



Raden naar behoeften in kindertaal:

Vind je het fijn, (als/om).....?

Vind je het belangrijk, (dat).....?

Wil je graag?

- | | |
|-------------------------|--|
| aandacht/aanwezigheid | <ul style="list-style-type: none">- dat er iemand tijd voor je heeft? - dat er iemand voor je is?- als iemand vraagt hoe het met je gaat?- als er iemand naar je luistert? |
| acceptatie/jezelf zijn | <ul style="list-style-type: none">- dat je het op je eigen manier mag doen?- dat het goed is, zoals jij bent? – dat je jezelf mag zijn?- dat het oké is, zoals jij 't doet?- dat anderen je nemen zoals je bent/ je oké vinden? |
| autonomie/keuze | <ul style="list-style-type: none">- om 't zelf te doen? - dat je 't op jouw manier kunt/mag doen?- dat je mag zijn zoals je bent? |
| begrijpen/duidelijkheid | <ul style="list-style-type: none">- snappen hoe het zit?- weten, waar je aan toe bent?- weten, waarom ik dat wil/waarom het zo gaat?- weten wat wel en niet mag/kan? |
| begrip | <ul style="list-style-type: none">- dat er iemand is, die snapt wat je bedoelt?- dat we snappen hoe het voor jou is?- dat we begrijpen hoe jij het ziet? |
| gezien/gehoord worden | <ul style="list-style-type: none">- dat we zien, wat je gedaan hebt?- dat er naar jou geluisterd wordt?- dat iemand ziet, hoe moeilijk het voor je was? |
| beweging | <ul style="list-style-type: none">- wat doen met je benen en armen (bewegen, springen, etc.) |
| capabel zijn | <ul style="list-style-type: none">- 't graag goed kunnen afmaken?- dat het je lukt?- dat je ergens goed in bent? |
| contact/vriendschap | <ul style="list-style-type: none">- met iemand praten? – dat we samen praten?- een vriendje om mee te spelen?- aan iemand vertellen, hoe je je voelt en dat die 't niet doorvertelt?- weten, dat er iemand is die jou lief vindt? |





- creativiteit/uitdaging
- iets nieuws/moois maken?
 - nieuwe dingen doen/ontdekken/bedenken?
 - zelf een oplossing bedenken?
 - spannende avonturen beleven?
- eerlijkheid/vertrouwen
- kunnen geloven, wat anderen vertellen?
 - dat we elkaar kunnen vertellen, wat we ervan vinden?
 - ervan op aan kunnen, dat het niet aan anderen wordt verteld?
 - dat er iemand is die je altijd kunt vertrouwen?
- erbij horen
- dat je mee mag doen/spelen?
 - er ook bij horen/erbij zijn?
- erkenning/waardering
- dat we zien wat je kunt? dat we zien, wat je doet?
 - horen, dat je iets goed hebt gedaan?
 - dat we waarderen wat je doet?
 - dat we zien, dat je je best doet? ... hard gewerkt hebt?
- gemak/efficiëntie
- dat het makkelijk gaat? - dat het te doen is voor je?
 - dat het niet te moeilijk voor je is?
 - dat het vlot klaar is?
 - dat je tijd over houdt voor andere dingen?
- geven/helpen/zorgen
- als je kunt helpen?
 - iets doen voor?
 - voor anderen zorgen?
 - als je iets voor anderen kunt betekenen?
- inspiratie
- dat je een tip/idee krijgt, die/dat je verder helpt?
 - dat er iets gebeurt, waardoor jij weet wat je kunt doen?
 - dat er iemand met een goed idee komt?
- leren/groeien
- nieuwe dingen leren? – Leren hoe dat moet?
 - dat je straks dingen weet, die je nu nog niet weet?
 - dat je straks beter kunt dan nu?
 - dat je steeds meer weet/leert (over)?
- nabijheid/liefde
- dat er iemand dichtbij is?
 - knuffelen? - dichtbij me zitten?
 - dat mensen je lief vinden?
 - dat iemand je vasthoudt?
 - dat er iemand van je houdt?
- ondersteuning/bescherming
- dat iemand je helpt? - dat er iemand met je mee gaat?
 - dat er iemand is, die je steunt? - bij wie je altijd terecht kunt?
 - er iemand bij je is, die zorgt, dat het goed gaat?





- ontlading
- ergens tegenaan schoppen nu?
 - wat bewegen of hardlopen, zodat je je weer goed voelt?
 - even wat van je af schudden / slaan?
 - wil je vertellen wat er met je gebeurd is?
- orde/overzicht/structuur
- dat er vaste regels zijn?
 - weten, hoe het hier gaat?
 - dat je vooraf weet, wat er gaat gebeuren?
 - dat het rustig en overzichtelijk is om je heen?
 - dat je niet alles zelf hoeft uit te vinden?
- plezier/spelen
- lol maken? - iets leuks doen? - gek doen? - lachen?
- respect/gelijkwaardigheid
- dat anderen rekening met je houden?
 - dat we weten, dat je het goed bedoelt?
 - merken, dat je evenveel waard bent als een ander?
 - graag rekening houden met wat anderen willen?
- rouwen/(be)treuren
- (even) uithuilen? - voelen wat het met je doet?
 - Had je het graag anders willen doen?
 - Ben je niet zo blij met hoe het gegaan is?
- Ruimte/privacy
- alleen zijn? - tijd om te wennen?
 - een rustige/fijne plek voor jezelf?
- rust/ontspanning
- uitrusten? - naar bed? - even niks? – slapen?
 - weer rustig worden van binnen? - op adem komen?
- samenwerking
- het met iemand samen doen? – ‘t goed afspreken met elkaar?
 - op elkaar kunnen vertrouwen?
- veiligheid
- dat er niets ergs gebeurt? – dat het goed gaat?
 - dat het (weer) goed is tussen jullie/ons?
 - dat er iemand is, die bij je is?
 - weten, hoe het daar gaat en wat je wel en niet kan doen?
- weerbaarheid/moed
- het lef hebben om te zeggen, hoe jij het wilt?
 - dat je het durft te zeggen als je iets niet leuk vindt?
 - voor jezelf op kunnen komen?
- zelfkennis/feedback
- dat je weet waar je goed in bent?
 - weten wat je goed kan en weten wat je nog beter kan doen?
- zelfmededogen/- empathie
- weten, dat je oké bent, ook als je eens een foutje maakt?
 - begrip hebben voor jezelf?





- zelfrespect/zelfvertrouwen - blij zijn met hoe je het doet?
- weten, dat het je wel gaat lukken?
- erop kunnen vertrouwen, dat je 't wel aan kunt?
- tevreden zijn, als je in de spiegel kijkt?
- zelfstandigheid - het zelf kunnen? - dat je het helemaal alleen kunt doen?
- zelfverantwoordelijkheid - zelf een oplossing vinden, als het niet zo is gegaan als je wou?
- het graag zelf uitzoeken/oplossen?

Voor hele jonge kinderen is het woord 'iemand' misschien nog te moeilijk. Ik zou dan 'we' of 'ik' gebruiken. Waarbij 't me handig lijkt om te bedenken, dat ik misschien niet de enige strategie ben voor het kind om bij te dragen aan de vervulling van die behoefte. Erkenning van de behoefte en empathie voor het gevoel vind ik wezenlijker dan de directe vervulling van de behoefte.

