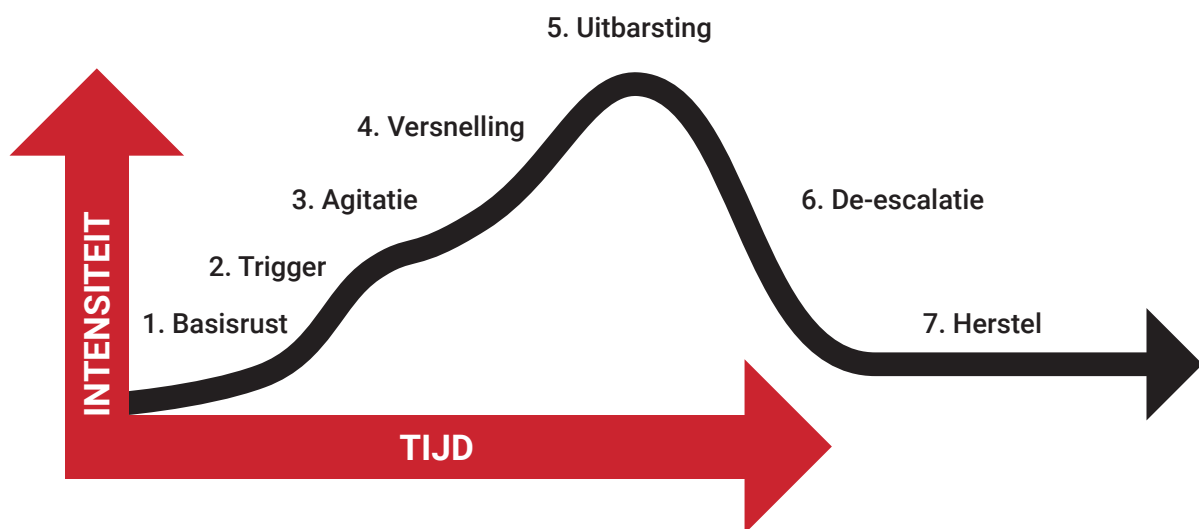


# DO'S EN DON'TS BIJ UITDAGEND GEDRAG

Emotionele uitbarstingen van leerlingen in je klas of van anderen kunnen jouw eigen emoties raken. Je voelt je machteloos, heel verdrietig en/of onzeker, waardoor het lastig kan zijn om op een goede manier te reageren op dit gedrag. Onderstaande 'acting-out curve' (Calvin, 2004) kan je hierbij helpen, dit schema laat zien hoe uitbarstingen van emotie volgens een bepaald patroon verlopen. Dit geldt voor de emoties van leerlingen of anderen, maar natuurlijk ook voor die van jezelf.

## DE FASES VAN ACTING-OUT GEDRAG



Elke fase vraagt om een andere reactie om de emotie te helpen reguleren. Kijk naar de do's en don'ts per fase van de 'acting-out curve' in het schema op de volgende pagina:

•  
Bepaal in welke fase van de curve de leerling/ander zit (linker kolom) door naar het gedrag van de leerling te kijken (middelste kolom)

•  
Bekijk wat je wel/niet moet doen (rechter kolom) en bepaal wat al dan niet passend is bij de situatie en deze leerling/persoon, maar ook bij jou

Fasen	Gedrag leerling	Wat wel/ niet doen
1. Basisrust	Werkt aan taak Coöperatief Geen spanningen zichtbaar	Goed onderwijs d.m.v. preventie op niveau 1
2. Trigger	Een prikkel die de basisrust verstoort <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indirect: gebeurtenissen en ervaringen die in de loop der tijd zijn opgebouwd</li> <li>• Direct: kan van alles zijn, is soms niet waar te nemen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triggers voor zijn door leerlingen bij binnenkomst te begroeten. Signaleren en korte gesprekjes aanknopen.</li> <li>• Alert op patronen (uitlokkers en in stand houdende factoren)</li> <li>• Nabijheid zoeken</li> <li>• Samen met leerling triggers inventariseren en bespreken hoe hij hiermee kan omgaan</li> <li>• Niet opmerken/ ingrijpen kan leiden tot agitatie</li> </ul>
3. Agitatie	Ongerichtheid Actief gedrag: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Onrustige handen en ogen</li> <li>• Wispelturig gedrag</li> <li>• Geen concentratie</li> </ul> Passief gedrag: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Staren, dagdromen</li> <li>• Geen oogcontact</li> <li>• 1 woordzinnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trigger identificeren en neutraliseren</li> <li>• Indien dit vaker voorkomt bij een leerling: maatregelen passend bij de onderwijsbehoefte</li> <li>• Afleiden</li> <li>• Niet praten over problemen</li> <li>• Scheiden van de trigger</li> <li>• (H)erkennen van de emotie-empathie tonen</li> <li>• Alternatief gedrag suggereren</li> </ul> <i>Rust behouden, kalm blijven en respect tonen</i>
4. Versnelling	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vijandigheid in taal en lichaamshouding</li> <li>• Provoceren</li> <li>• Zeuren</li> <li>• Schelden</li> <li>• Werk weigeren</li> </ul>	<i>Rust behouden, kalm blijven en respect tonen</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preventiegesprek tijdens rustig moment</li> <li>• Herinneren aan gedragsverwachting of regels</li> <li>• Rustig praten</li> <li>• Gepaste afstand houden</li> <li>• Contact verbreken</li> <li>• Bekrachtigen gewenst gedrag</li> <li>• Keuze geven</li> </ul>
5. Uitbarsting	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Naar buiten of binnen gekeerd gedrag</li> <li>• Willen ontvluchten situatie</li> <li>• Remmingssystemen zijn ontregeld; gevaar voor zichzelf of omgeving</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vooraf plan klaar hebben</li> <li>• Hulp halen</li> <li>• Praten is zinloos</li> <li>• Minimaal 2 armlengtes afstand houden</li> <li>• Face tot face vermijden, rustig bewegen</li> <li>• Niet te lang oogcontact</li> <li>• Inlevend en geïnteresseerd kijken</li> <li>• Stevig staan of zitten en rustig ademhalen</li> </ul> <i>Rust behouden, kalm blijven en respect tonen</i>
6. De-escalatie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdwaasd</li> <li>• Nabijheid zoeken</li> <li>• Gebrek aan focus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geen gesprek aangaan</li> <li>• Afzonderen en toezicht houden</li> <li>• Kort en zakelijk blijven</li> <li>• Taken met een herhaling</li> </ul>
7. Herstel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact zoeken</li> <li>• Coöperatie</li> <li>• Stabiele emoties, rust</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuele taken</li> <li>• De-briefing</li> <li>• Consequentie uitvoeren</li> <li>• Plan maken om nieuwe escalatie te voorkomen</li> </ul>

## Bronnen:

- Calvin, G. (2004). *Managing the cycle of acting-out behavior in the classroom*. Behavior Associates.  
van Overveld, K. (2021). *Groepsplan gedrag*. Pica.