Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

pädagogisches Handeln entsteht nicht allein aus Fachwissen oder Konzepten heraus. Es wird ebenso von persönlichen Erfahrungen, inneren Überzeugungen und biografischen Prägungen beeinflusst. Jede Fachkraft kennt Situationen, in denen sie stärker reagiert als erwartet: Ein bestimmtes Verhalten eines Kindes berührt besonders, macht wütend, hilflos oder überfürsorglich. Die Gründe dafür liegen oft in der eigenen Geschichte. Unsere Biografie prägt, wie wir Beziehungen gestalten, Konflikte erleben, Nähe zulassen oder Autorität verstehen.

Gleichzeitig hat sich das Verständnis von Erziehung in den vergangenen Jahrzehnten grundlegend verändert. Während viele heutige Fachkräfte noch autoritär oder wenig bindungsorientiert erzogen wurden, sollen sie Kindern heute Partizipation, emotionale Sicherheit und respektvolle Beziehungserfahrungen ermöglichen. Damit stehen sie vor der Herausforderung, Kindern etwas zu geben, das sie möglicherweise selbst nie erfahren haben.

Genau hier setzt Biografiearbeit an. Sie lädt dazu ein, die eigene Geschichte als Handlungsgrundlage zu verstehen. Denn wer persönliche Prägungen erkennt, kann sehr viel bewusster entscheiden, wie er oder sie Kindern begegnen möchte. So werden aus unbewussten Reaktionen überlegte Entscheidungen.

Dieses Heft verbindet fachliche Impulse mit Reflexionsanregungen, Fallbeispielen und praktischen Übungen. Es hat NICHT zum Ziel, die Vergangenheit therapeutisch aufzuarbeiten oder das Arbeitspensum pädagogischer Fachkräfte um zusätzliche Aufgaben zu erhöhen. Es bietet vielmehr die Chance, einen Raum für Nachdenken, Verstehen und persönliches Wachstum zu eröffnen und die eigene pädagogische Haltung – Schritt für Schritt – bewusster zu gestalten.

Leandra Vogt



Leandra Vogt

ist Kindheitspädagogin (M.A.), Autorin, Elternberaterin und Dozentin sowie Expertin für Resilienzförderung und mentale Gesundheit in Familien, Kitas und Schulen. Sie verbindet wissenschaftliche Fundierung mit hoher Praxisnähe und arbeitet ressourcenorientiert, lösungsfokussiert sowie bindungs- und bedürfnisorientiert. Als Gründerin von „familienort“ entwickelt sie Inhalte und Formate, die Familien und Fachkräfte stärken.



Inhalt

1. Biografiearbeit verstehen 4

1. Biografiearbeit im pädagogischen Kontext **5**
2. Selbstreflexion ist nicht gleich Selbsterfahrung **8**
3. Die theoretischen Grundlagen **9**
4. Das Cycle-Breaker-Modell **13**

2. Sich selbst auf die Spur kommen 16

1. Persönliche Resonanz wahrnehmen **17**
2. Biografische Prägungen reflektieren **18**
3. Glaubenssätze erkennen **19**
4. Vom Erkennen zum Umlenken **21**
5. Integration statt Selbstoptimierung **23**
6. Triggerpunkte wahrnehmen **23**

3. Aus Selbsterkenntnis wird Haltung 30

1. Haltung als Kern professionellen Handelns **31**
2. Vom spontanen Reagieren zum bewussten Agieren **32**
3. Projektionen erkennen **33**

4. Beziehungs-kompetenz leben 34

1. Eigene Bindungserfahrungen erkunden **35**
2. Nähe gestalten, ohne sich zu verlieren **35**
3. Grenzen setzen als Beziehungsangebot **37**
4. Wenn Beziehung Teamarbeit wird **38**

5. Biografiearbeit in der Kita verankern 40

1. Biografiearbeit und Qualitätsentwicklung **41**
2. Reflexion im Team **43**
3. Nachhaltigkeit und Weiterentwicklung **45**

Schlusswort **46**

Weiterführende Literatur **47**

Impressum **48**

Das kleine Extra

In der Mitte des Heftes finden Sie eine Zusammenstellung hilfreicher Tools, die die Biografiearbeit – sowohl die persönliche als auch die im Team – unterstützen: Checklisten, eine Anleitung für einen Biografie-Workshop sowie Reflexionsfragen und Methoden für den pädagogischen Alltag.

Seite 25–29



1. Biografiearbeit verstehen

Was hat meine Biografie mit meiner pädagogischen Arbeit zu tun?

Warum ist es wichtig, persönliche Prägungen anzuschauen?

Was ist „Cycle Breaking“?

Praxis-beispiel

Anna arbeitet seit mehreren Jahren als pädagogische Fachkraft in einer Kita. Sie gilt als einfühlsam und zugewandt, Kinder suchen häufig ihre Nähe. Anna selbst sieht ihre größte Stärke darin, die leisen, subtilen Signale der Kinder wahrzunehmen. An einem Vormittag kommt es im Baubereich zum Streit: Paul protestiert laut, seine Stimme füllt den Raum. Neben ihm steht Lina, die still geworden ist. Ihre Schultern ziehen sich zusammen, Tränen sammeln sich in ihren Augen. Ohne zu zögern geht Anna zu Lina. Sie kniet sich hin, spricht leise mit ihr und nimmt sie schließlich in den Arm. Paul wird währenddessen von einer Kollegin angesprochen. Die Situation löst sich schnell auf. Für Anna ist es ein ganz normaler Moment im Alltag. Erst im späteren Teamgespräch sagt ihre Kollegin: „Mir ist aufgefallen, dass du fast immer zuerst zu den ruhigeren Kindern gehst." Für Anna fühlt sich das selbstverständlich an, doch der Satz geht ihr nicht aus dem Kopf. In den folgenden Tagen beginnt sie, sich selbst genauer zu beobachten. Sie bemerkt, wie ihr Blick automatisch nach den leisen Kindern sucht, wie sie innerlich unruhig wird, wenn ein Kind traurig wirkt, ohne Hilfe einzufordern. Langsam entsteht eine Verbindung zu ihrer eigenen Geschichte. Anna erinnert sich an ihre Schulzeit. Sie war ein ruhiges Kind, angepasst, Gefühle zeigte sie selten offen, Konflikte mied sie. Oft hatte sie das Gefühl, dass Lautstärke mehr Aufmerksamkeit bekam als Zurückhaltung. Niemand meinte es böse, doch sie fühlte sich häufig übersehen. Ihr wird klar: Sie reagiert heute nicht nur auf Lina. Sie reagiert auch auf das Kind, das sie selbst einmal war. Diese Erkenntnis ist zunächst irritierend. Ist ihre Fürsorglichkeit vielleicht nicht nur fachlich motiviert? Doch sie erkennt auch: Ihre Reaktion war weder falsch noch unprofessionell. Im Gegenteil: Ihre Sensibilität für stille Kinder ist eine wertvolle Kompetenz. Problematisch wird sie erst dann, wenn sie unbewusst bleibt.

1. Biografiearbeit im pädagogischen Kontext

Das Beispiel von Anna macht sichtbar, was im pädagogischen Alltag häufig unbemerkt geschieht: Fachkräfte handeln nicht allein auf der Grundlage ihres Fachwissens, sondern immer auch aus ihrer biografischen Erfahrung heraus. Annas besondere Sensibilität für stille Kinder ist keine zufällige Eigenschaft, sondern entstand aus eigenen Beziehungserfahrungen. In ihrem Reflexionsprozess kann sich Anna daher fragen: Unterstütze ich Lina wirklich oder schütze ich sie vor Erfahrungen, die Entwicklung ermöglichen könnten? Helfe ich ihr, eigene Strategien zu entwickeln, oder übernehme ich zu schnell Verantwortung? So entsteht ein innerer Abstand zwischen Impuls und Handlung. Am nächsten Tag beobachtet Anna erneut eine ähnliche Situation. Wieder wird Lina traurig, Anna spürt denselben Impuls, sofort zu ihr zu gehen und sie zu trösten. Doch diesmal hält sie einen Moment inne. Sie bleibt aufmerksam, wartet jedoch zunächst ab. Lina schaut sich um, nimmt Blickkontakt mit einem anderen Kind auf und beginnt schließlich zu sprechen. Anna erlebt etwas Neues: Unterstützung bedeutet nicht immer sofortiges Eingreifen. Damit wiederholt sie nicht automatisch die Dynamik ihrer eigenen Kindheit, sondern handelt bewusst. Biografiearbeit zeigt sich hier als professioneller Lernprozess im Alltag. Anna erkennt: Ihre Geschichte ist Teil ihrer pädagogischen Arbeit, aber sie muss ihr Handeln nicht bestimmen.

Die eigene Geschichte arbeitet mit

Pädagogisches Handeln wirkt im Alltag oft selbstverständlich. Fachkräfte begleiten Kinder durch Übergänge, lösen Konflikte, trösten, strukturieren, beobachten und entscheiden – häufig innerhalb weniger Sekunden. Viele dieser Entscheidungen entstehen scheinbar intuitiv. Sie fühlen sich richtig an, ohne dass lange darüber nachgedacht werden muss. Gerade diese Selbstverständlichkeit verdeckt jedoch eine zentrale Tatsache: Jede Fachkraft bringt ihre eigene Lebensgeschichte mit in die Arbeit. Persönliche Erfahrungen wirken weiter: nicht als bewusste Erinnerung, sondern als innere Orientierung. Sie beeinflussen, wie Situationen wahrgenommen werden, welche Bedeutung Verhalten erhält und welche Handlungsmöglichkeiten spontan als passend erscheinen. Biografiearbeit richtet den Blick auf diese oft unsichtbare Ebene pädagogischen Handelns. Sie beschreibt die bewusste Auseinandersetzung mit persönlichen



Alte Muster prägen unser inneres Navigationssystem.

Prägungen, um zu verstehen, wie eigene Erfahrungen Wahrnehmung, Entscheidungen und Beziehungsgestaltung beeinflussen. Dabei geht es nicht darum, die Vergangenheit zu analysieren oder zu bewerten. Biografiearbeit fragt nicht „Was war richtig oder falsch?“, sondern „Was wirkt heute noch und wie beeinflusst es mein pädagogisches Handeln?“.

Kinder begegnen pädagogischen Fachkräften nicht nur als Vertreter:innen einer Rolle, sondern als Menschen. Sie reagieren auf Stimme, Haltung, Blickkontakt, emotionale Verfügbarkeit und innere Sicherheit. Ebenso begegnen Fachkräfte Kindern nicht neutral, bestimmte Verhaltensweisen lösen Resonanz aus. Diese Resonanz entsteht dort, wo aktuelle Situationen an eigene Erfahrungen anknüpfen. Das Gehirn vergleicht unbewusst Gegenwart mit Vergangenheit. Biografiearbeit macht diese inneren Prozesse wahrnehmbar. Sie ermöglicht Fachkräften zu erkennen, dass starke Reaktionen häufig weniger über das Kind aussagen als über die eigene Geschichte. Diese Erkenntnis wirkt entlastend.

Reflexion

Reagiere ich gerade auf das Kind oder auf eine persönliche Erinnerung?

Das Bauchgefühl als biografisches Wissen

Im pädagogischen Alltag wird Intuition häufig als besondere Stärke beschrieben. Fachkräfte „spüren“, was ein Kind braucht, erkennen Spannungen früh oder reagieren schnell auf emotionale Signale. Biografiearbeit nimmt dieses Bauchgefühl ernst, aber sie betrachtet es differenzierter. Das Bauchgefühl ist kein spontaner Einfall, sondern entsteht aus gespeicherten Beziehungserfahrungen. Das Gehirn greift auf Muster zurück, die über Jahre gelernt wurden: Wie wurde auf Konflikte reagiert? Wann war Nähe sicher? Wann bedeutete Anpassung Schutz? Diese Erfahrungen formen ein inneres Navigationssystem. Intuition ist daher verdichtete Erfahrung. Biografiearbeit macht dieses Erfahrungswissen sichtbar. Sie ermöglicht, Intuition bewusst zu prüfen, statt ihr automatisch zu folgen. Nicht jede intuitive Reaktion ist automatisch professionell, aber jede kann zum Ausgangspunkt professioneller Reflexion werden.

Zwischen persönlicher Erfahrung und professioneller Rolle

Eine zentrale Herausforderung pädagogischer Arbeit besteht darin, persönliche Erfahrungen weder auszublenden noch unreflektiert wirken zu lassen. Ohne Selbstreflexion besteht die Gefahr, dass Fachkräfte unbewusst eigene Bedürfnisse oder ungelöste Erfahrungen in Beziehungen zu Kindern einbringen:

- das Bedürfnis, gebraucht zu werden,
- der Wunsch nach Harmonie,
- die Angst vor Konflikten,
- der Impuls, Kontrolle zu behalten,
- der Wunsch, das eigene innere Kind zu schützen.