



Wat te doen bij een woede uitbarsting van een kind in de klas

Kunnen ze er iets aan doen?

Nee, ze kunnen er niets aan doen. De extreme woede uitbarstingen zijn vaak een gevolg van overprikkeling, overvraagd worden of een te vol hoofd. Een leerling benoemde het bij mij ooit als 'error' in zijn hoofd

Niet doen:

- De discussie op dat moment aangaan. Niet op dit moment je gelijk willen halen, dat komt later als een gesprek weer mogelijk is.
- Het kind een stressbal of iets dergelijks geven. De boosheid zal op dat moment sterker worden.
- Aan het kind trekken of het kind vastpakken. Geef het kind even de ruimte voor een cooldown. Bij een extreme woede uitbarsting kan beter een collega de rest van de klas even meenemen dan dat je het kind uit de klas laat halen. Dit escaleert juist. En kan voor de andere kinderen angstig zijn.

Wat je wel kan doen en het natuurlijk nog voordat alles escaleert:

Zeg dat je samen de boosheid of agressie gaat loslaten

- Zeg rustig tegen het kind diep in en langzaam weer uit adem te halen. Doe dit zeker 5 keer samen.
- Vraag het kind de ogen te sluiten en tel samen langzaam van 1 tot 20
- vraag het kind vervolgens even een rustig plekje te zoeken om even te tekenen of een boek te lezen. Spreek samen een time-out plek af.
- Gebruik een woedemeter waarop het kind voor de woedebui escaleert kan aangeven dat hij of zij overprikkeld raakt.
- Bespreek naderhand in alle rust waar het kind zo boos en overprikkeld op reageerde. Zo wordt een nieuwe uitbarsting voorkomen en ontstaat er vertrouwen van het kind in de volwassene.
- Een erg fijn hulpmiddel is hierbij het boek "teken je gesprek over gedrag" en "haal de grrrr uit agressie"

Besef dat het kind de uitbarsting net zo erg en naar vindt en zich er vaak ook achteraf heel erg om schaamt

