

Inzicht krijgen in het gestelde gedrag is zowel voor de leerkracht als voor de leerling zelf van belang. De ABC-methode kan hiervoor een mogelijk instrument zijn. Met deze methode wordt in een gesprek tussen de leerling en de leerkracht (of leerlingenbegeleider) het incident in de klas of elders als in een vertraagde film overgedaan. Daarbij zijn de volgende drie fasen telkens van belang om in die achteruitkijkspiegel te vatten:

- A**ntecedenten: wat gebeurde er vooraf, wat was de aanleiding, de prikkel?
- B**ehaviour (gedrag): denken – doen – voelen (wat dacht je, wat deed je, wat voelde je daarbij);
- C**onsequenties: positieve gevolgen (afreageren, ...), negatieve gevolgen (straf, pijn, materiële schade, ...) en het vermijden van iets negatiefs (beloning).

Het is immers belangrijk om naast het **gedrag** van de leerling ook op het niveau van **emoties** en **cognities** invloed uit te oefenen.

Joris raakt door zijn impulsiviteit weer eens betrokken bij een handgemeen op de speelplaats. Het T-shirt van zijn strijdmaker is gescheurd en zal hij dus ten dele moeten vergoeden. Gedurende drie middagpauzes (onaangenaam gevolg) worden samen met hem ABC-schema's (inzicht) gemaakt.

A: aanleiding	B: denken-doen-voelen	C: gevolgen positief/negatief
<i>"Ik was samen met Steven aan het voetballen toen Bart naar mij kwam gelopen en ik dacht dat hij mij ging duwen. Ik nam hem vast en ineens was zijn T-shirt gescheurd. Het was per ongeluk. Ik kon er echt niets aan doen. Hij is begonnen."</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- denken: <i>"Bart gaat mijn bal weer afpakken"</i></li> <li>- voelen: <i>"Ik voelde me kwaad worden"</i></li> <li>- doen: <i>"Ik nam Bart vast bij zijn arm en trok aan zijn T-shirt"</i></li> </ul>	<i>"Alle andere kinderen werden kwaad op mij. Toen moest ik naar de meester gaan die ook kwaad was. Nu mag ik drie keer tijdens de middag niet gaan spelen en moet ik dit papier invullen."</i>

Wat uit het ABC-schema komt, zijn aanknopingspunten voor de aanpak van het probleemgedrag. Daarbij kan men werken op drie niveaus (in het voorbeeld van Joris):

- (A) **de situatie:** Joris mag voorlopig alleen onder toezicht met Bart spelen;
- (B) **denken, doen en voelen:** eigenlijk wil Bart gewoon mee voetballen en moet het spel even stilgelegd worden om hem bij een ploeg in te delen;
- (C) **de gevolgen:** telkens als Joris – in de plaats van dadelijk te reageren – eerst vraagt wat Bart of een andere leerling wil, krijgt hij een compliment van de leerkracht.



## Reflectie voor het team

### ABC-schema

Leren werken met deze ABC-schema's vraagt enige training. Je kunt ook de jongeren zelf stelselmatig trainen in het toepassen van deze schema's, het best *'in vivo'*, door te visualiseren en in 'het echt' opnieuw te spelen. Dit kan op drie verschillende niveaus:

- 1 De vertraagde herhaling. Zoals hierboven beschreven, zo gedetailleerd mogelijk de feiten overlopen (zo kunnen ze precies zien waar het probleem eigenlijk begonnen is, en komen ze makkelijker op ideetjes hoe het terug op te lossen).
- 2 Het schema opnieuw overlopen, vanuit het gezichtspunt van de andere, het 'slachtoffer', de leerkracht. Dit is werken aan het vergroten van het *empathisch vermogen*. De acceptatie ontstaat door deze 'video'-sequentie met de jongere door te nemen.
- 3 Hoe had je het kunnen vermijden? Wat moeten we dan doen/denken/voelen? Welke gevolgen zou dat dan geven?