbst-Ich

Glaubenssätze,
Erinnerungen,
Prägungen

Achten wir die Grenzen der Kinder, so lernen sie auch die der anderen zu achten!

Sind wir uns den körperlichen und seelischen Grenzen bewusst, können wir Kinder vor Verletzungen schützen und Kinderschutz gewährleisten.

Und selbstverständlich zählt die Grenze der Fachkraft ebenso!

Kinder brauchen Erwachsene, die sich ihrer Grenzen bewusst sind und diese ausdrücken können!



Persönliche Grenzen kommunizieren

- Wohlwollende **Haltung** einnehmen
- **“Stopp!”** (inneres oder äußeres)
- **“Ich fühle** mich ... (Gefühl)!”
- **“Ich brauche**/mir ist wichtig ... (Bedürfnis/Wert)!”
- **Strategie** suchen und ggf. benennen, um etwas **bitten** (z.B. Unterstützung), **Alternative** anbieten, **Kompromiss** schließen

→ Einfühlung ins **Gegenüber**

“Stopp!”

Pädagoginnen kommen zu Wort:

„BoP ist keine Methode. Es ist eine Haltung, die sich durch alles zieht – von der Begrüßung bis zur Konfliktlösung. Und sie wirkt. Jeden Tag.“

„Seit ich die BoP-Haltung verinnerlicht habe, ist mein pädagogischer Alltag nicht einfacher – aber echter.“

Und das macht den Unterschied.“

„BoP hat mir nicht nur Fachwissen gegeben – sie hat mich gestärkt. Ich bin klarer, ruhiger und handlungsfähiger.“

Das spüren die Kinder. Und ich auch.“

Ausblick zur BoP



- BoP schafft Strukturen, die das Wohlbefinden der Kinder und die Zufriedenheit der Fachkräfte stärken¹
- Wichtig sind Verankerung in Aus- und Weiterbildung sowie tragfähige Kinderschutz- und Beziehungskonzepte
- Zukünftige Forschung soll zeigen, wie bedürfnisorientiertes Arbeiten Resilienz, Gesundheit und Miteinander stärkt



Pädagoginnen kommen zu Wort:

„Ich nehme mit: Beziehung ist kein Extra – sie ist das Fundament:

- Ich darf fühlen – und gleichzeitig führen.
- Ich darf begleiten – ohne alles zu lösen.
- Ich darf mich zeigen – und Grenzen setzen.
- Ich darf Fragen haben – und trotzdem wirken.

Die BoP erinnert mich daran, dass ich als pädagogische Fachkraft nicht alles wissen muss – aber bereit sein darf, immer weiter zu lernen. Im Kontakt mit dem Kind. Mit anderen. Und mit mir selbst.“

„Bedürfnisorientierte Pädagogik beginnt bei mir – und wirkt von dort aus in die Welt.“

ein Blick
nach vorn

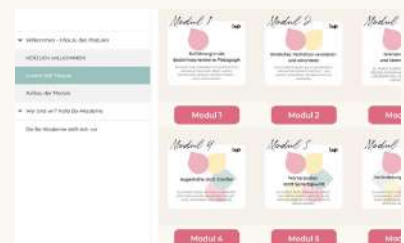
BoP implementieren



BoP in der Lehre vermitteln, konzeptionell verankern und in der Praxis leben

6 Module/Fortbildungsbausteine:

- MODUL 1: Einführung in die BoP
- MODUL 2: Kindliches Verhalten verstehen
- MODUL 3: Grenzen spüren und kommunizieren
- MODUL 4: Achtsam führen ohne zu bestrafen
- MODUL 5: Achtsam sprechen ohne zu verletzen
- MODUL 6: Veränderungsprozesse hin zur BoP begleiten



Interesse an den
Modulen? Trag dich ein!



weiterführende Literatur

- Barrett, L. F. (2023). Wie Gefühle entstehen. Rohwolt Polaris.
- Bieber, M. (2015). Regulationsentwicklung und -probleme bei Säuglingen und Kleinkindern. In R. Dreyer (Hrsg.), Kita-Fachtexte. <https://www.kita-fachtexte.de/de/fachtexte-finden/regulationsentwicklung-und-probleme-bei-saeuglingen-und-kleinkindern>
- Breines, Juliane G. und Serena Chen, 2012. Self-Compassion Increases Self-Improvement Motivation. In: Personality and Social Psychology Bulletin, Band 38/ Ausgabe 9, S. 1133-1143.
- Bowlby, J. (1969): Attachment and loss Vol 1: Attachment. New York Basic Books.
- Brazelton, T.B. & Greenspan, S.I. (2002): Die sieben Grundbedürfnisse von Kindern. Was jedes Kind braucht, um gesund aufzuwachsen, gut zu lernen und glücklich zu sein. Weinheim, Basel: [Beltz Verlag](#).
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1993): Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. In: Zeitschrift für Pädagogik 39, 2, S. 223-238.
- Dittmar, V. (2023): Der emotionale Rucksack. Goldmann Verlag.
- 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 Basel Wien: Herder.
- Dornes, M. (2004): Die emotionale Welt des Kindes. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Dunne, Sara; David Sheffield und Joseph Chilcot, 2018, Brief report: Self-compassion, physical health and the mediating role of health-promoting behaviours. In: Journal of Health Psychology, 23/7, S. 993-999.
- Ebert, Jürgen und Sigrun Klüger, 2015, Im Mittelpunkt der Mensch - Reflektionstheorien und -methoden für die Praxis der Sozialen Arbeit.
- Eilers, I. (2024): Selbstregulation und Ko-Regulation in der Kita - wie kindlicher Stress und erwachsenes Wohlbefinden zusammenhängen. Online verfügbar unter: https://www.kita-fachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/7-2024_Kita-Fachtext_Ineke_Eilers_Selbst- und Ko-Regulation.pdf (zuletzt aufgerufen am 12.02.2024)
- Fonagy, P. & Target, M. (2003): Frühe Bindung und psychische Entwicklung. Gießen: Psychosozial.
- Frank, R. (2010). Wohlbefinden fördern. Positive Therapie in der Praxis. Stuttgart: Klett-Cotta
- Freud, S. (1920). Jenseits des Lustprinzips (1. Auflage). FISCHER E-Books.
- Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Hogrefe, Göttingen.
- Hohmann, K. (2022). Augenhöhe statt Strafen. Herder
- Hohmann, K. & Wedewardt, L. (2025): Bedürfnisorientierte Pädagogik (BoP). Verstehen, einordnen, anwenden. Klett Kita.
- Juul, J. (2009). Grenzen, Nähe und Respekt.
- Klatte, M. (2007): Gehirnentwicklung und frühkindliches Lernen. In: Brokmann-Nooren, C.; Gereke, I.; Kiper, H. & Renneberg, W. (2007). Bildung und Lernen der Drei- bis Achtjährigen. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Kubesch, S. (Hrsg.). (2016). Exekutive Funktionen und Selbstregulation: Neurowissenschaftliche Grundlagen und Transfer in die pädagogische Praxis (2., aktualisierte und erweiterte Auflage). Hogrefe.
- Lexikon der Psychologie: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/selbst> (14.01.2025)
- Lieberman, M. D., Eisenberger, N. I., Crockett, M. J., Tom, S. M., Pfeifer, J. H., & Way, B. M. (2007). Putting Feelings into Words. Psychological Science, 18(5), 421–428. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01916.x>
- Maslow, A. (1962). Some basic propositions of a growth and self-actualization psychology. Perceiving, behaving, becoming: A new focus for education, S. 34-49. Washington, DC: National Education Association, Association for Supervision and Curriculum Development.
- Maslow, A. (1977): Motivation und Persönlichkeit
- Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (2016). Orientierungsplan: Für Bildung und Erziehung in baden-württembergischen Kindergärten und weiteren Kindertageseinrichtungen. Herder.
- Neff, K. und Germer, C. K. (2022): Selbstmitgefühl - das Übungsbuch: ein bewährter Weg zu Selbstakzeptanz, innerer Stärke und Freundschaft mit sich selbst. Übersetzt von Nadine Helm und Annett Zupke. 2022. Aufl. Freiburg im Breisgau: Arbor Verlag
- Neff, K. D. & Costigan, A. P., 2014. Self-compassion, wellbeing, and happiness. Psychologie in Österreich, 114-117. <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/Neff&Costigan.pdf> (Aufruf am 13.01.2025)
- Neuss, N. und Zeiss, J. (2013): Biografiearbeit als Bestandteil von Professionalisierung. Die eigene Kindheit ins Bewusstsein rücken. In: TPS Theorie und Praxis der Sozial-Pädagogik (Hrsg.): Leben, Lernen und Arbeiten in der Kita. Professionalität. 01/2013.
- Pauen, S. (2023). Emotionsregulation und ihre Entwicklung. Frühe Kindheit. Die ersten sechs Jahre (2/23).
- Phillips, Wendy und Donald Hine, 2021, Self-compassion, physical health, and health behaviour: a meta-analysis. In: Health Psychology Review, 15/1, S. 113-139.
- Rauwald, M. (2020): Vererbte Wunden. Transgenerationale Weitergabe traumatischer Erfahrungen.
- Rosenberg, M. B. (2016). Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Paderborn: Junfermann.
- Ross, J. (2025). Emotionsentwicklung: Von Vorläuferemotionen zu komplexen Emotionen. frühe Kindheit. Die ersten sechs Jahre(02/23).
- Ryan, R. & Deci, E. (2001). On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. Annual Review of Psychology, 52, 141 – 166.
- Sautter, C. (2017). Wenn die Seele verletzt ist: Trauma verstehen, Ursachen und Auswirkungen (8. Auflage). Sautter Verlag für Systemische Konzepte.
- Schenewitz, C. (2023): Selbststabilisierung - die Grundlage, um Familien emotional gut begleiten zu können. In: Alemzadeh, M.: Partizipatorische Eingewöhnung. Übergänge sensibel begleiten. S. 19-26.
- Senders, A./Senders, M. (2011): Kinder und Jugendliche im Gefühlschaos. Grundlagen und praktische Anleitungen für den Umgang mit psychischen Auffälligkeiten und Erkrankungen. Wien u. a.: Springer
- Shanker, S. & Barker, T. (2019). Das überreizte Kind: Wie Eltern ihr Kind besser verstehen und zu innerer Balance führen (K. Wirth, Übers.; Vollständige Taschenbuchausgabe). Goldmann.
- Siegel, D. J. & Bryson, T. P. (2017): Achtsame Kommunikation mit Kindern. Strategien aus der Hirnforschung für die gesunde Entwicklung ihres Kindes. Freiburg: Arbor.
- Siegel, D. J. & Bryson, T. P. (2018). The Yes Brain Child: Help Your Child be More Resilient, Independent and Creative. Simon + Schuster UK.
- Stahn, S. (2015). Das Kind in dir muss Heimat finden: Der Schlüssel zur Lösung (fast) aller Probleme (26. Auflage). Kailash.
- Stern, J./Bailey, N./Costello, M./Helwig, A., Mitchell, J., Allen, J. (2024): Empathy across three generations: From maternal and peer support in adolescence to adult parenting and child outcomes : <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/cdev.14109> (Letzter Zugriff am 03.06.2024)
- Stiller, Edwin, 1999, Biografisches Lernen im Pädagogikunterricht. In: Edwin Stiller (Hrsg.), Dialogische Fachdidaktik Band 2, Paderborn: Schöningh, S. 185-209 <https://www.uni-koeln.de/hf/konstruk/didaktik/biografiearbeit/biographisches%20lernen%20im%20paedagogikunterricht.pdf> (Aufruf am 13.01.2025)
- Ströber (2022): Risiko Kindheit. Die Entwicklung des Gehirns verstehen und Resilienz fördern. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Viernickel, S. (2022). Kindliches Wohlbefinden. Theoretische Verortungen, begriffliche Annäherungen, empirische Erfassung. Frühe Bildung, 11(3), 107-114. [https://doi.org/10.1076/1691-9186\(20000581](https://doi.org/10.1076/1691-9186(20000581)
- Vythilingam M, Heim C, Newport DJ, Miller AH, Vermetten E, Anderson E, Bronen R, Staib L, Charney DS, Nemeroff CB, Bremner JD (2002). Childhood trauma associated with smaller hippocampal volume in women with major depression. Am J Psychiatry 159: 2072- 80.
- Wedewardt, L. (2025). Ankommen dürfen statt loslassen müssen. Bedürfnisorientierte Eingewöhnung. Herder.
- Wedewardt, L. (2022). Wörterzauber statt Sprachgewalt. Achtsam sprechen in Kita, Krippe und Kindertagespflege. Herder.
- Wedewardt, L. & Cantzler, A. (2022): Sich seiner SELBST BEWUSST SEIN. Biografische Selbstreflexion. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Wedewardt, L. & Hohmann, K. (2021). Kinder achtsam und Bedürfnisorientiert begleiten. Verlag Herder.
- Wedewardt, L. & Hohmann, K. (2024). Kinder achtsam und Bedürfnisorientiert begleiten. Verlag Herder.
- Weltzien, D., Fröhlich-Gladhoff, K., Rönnau-Böse, M., & Wünsche, M. (2016). Gefühl und Mitgefühl von Kindern begleiten und fördern: Eine Handreichung zur Umsetzung des Orientierungsplans für Kindertageseinrichtungen in Baden-Württemberg. Verlag.
- Young, J. E., & Klosko, J. (2006). Sein Leben neu erfinden. Paderborn.
- Young, J. E., Klosko, J., & Weishaar, M. (2005). Schematherapie - ein praxisorientiertes Handbuch.
- Zessin, Ulil, Oliver Dickhäuser und Sven Garbade, 2015, The Relationship Between Self-Compassion and Well-Being: A Meta-Analysis. In: Applied Psychology: Health and Well-Being, 7/3, S. 340-364. Online abrufbar unter: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/aphw.12051>