









## **PBS-matrix met waarden & gedragsverwachtingen voor thuis: een voorbeeld!**

In ieder gezin gelden andere waarden, afspraken en regels, of zoals we bij PBS zeggen: gedragsverwachtingen. Dat maakt ieder gezin ook uniek en mooi! Van ouders horen wij terug dat deze afgelopen corona-tijd vraagt om aangescherpte waarden en gedragsverwachtingen. Immers: hoe duidelijker wij zijn naar onze kinderen over wat wij van hen verwachten, hoe makkelijker het voor onze kinderen wordt om aan die verwachting te voldoen.

Ter inspiratie voor alle ouders sturen we deze matrix met waarden en gedragsverwachtingen voor thuis. Misschien zitten er gedragsverwachtingen tussen die u voor uw gezin behulpzaam vindt? En misschien zitten er ook gedragsverwachtingen tussen die voor uw gezin niet van toepassing zijn. Pas de matrix gerust aan, zodat deze ondersteunend is voor uw gezin.

Reminder: een heldere gedragsverwachting is positief geformuleerd, concreet, eenduidig, kort & bondig 😊.

	Ochtend	Maaltijden	Huiswerk maken	Naar bed gaan	Thuis spelen	Buiten spelen	Altijd
							
Verantwoordelijkheid	Ga naar het toilet Poets je tanden Maak je bed op Kleed je aan	Ruim je vaat op na het eten Help met eten voorbereiden Help met het dekken van de tafel Help met afruimen	Maak een planning in je agenda Leg je schoolspullen klaar	Ga naar het toilet Poets je tanden Ga douchen Doe je pyjama aan Lees ter ontspanning	Wees zuinig op je spullen (speelgoed, spelletjes, elektronische spullen) en ruim ze op	Houd 1,5 meter afstand Wees zuinig op je spullen (fiets, bal, ander buitenspeelgoed)	Geef elkaar het goede voorbeeld Luister naar de volwassenen in huis
Respect	Praat met zachte stem totdat iedereen wakker is Zeg goedemorgen Zit op tijd klaar	Eet met bestek Eet met gesloten mond Doe mee met de gesprekken en luister wanneer een ander spreekt Wees beleefd (zeg alsjeblieft en dankjewel) Proef al het eten	Werk op een stille plek Houd je aan de planning Maak al je (huis)werk	Praat met zachte stem Zeg welterusten	Speel samen (om de beurt), nodig huisgenoten uit Ruim op en houdt het netjes Zet de tv of computer uit wanneer je klaar bent met spelen Gebruik een binnenstem	Speel samen (om de beurt), nodig anderen uit Ruim op en houdt het netjes	Vraag het aan een ander als je iets wilt Wees vriendelijk voor elkaar Geef elkaar complimenten
Veiligheid	Blijf binnen	Was je handen voordat je gaat eten Zit op je stoel Houdt de stoelpoten op de grond	Ruim je spullen op wanneer je klaar bent	Ruim op voordat je gaat slapen Je bed is om in te slapen	Luister naar volwassenen om te weten welke spellen, filmpjes en tv-programma's oké zijn om te kijken Gebruik je speelgoed waarvoor het bedoeld is Houd handen en voeten bij jezelf	Laat een volwassene weten waar je gaat spelen en waar je bent. Blijf in de buurt van je huis Kijk goed uit bij oversteken (links, rechts, links) Zorg voor passende kleding - Draag een helm (bij skaten of skateboard) Was je handen als je weer binnenkomt.	Zorg voor elkaar