

WERKBLAD: Gedrag begrijpen in 3 stappen

Voor professionals in kinderopvang en onderwijs | JipKes Trainingen | jipkes.nl

Dit werkblad hoort bij de mini-training "3 stappen om gedrag écht te begrijpen." Gebruik het om gedrag van kinderen te analyseren en om bewust te worden van je eigen reacties. **Niemand hoeft mee te lezen. Wees eerlijk.**

De zes basisbehoeften

1 Zekerheid <i>Ik voel me veilig, ik weet wat er komt</i>	2 Afwisseling <i>Ik ervaar variatie, uitdaging, nieuwe dingen</i>	3 Betekenis <i>Ik ben belangrijk, ik word gezien</i>
4 Verbinding <i>Ik hoor erbij, ik voel contact</i>	5 Groei <i>Ik ontwikkel me, ik leer, ik word beter</i>	6 Bijdrage <i>Ik mag helpen, ik doe ertoe</i>

Als één van deze behoeften niet vervuld is, zie je gedrag. Altijd.

Stap 1: Stop met labelen, start met kijken

Kies één kind en één gedrag

Welk kind? (verzin eventueel een schuilnaam)

Welk gedrag vind je lastig? (beschrijf kort)

Herken je eigen label

Welk label geef je aan dit kind of dit gedrag? (bijv: druk, vervelend, uitdagend, lui, verlegen, agressief)

Observeer zonder oordeel

Beschrijf puur het gedrag, alleen feiten, geen interpretaties:

De verschuiving

Wat verandert er als je het label loslaat?

Stap 2: Zoek de aanleiding & basisbehoefte

Vraag 1: Wat ging er vooraf?

Denk goed terug: wat gebeurde er net vóór het gedrag? (bijv: een overgang, een teleurstelling, te weinig uitdaging, veel prikkels)

Vraag 2: Welke basisbehoefte speelt hier?

Kruis aan welke behoefte(n) hier mogelijk spelen (meerdere antwoorden mogelijk):

ZEKERHEID

Onveilig? Te veel verandering? Mist structuur of voorspelbaarheid?

AFWISSELING

Te saai? Te weinig uitdaging? Mist variatie in activiteiten?

BETEKENIS

Wordt hij gezien? Voelt hij zich belangrijk? Krijgt hij erkenning?

VERBINDING

Voelt hij contact? Hoort hij erbij? Voelt hij liefde en warmte?

GROEI

Leert hij nieuwe dingen? Krijgt hij uitdaging op het juiste niveau?

BIJDRAGE

Mag hij helpen? Voelt hij dat hij ertoe doet?

Welke behoefte is het meest van toepassing?

Wat zou dit kind van jou nodig hebben?

Stap 3: Kijk naar jezelf

Welke emotie voel je bij dit gedrag?

Irritatie

Vermoeidheid

Onzekerheid

Schaamte

Angst

Boosheid

Onmacht

Ongemak

Stress

Teleurstelling

Welke van jouw zes behoeften wordt geraakt?

Kruis aan:

ZEKERHEID

Wil je rust, controle, voorspelbaarheid?

AFWISSELING

Verveel je je? Wil je uitdaging?

BETEKENIS

Wil je gezien worden als goede professional?

VERBINDING

Mis je contact of steun van collega's?

[] GROEI

Wil je leren hoe je dit beter kunt aanpakken?

Welke behoefte is bij jou het meest van toepassing?

Botst jouw behoefte met die van het kind? Hoe?

Waar kies je meestal voor?

Voor mijn gemak / mijn behoefte

Voor het kind / zijn behoefte

Ik blijf vaszitten en kies niet bewust

Jouw actieplan: kleine verschuiving, groot verschil

Wat is één ding dat je anders zou kunnen doen?

Welke behoefte van het kind ga je vervullen? En hoe?

Welke actie neem je deze week? (schrijf het zo concreet mogelijk)

Reflectie na een week

Wat heb je geprobeerd?

Wat merkte je bij het kind? Welk gedrag veranderde er?

Wat merkte je bij jezelf? Hoe voelde je je?

Wat wil je blijven doen? Wat wil je anders aanpakken?

Snelle checklist: gebruik dit elke dag

Bij het kind: welke behoefte mist hij?

ZEKERHEID

Geef rust, structuur, grenzen, voorspelbaarheid

AFWISSELING

Geef uitdaging, variatie, nieuwe ervaringen

BETEKENIS

Zie hem, waardeer hem, erken hem

VERBINDING

Maak contact, laat hem erbij horen

GROEI

Geef leerkansen, uitdaging op maat

BIJDRAGE

Laat hem helpen, laat hem iets betekenen

Bij jezelf: welke behoefte heb jij?

ZEKERHEID

Neem rust, maak structuur, stel grenzen

AFWISSELING

Zoek uitdaging, doe iets anders

BETEKENIS

Vraag om feedback, vier successen

VERBINDING

Zoek steun bij collega's

GROEI

Leer, ontwikkel jezelf

BIJDRAGE

Herinner jezelf: jij maakt verschil

✓ Gedrag is altijd een boodschap ✓ Er zit altijd iets achter het gedrag ✓ Elk kind heeft zes basisbehoeften ✓ Jij hebt ook zes basisbehoeften ✓ Je hoeft niet perfect te zijn — bewust kiezen maakt het verschil

Wil je een heel jaar lang verdieping? Kijk op jipkes.nl/jaarprogramma voor de JipKes Online Academie. 12 maanden toegang tot trainingen, live online trainingen en een community van professionals. Of plan een gratis kennismakingsgesprek via de website.

© JipKes Trainingen | www.jipkes.nl | info@jipkes.nl | 06 15336587