

PRAKTISCHE WERKBUNDEL VOOR
KINDERBEGELEIDERS IN DE KINDEROPVANG

VERBINDEND BEGELEIDEN

in de kinderopvang ♡

RUST, VERBINDING EN
DUIDELIJKE GRENZEN
ALS BASIS VOOR GROEI
EN ONTWIKKELING



MET PRAKTIJKKAARTEN,
OBSERVATIEFICHES,
CASUSSEN EN
INTERVENTIETIPS



KIJKEN • VERBINDEN
BEGRENZEN • BEGELEIDEN

Elke dag samen groeien

NATHALIE BLANCKAERT

MEER DAN 20 JAAR ERVARING IN OPVOEDEN EN BEGELEIDEN

Meer rust in de groep

Meer houvast voor begeleiders

Jonge kinderen begeleiden is prachtig, maar ook intens. Driftbuien, bijten, druk gedrag, moeilijke eet- en slaapmomenten en gesprekken met ouders vragen elke dag opnieuw rust, duidelijkheid en afstemming.

Deze werkbundel helpt je om gedrag beter te begrijpen én om concreet te weten wat je op moeilijke momenten kunt doen. Geen afstandelijke theorie, maar herkenbare uitleg, bruikbare zinnen, reflectie en visuele stappenplannen voor de werkvloer.

Voor iedereen die jonge kinderen begeleidt

- kinderbegeleiders en onthaalouders;
- verantwoordelijken en pedagogisch coaches;
- teams die meer rust en een gedeelde aanpak zoeken;
- studenten kinderzorg en toekomstige kinderbegeleiders.

Kijken - Verbinden - Begrenzen - Begeleiden

Warm waar het kan. Duidelijk waar het nodig is.

DIT KRIJG JE

Veel meer dan een leesbundel

Een complete combinatie van inzicht, reflectie en praktische ondersteuning

149

pagina's

16

hoofdstukken

26

extra praktijktools

De volledige inhoud in één oogopslag

- | | |
|--|------------------------------------|
| 1 Gedrag is communicatie | 9 Bijten, slaan en duwen |
| 2 Waarom grenzen nodig zijn | 10 Omgaan met druk gedrag |
| 3 Prikkel en overbelasting | 11 Spel en zelfstandigheid |
| 4 Rust, ritme en voorspelbaarheid | 12 Co-regulatie en emoties |
| 5 Wennen en afscheid | 13 Communicatie met ouders |
| 6 Slapen in de opvang | 14 Samenwerken als team |
| 7 Eetmomenten | 15 Zelfzorg en draagkracht |
| 8 Driftbuien begeleiden | 16 Duidelijke teamafspraken |

Extra in de bundel

- 5 observatiefiches
- 5 reflectiepagina's
- 10 praktijkkaarten
- 6 uitgewerkte casussen

Niet alleen lezen, maar echt gebruiken

Kies wat vandaag past bij jouw kind, groep, team of opleiding

Op de werkvloer

Sla de bundel open bij een concrete situatie. Gebruik een praktijkkaart als snelle houvast of vul een observatiefiche in om verder te kijken dan het zichtbare gedrag.

Tijdens teamoverleg

Bespreek een casus, vergelijk reacties en maak samen heldere afspraken. Zo groeit een gedeelde visie die kinderen én collega's meer voorspelbaarheid geeft.

Voor persoonlijke groei

Gebruik de reflectiepagina's om stil te staan bij je eigen spanning, draagkracht en manier van reageren. Niet om perfect te zijn, maar om bewust te blijven groeien.

In opleiding of stage

Verbind theorie met herkenbare situaties. Studenten oefenen observeren, behoeften onderzoeken, begrenzen, communiceren en reflecteren over professioneel handelen.

Geen vaste regels of perfecte oplossingen - wel richting, taal en houvast.

Geboren op de werkvloer

Meer dan twintig jaar kinderopvang vertaald naar haalbare praktijk

Nathalie Blanckaert ontwikkelde deze werkbundel vanuit dagelijkse ervaring met jonge kinderen, ouders en teams. De aanpak sluit aan bij actuele inzichten rond sensitieve responsiviteit, co-regulatie, welbevinden, betrokkenheid, autonomie en duidelijke grenzen.

De rode draad

- | | | |
|---|-------------------|--|
| 1 | Kijken | Wat zie ik feitelijk gebeuren? |
| 2 | Verbinden | Hoe bied ik veiligheid en erkenning? |
| 3 | Begrenzen | Welke duidelijke grens is nodig? |
| 4 | Begeleiden | Wat helpt dit kind om verder te groeien? |

De bundel biedt pedagogische handvatten en vervangt geen individueel advies, diagnostiek, geldende regelgeving of het beleid van de eigen organisatie. Elke mogelijke verklaring voor gedrag blijft een hypothese die zorgvuldig geobserveerd en afgestemd wordt.

Menselijk, haalbaar en meteen herkenbaar voor de praktijk.

Hoofdstuk 1 – Gedrag is communicatie

Alles begint bij het begrijpen van gedrag.

Voor we gedrag kunnen begeleiden, corrigeren of bijsturen, moeten we eerst proberen begrijpen wat een kind ons eigenlijk wil vertellen.

Jonge kinderen beschikken nog niet over de vaardigheden om gevoelens, spanningen of behoeften onder woorden te brengen. Ze voelen vaak veel, maar weten zelf nog niet precies wat er gebeurt in hun lichaam of hoofd — laat staan hoe ze daarmee moeten omgaan. Daarom uiten kinderen zich via gedrag.

Een kind dat bijt, doet dat meestal niet zomaar. Een kind dat schreeuwt, boos reageert of voortdurend aandacht vraagt, probeert vaak iets duidelijk te maken.

Gedrag is zelden “slecht gedrag”. Het is communicatie.

Daarom is observeren één van de belangrijkste taken binnen de kinderopvang. Niet alleen kijken naar wat een kind doet, maar vooral proberen begrijpen waarom het gebeurt.

Wat schuilt er achter het gedrag?

- Is het kind moe?
- Voelt het zich overprikkeld?
- Wordt het vaak lastiggevalen door andere kinderen?
- Heeft het moeite om aandacht te delen?
- Is er thuis veel spanning?
- Is er een broertje of zusje geboren?
- Mist het verbinding of voorspelbaarheid?
- Voelt het zich onveilig of onzeker?

Al deze factoren kunnen invloed hebben op gedrag.

Jonge kinderen reageren vaak impulsief. Ze beschikken nog niet over voldoende emotieregulatie of impulscontrole. Wanneer gevoelens te groot worden, zoeken ze een manier om spanning kwijt te raken. Dat gebeurt soms via huilen, boos worden, slaan, duwen, bijten of terugtrekken.

Dat betekent niet dat alles zomaar mag.

Maar wel dat gedrag eerst begrepen moet worden vóór het begrensd kan worden.

En net daar speel jij als begeleider een belangrijke rol.

Kinderen hebben volwassenen nodig die:

- rust bewaren
- emoties helpen benoemen
- nabij blijven
- veiligheid bieden
- grenzen duidelijk maken

Wanneer een kind boos is, help je door woorden te geven aan wat je ziet:

“Ik zie dat je boos bent.”

“Dat was niet fijn voor jou.”

“Je wilde dat speelgoed graag hebben.”

Door gevoelens te benoemen, voelt een kind zich gezien en begrepen. Dat helpt om spanning te laten zakken.

Tegelijk is het belangrijk om duidelijk te blijven over gedrag:

“Boos zijn mag, maar slaan mag niet.”

“We doen elkaar geen pijn.”

“Ik ga je helpen.”

Op die manier leert een kind stap voor stap:

- gevoelens herkennen
- gevoelens benoemen
- gevoelens reguleren
- op een veilige manier omgaan met emoties

Verbindend begeleiden betekent dus niet dat alles mag. Het betekent dat je gedrag begeleidt vanuit rust, duidelijkheid en nabijheid.

Hoe veiliger een kind zich voelt, hoe minder hard gedrag hoeft te spreken.

Hoofdstuk 8 – Driftbuien begeleiden: autonomie, grenzen en verbinding

Rond de leeftijd van twee jaar komen veel kinderen terecht in een ontwikkelingsfase die vaak de peuterpuberteit genoemd wordt. Hoewel die term soms zwaar klinkt, gaat het om een normaal en belangrijk ontwikkelingsproces.

In deze fase staat autonomie centraal:

- zelf doen
- zelf kiezen
- zelf beslissen
- invloed uitoefenen op de omgeving

Peuters ontdekken dat hun gedrag reacties uitlokt en dat ze niet langer volledig afhankelijk zijn van volwassenen. Dat zorgt voor groei, maar ook voor frustratie. Want hoewel een peuter veel wil, kan hij nog lang niet alles wat hij voelt, denkt of verlangt verwerken en reguleren.

De hersenen van jonge kinderen zijn nog volop in ontwikkeling. Het deel dat verantwoordelijk is voor impulscontrole, emotieregulatie en het overzien van gevolgen — de executieve functies — is nog niet rijp. Daarom reageren peuters vaak:

- impulsief
- intens
- snel gefrustreerd
- luid of explosief

Een driftbui is dan ook meestal geen bewuste manipulatie of “slecht gedrag”. Het is vaak een kind dat overspoeld wordt door emoties en nog niet weet hoe daarmee om te gaan.

Een peuter wil meestal niet tegenwerken.
Hij wil meewerken op zijn manier.

Driftbuien begrijpen

Driftbuien ontstaan vaak op momenten waarop:

- een grens wordt gesteld
- iets niet mag
- een overgang moeilijk verloopt
- een kind moe of overprikkeld is
- autonomie botst op een beperking
- spanning zich heeft opgebouwd

Voor jonge kinderen voelen emoties vaak enorm groot aan. Wanneer spanning oploopt, neemt emotie het over van denken. Op zo'n moment heeft uitleg geven meestal weinig effect. Een kind kan op dat moment nog niet logisch nadenken of redeneren.

Wat een peuter dan vooral nodig heeft, is:

- veiligheid
- rust
- nabijheid
- duidelijke grenzen

Autonomie binnen duidelijke grenzen

Ook tijdens driftbuien blijft autonomie belangrijk. Peuters hebben nood aan inspraak, maar evenzeer aan duidelijke begrenzing.

Te veel vrijheid maakt onzeker.

Te weinig ruimte roept verzet op.

Daarom helpt het om keuzes aan te bieden binnen een duidelijke grens.

Dat betekent:

- de begeleider bewaakt de grens
- het kind krijgt beperkte keuzevrijheid

Bijvoorbeeld:

Een peuter weigert om mee op te ruimen.

De grens blijft:

“Het is tijd om op te ruimen.”

Hoofdstuk 12 – Co-regulatie: kinderen lenen jouw rust

Jonge kinderen kunnen hun emoties nog niet zelfstandig reguleren. Wanneer een peuter boos, verdrietig, bang of overprikkeld is, neemt emotie het vaak volledig over. Op zulke momenten heeft een kind een volwassene nodig die helpt om opnieuw rust en veiligheid te vinden.

Dat noemen we co-regulatie.

Co-regulatie betekent dat een kind tijdelijk mee leunt op het zenuwstelsel van een rustige volwassene. Het kind “leent” als het ware jouw rust, jouw veiligheid en jouw kalmte om opnieuw spanning te laten zakken.

Daarom is jouw aanwezigheid als begeleider zo belangrijk.

Eerst reguleren, daarna corrigeren

Wanneer een kind overspoeld wordt door emoties, heeft corrigeren vaak weinig effect. Een peuter die volledig in boosheid, verdriet of spanning zit, kan op dat moment nog niet logisch nadenken of luisteren naar lange uitleg.

Toch reageren volwassenen vaak automatisch met:

- corrigeren
- uitleggen
- discussiëren
- straffen
- veel praten

Maar een kind in stress leert op dat moment niet.

Eerst moet het lichaam opnieuw veiligheid voelen.

Daarom geldt:
eerst reguleren, daarna corrigeren.

Dat betekent:

- eerst rust brengen
- veiligheid bieden
- spanning helpen zakken
- nabij blijven

Pas daarna kan een kind opnieuw openstaan voor:

- uitleg
- grenzen
- alternatieven
- leren

Kinderen voelen jouw spanning

Jonge kinderen zijn enorm gevoelig voor de emoties van volwassenen. Ze voelen vaak sneller spanning aan dan woorden.

Wanneer een begeleider:

- gehaast reageert
- boos wordt
- roept
- zichtbaar gespannen is

neemt het stressniveau van het kind vaak verder toe.

Omgekeerd werkt rust ook regulerend.

Een rustige begeleider helpt het zenuwstelsel van het kind om opnieuw veiligheid te ervaren.

Dat betekent niet dat je als begeleider nooit stress of frustratie mag voelen. Wel dat het belangrijk is om bewust stil te staan bij wat je uitstraalt.

Vraag jezelf regelmatig af:

- Hoe klinkt mijn stem?
- Hoe snel beweeg ik?
- Straal ik rust uit?
- Breng ik veiligheid of extra spanning?

Hoofdstuk 14 – Samenwerken als team

Een sterke kinderopvang begint bij een sterk team.

Hoe goed een visie ook uitgewerkt is, uiteindelijk zijn het de mensen op de werkvloer die elke dag opnieuw zorgen voor veiligheid, rust en verbinding bij kinderen en ouders.

Daarom draait kwaliteitsvolle opvang niet alleen om kinderen begeleiden, maar ook om hoe begeleiders samenwerken met elkaar.

Samenwerken als team is één van de belangrijkste fundamenten binnen een opvangwerking.

Veiligheid en structuur binnen het team

Net zoals jonge kinderen nood hebben aan veiligheid, duidelijkheid en voorspelbaarheid, hebben ook begeleiders die basis nodig om goed te kunnen functioneren.

Een team waarin:

- afspraken duidelijk zijn
- verwachtingen helder zijn
- communicatie open verloopt
- structuur aanwezig is
- gevoelens bespreekbaar zijn

zorgt vaak voor meer rust op de werkvloer.

Wanneer begeleiders zich veilig voelen binnen een team, ontstaat er meer:

- vertrouwen
- betrokkenheid
- zelfstandigheid
- motivatie
- zelfontplooiing

Veiligheid binnen een team betekent niet dat iedereen altijd hetzelfde denkt of voelt. Integendeel.

De rol van de leidinggevende

Leidinggeven binnen de kinderopvang draait niet alleen om organiseren of controleren. Een sterke leidinggevende creëert een omgeving waarin:

- veiligheid centraal staat
- structuur duidelijk is
- communicatie open blijft
- begeleiders zich mogen ontwikkelen

Dat vraagt:

- duidelijke verwachtingen
- voorspelbare communicatie
- nabijheid
- vertrouwen
- consequentie

Net zoals bij kinderen werkt ook binnen een team de combinatie van verbinding én begrenzing het sterkst.

Wanneer begeleiders weten:

- wat verwacht wordt
- waar de grenzen liggen
- dat gevoelens bespreekbaar zijn
- dat ze ondersteund worden

ontstaat er meer rust en zelfvertrouwen op de werkvloer.

Samen groeien

Samenwerken als team betekent samen blijven groeien. Geen enkele begeleider hoeft alles perfect te doen of alles alleen te dragen.

Een sterk team:

- ondersteunt elkaar
- leert van elkaar
- stuurt bij waar nodig
- blijft communiceren
- blijft verbinden

Tips om mee te nemen – Zelfzorg en stress bij begeleiders

- Goed zorgen voor anderen begint bij goed zorgen voor jezelf.
- Stress heeft invloed op hoe je reageert op kinderen en collega's.
- Overbelasting tijdig herkennen is belangrijk.
- Gevoelens mogen benoemd worden.
- Ook begeleiders mogen boosheid of frustratie ervaren.
- Praat over stress met collega's of leidinggevenden.
- Veiligheid ontstaat wanneer gevoelens bespreekbaar zijn.
- Leidinggevenden spelen een belangrijke ondersteunende rol.
- Kleine rustmomenten kunnen veel verschil maken.
- Grenzen aangeven is professioneel.
- Perfectie bestaat niet.
- Kindvrije momenten helpen ontprikkelen.
- Mentale rust bij begeleiders brengt rust in de groep.
- Samen zoeken naar oplossingen versterkt het team.

OBSERVATIEFICHE



BIJTEN, SLAAN EN DUWEN/CONFLICTEN



Datum



Naam kind



Leeftijd



1. Wat gebeurde er?

- | | |
|--|--|
| ☐ Bijten | ☐ Boos reageren |
| ☐ Slaan | ☐ Spanning in groep |
| ☐ Duwen | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Speelgoedconflict | |



2. Wat ging eraan vooraf?

- | | |
|---|--|
| ☐ Speelgoed afgepakt | ☐ Grenzen afdalen |
| ☐ Moedheid | ☐ Geen woorden vinden |
| ☐ Overprikkeling | ☐ Spanningen in groep |
| ☐ Frustratie | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Aandacht zoeken | |



3. Hoe werd gereageerd?

- | | |
|--|--|
| ☐ Veiligheid eerst | ☐ Alternatief gedrag aangeboden |
| ☐ Gedrag bevestigd | ☐ Conflict bevestigd |
| ☐ Emoties benoemd | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Naligheid geboden | |



4. Welke alternatieven werden aangeboden?

- | | |
|---|---|
| ☐ "Zeg stop." | ☐ Anders plek zoeken |
| ☐ "Kom hulp vragen." | ☐ Ademhalen/rustmoment |
| ☐ Samen oplossing zoeken | ☐ Anders: _____ |



5. Wat hielp om rust terug te brengen?



6. Concrete vervolgafspraken



BELANGRIJK OM TE ONTHOUDEN



Bijten, slaan en duwen zijn vaak communicatie.



Achter gedrag schuilt meestal spanning of frustratie.



Begrenzen zonder te straffen.



Benoem emoties in leer alternatief gedrag aan.



Veiligheid en verbinding gaan samen.



Kinderen leren sociaal gedrag stap voor stap.



SAMEN BOUWEN WE AAN EEN VEILIGE GROEP WAAR IEDER KIND ZICH GEZIEN EN GEHOORD VOELT.



REFLECTIEPAGINA

ZELFZORG EN DRAAGKRACHT



1 HOE VOEL IK MIJ MOMENTEEL OP DE WERKVLOER?

- | | | |
|---------------------------------------|--|--|
| ☐ Rustig | ☐ Gestrest | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Vermoeid | ☐ Verbonden | |
| ☐ Overprikkeld | ☐ Emotioneel uitgeput | |
| ☐ Gemotiveerd | | |



2 WELKE SITUATIES KOSTEN MIJ MOMENTEEL HET MEESTE ENERGIE?



3 WELKE SIGNALEN MERK IK BIJ MIZELF?

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Sneller gekritiseerd | ☐ Emotioneel reageren | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Minder geluld | ☐ Vermoeidheid | |
| ☐ Moeite met ontspannen | ☐ Terugslaan aan mezelf | |
| ☐ Piekeren | | |



4 WAT HELPT MIJ OM TERUG RUST TE VINDEN?

- | | | |
|---|--------------------------------------|--|
| ☐ Pauze nemen | ☐ Tijd alleen | ☐ Anders: _____ |
| ☐ Beweging | ☐ Structuur | |
| ☐ Praten met collega's | ☐ Ademruimte | |



5 WAT HEB IK MOMENTEEL NOOIG?



6 WELKE CONCRETE STAP KAN IK VANDAAG ZETTEN?



NOTITIES



PRAKTIJKKAART



DRIFTBUI BEGELEIDEN



Emoties mogen er zijn.
Jij biedt veiligheid.



1



BLIJF RUSTIG

- niet roepen
- niet discussiëren
- weinig woorden



Jouw rust
helpt het kind
rustiger worden

SELANGRIJK



Driftbuien
hebben bij
de ontwikkeling.

2



BENDEM GEVOELENS

- "Ik zie dat je boos bent."
- "Dat is moeilijk."
- Geef woorden aan wat je ziet.



Gevoelens
erkennen helpt
het kind zich
begrepen voelen.



Emoties
mogen
bestaan.

3



BEWAAK DE GRENS

- "Ik ben zijn mag."
- "Pijn doen mag niet."
- Wees duidelijk en kort.



Duidelijke grenzen
geven veiligheid,
zelfs in moeilijke
momenten.



Verbinden
en begrenzen
brengen
veiligheid.

4



BIED NABIJHEID

- blijf beschikbaar
- geef veiligheid
- forceer geen oplossing



Jouw nabijheid
is de basis om te
kunnen herstellen.



Jouw rust
is het grootste
geschenk.

5



BEGELEID ACHTERAF

- zoek samen alternatief gedrag
- besroom wat helpt
- denk vooruit: wat kan de volgende keer helpen?



Leren gebeurt
in verbinding,
niet tijdens
de storm.



ACHTER ELKE DRIFTBUI ZIT EEN KIND DAT ZICH VAN BINNEN NIET OKÉ VOELT.
JOUW RUST, NABIJHEID EN LIEFDE HELPEN HET WEER TOT ZICHZELF TE KOMEN.



KLAAR OM MET MEER RUST TE BEGELEIDEN?

Je hoeft het niet altijd ter plekke uit te vinden

Neem er een kader, concrete woorden en praktische stappen bij.

€ 34,95

Verbindend Begeleiden in de kinderopvang

149 pagina's praktische ondersteuning

16 hoofdstukken + 26 extra praktijktools

Voor jezelf, je team en de kinderen die je begeleidt

Verkrijgbaar via Het Bengeltje Coaching

Omdat jonge kinderen geen perfecte begeleiders nodig hebben,
maar veilige volwassenen die blijven kijken, verbinden en groeien.

Dit inkijkexemplaar is uitsluitend bedoeld ter beoordeling van de werkbundel.