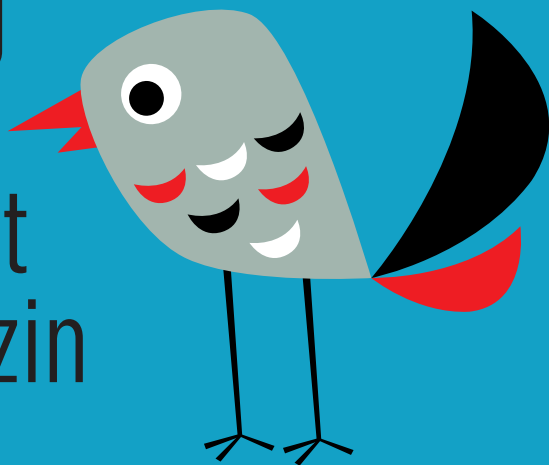


De Gordon
Methode

Luisteren naar kinderen

Van contact naar
verbinding
binnen

het
gezin



KOSM • S

Dr. Thomas Gordon

Dr. Thomas Gordon

DE GORDONMETHODE®

Luisteren naar kinderen

Dé methode voor overleg in het gezin

Geheel herziene editie

KOSM • S

Inhoud

Voorwoord	11
1. Ouders krijgen commentaar als kinderen ontsporen	13
2. Ouders zijn ook maar mensen	21
Het begrip acceptatie	22
Ouders mogen en zullen ook inconsequent zijn	26
Ouders hoeven geen gesloten front te vormen	27
Schijnacceptatie	27
Kun je een kind accepteren ongeacht zijn gedrag?	30
Onze definitie van ouders die ook echt <i>mens</i> zijn	31
Van wie is het probleem?	31
3. Zo luisteren dat kinderen met u willen praten: de taal van acceptatie	36
De kracht van acceptatietaal	37
Laten merken dat je het kind accepteert	39
Non-verbaal overbrengen van acceptatie	40
Niet ingrijpen om aan te geven dat je het kind accepteert	40
Passief luisteren om aan te geven dat je het kind accepteert	42
Verbaal overbrengen van acceptatie	43
De twaalf communicatieblokkades	48
Eenvoudige methoden om de deur open te zetten	50
Actief luisteren	51
Waarom zouden ouders willen leren actief te luisteren?	57
Voorwaarden om actief te kunnen luisteren	59
Het risico van actief luisteren	60
4. Actief luisteren in de praktijk	61
Wanneer is het probleem van het kind?	61
Hoe ouders actief luisteren in praktijk kunnen brengen	66
Wanneer besluit een ouder tot actief luisteren?	72

De meest voorkomende fouten bij actief luisteren	75
Actief luisteren op het verkeerde moment	82
5. Hoe te luisteren naar jonge kinderen?	84
Kenmerken van baby's	84
De behoeften en problemen van baby's aanvoelen	85
Actief luisteren naar baby's om hen te helpen	86
Geef het kind de kans zelf zijn behoeften te vervullen	88
6. Wanneer luisteren kinderen naar hun ouders?	90
Wanneer de ouders een probleem hebben	91
Kinderen aanspreken op een manier die geen effect heeft	94
Kinderen effectief confronteren met hun gedrag	95
De essentiële onderdelen van een confronterende ik-boodschap	101
Waarom ik-boodschappen veel meer effect hebben	104
7. De ik-boodschap in de praktijk	107
De verborgen jij-boodschap	107
Accentueer het negatieve niet	108
Onvolledige ik-boodschappen	109
Het topje van de ijsberg is boosheid	110
Wat effectieve ik-boodschappen kunnen bewerkstelligen	113
Non-verbale ik-boodschappen aan heel jonge kinderen	115
Problemen met ik-boodschappen	116
Andere toepassingen van ik-boodschappen	118
8. Onaanvaardbaar gedrag veranderen door de omgeving te veranderen	123
De omgeving verrijken	123
De omgeving verarmen	124
De leefruimte van het kind uitbreiden	124
De leefruimte van het kind beperken	125
De omgeving vereenvoudigen	125
Een alternatieve activiteit aanbieden	125
Het kind voorbereiden op verandering in zijn omgeving	126
Organiseer met oudere kinderen zoveel mogelijk van tevoren	126
9. Onvermijdelijke conflicten tussen ouder en kind: wie wint er?	129
De machtsstrijd tussen ouder en kind	131
De twee win-verliesbenaderingen	133
Waarom methode I niet doeltreffend is	134

Waarom methode II niet doeltreffend is	137
Nog meer problemen die verbonden zijn met methode I en II	138
10. Is machtsgebruik door ouders nodig en rechtvaardig?	141
Wat is gezag?	141
Ernstige beperkingen van ouderlijke macht	144
Er komt onvermijdelijk een eind aan de macht van de ouders	145
Puberteitsperikelen	146
Opvoeding door uitoefening van macht vereist strikte regels	146
De gevolgen van machtsgebruik voor het kind	148
Macht en gezag wat beter bekeken	156
11. De geen-verliesmethode voor het oplossen van conflicten	162
Waarom methode III zo effectief is	167
12. Enkele vragen van ouders over de geen-verliesmethode	180
Methode III gezien als zwakheid van de ouders	180
Kunnen groepen beslissingen nemen?	183
Methode III kost veel tijd	184
Hebben ouders niet het recht om methode I te gebruiken omdat ze verstandiger zijn?	186
Werkt methode III ook bij kleine kinderen?	187
Moet methode I niet soms toch gebruikt worden?	189
Zal het kind zijn respect voor mij niet verliezen?	191
13. De geen-verliesmethode in de praktijk	194
Hoe te beginnen	194
De zes fasen van de geen-verliesmethode	194
De noodzaak van actief luisteren en ik-boodschappen geven	199
De eerste pogingen met de geen-verliesmethode	200
Problemen waarmee ouders te maken krijgen	201
De geen-verliesmethode bij conflicten tussen kinderen	206
Wanneer beide ouders betrokken zijn bij de conflicten met hun kinderen	210
Kunnen we alle drie de methoden tegelijk gebruiken?	213
Kan de geen-verliesmethode ook mislukken?	214
14. De ouder-kindrelatie en omgaan met waarden	216
Wat wordt precies bedoeld met waarden?	217
Waardebotsingen oplossen met methode I?	218

Recht op zelfbeschikking	219
Waardebotsingen oplossen met methode II?	219
Waardebotsingen oplossen met methode III?	221
Beïnvloedingsmogelijkheden bij waardebotsingen	226
15. Hoe ouders conflicten kunnen voorkomen door zelf te veranderen	227
Kunt u uzelf meer gaan accepteren?	228
Wiens kinderen zijn het eigenlijk?	229
Houdt u echt van kinderen of alleen maar van een bepaald soort kinderen?	230
Zijn uw waarden en overtuigingen de enige ware?	231
Leeft u uitsluitend voor uw kinderen?	232
Kunnen ouders hun houding veranderen?	233
Mijn relaties met kinderen	235
Aanhangsel	237
1. Oefening: luisteren naar gevoelens	237
2. Oefening: niet-effectieve boodschappen herkennen	242
3. Oefening: ik-boodschappen	245
4. De twaalf blokkades in de communicatie	248

Voorwoord

Geen enkele ouder kiest ervoor om met problemen in de opvoeding te maken te krijgen en toch gebeurt dit ouders vaker dan ze lief is. Er valt bijna elke dag op de televisie wel een programma over opvoeden te bekijken. Veelal gaat dit over gezinnen die vastgelopen zijn. Het betreft onder andere drukke kinderen of ontspoorde jongeren met stoornissen of moeilijk gedrag. Ook op internet zijn er veel sites te vinden die gaan over allerlei soorten problemen zoals kinderen van gescheiden ouders of getraumatiseerde kinderen. Ouders zoeken hulp en hebben veel vragen, ook als het gaat om de alledaagse opvoeding. Wat mag ik van mijn kinderen eisen en wat moet ik ze toestaan? Er is een maatschappelijk debat gaande over hoe kinderen en jongeren het best algemeen aanvaarde normen en waarden bijgebracht kunnen worden om ontsporingen te voorkomen.

Dr. Thomas Gordon heeft een model ontwikkeld om ouders te ondersteunen bij alle dagelijkse opvoedingsvragen. Dit model bleek problemen te kunnen voorkómen. Het model richt zich op de communicatie. De relatie tussen ouders en kinderen kan verbeterd worden door op een speciale manier met problemen van kinderen om te gaan, door als ouder duidelijke grenzen te stellen, door op een constructieve wijze conflicten op te lossen en door effectieve waardenoverdracht. Deze methode bevordert de harmonie in het gezin waarbij het kind de kans krijgt zich te ontwikkelen tot een gezonde persoonlijkheid met zijn eigen unieke talenten en karakter zonder dat de ouders eraan onderdoor gaan. Als relaties in gezinnen democratischer worden met respect voor ieders rol en betekenis in het gezin, ontstaat er een groter gevoel van gezondheid, geluk en welzijn. Mensen hebben het nodig zich te kunnen uitdrukken, zich geaccepteerd te weten en inspraak te hebben bij besluiten die hen aangaan en zo kunnen ze meer zelfvertrouwen en zelfrespect ontwikkelen.

Het model van Thomas Gordon blijkt breed toepasbaar, niet alleen in het gezin maar ook op school en op het werk. Hij schreef hier boeken over, maar ontwikkelde ook cursussen. De cursus voor ouders is geïntroduceerd

in 43 landen. In Nederland heeft de Stichting Nederlandse Effectiviteits Trainingen (NET) deze cursus onder de naam Effectief Omgaan met Kinderen inmiddels aan 44.000 mensen gegeven. Nog eens 11.000 mensen volgden andere Gordon-cursussen bij de Stichting NET.

Het boek voor ouders, *Parent Effectiveness Training*, is inmiddels in dertig talen vertaald en er zijn internationaal meer dan vier miljoen exemplaren van verkocht. Van de Nederlandse vertaling, *Luisteren naar kinderen*, die nu in een geheel herziene editie voor u ligt, zijn al meer dan 35.000 exemplaren verkocht. Gordons andere boeken zijn al door meer dan 20.000 mensen aangeschaft.

De door Gordon geïntroduceerde termen als ik-boodschappen, actief luisteren en de geen-verliesmethode voor conflicthantering zijn algemeen bekend en worden ook gebruikt bij andere opvoedingsmethoden, in het onderwijs en in managementtrainingen.

Thomas Gordon overleed in 2002 op 82-jarige leeftijd. Vanuit Amerika wordt zijn werk voortgezet door zijn vrouw Linda Adams, die leiding geeft aan het concern Gordon Training International (GTI).

In Nederland heeft de Stichting Nederlandse Effectiviteits Trainingen (NET) de verantwoordelijkheid voor verspreiding van de communicatievaardigheden door opleiding en coaching van trainers, bewerken en verkoop van materiaal, en voorlichting. De visie waar de Stichting NET voor staat, is het toekomstbeeld dat alle mensen onderling vanuit hun besef van medemenselijkheid positief en respectvol met elkaar communiceren, met als gevolg dat zij wederzijdse eerbied en respect bereiken, het zelfbeeld en de autonomie van anderen en zichzelf versterken en waarden en normen tot verantwoordelijk burgerschap overdragen.

Het volgen van de opleiding en het lezen van het boek kan uw leven veranderen. Het heeft mij veel inzicht gegeven in mijn eigen functioneren als ouder en in mijn werk. De communicatievaardigheden zijn voor mij zeer waardevol gebleken en ze hebben een grote invloed gehad op mijn relaties. Ik hoop dat dit voor u ook kan gaan gelden na het lezen van *Luisteren naar kinderen*. Ik beveel dit boek van harte bij u aan.

Drs. Ineke van Herwerden-Eendebak,
gz-psycholoog/kinder- en jeugdspecialist
bestuurslid Stichting NET

1

Ouders krijgen commentaar als kinderen ontsporen

Ouders krijgen vaak commentaar als hun kinderen moeilijkheden geven thuis, op school of in de maatschappij. Steeds meer kinderen, jongeren en volwassenen kampen met emotionele problemen, raken verslaafd of depressief, of ontwikkelen een disharmonische persoonlijkheidsstructuur.

Wanneer kinderen ontsporen wordt er vaak met een beschuldigende vinger naar de ouders gewezen.

Maar wie helpt nou die ouders? Hoeveel moeite wordt er gedaan om hen te helpen hun kinderen beter groot te brengen? Waar kunnen ouders leren wat ze fout doen en wat ze op een andere manier zouden kunnen doen?

Ieder jaar nemen miljoenen nieuwbakken vaders en moeders een taak op zich die behoort tot de moeilijkste die men maar kan hebben. Door een kind te krijgen, een mensje dat vrijwel geheel hulpeloos is, nemen ze de volle verantwoordelijkheid op zich voor zijn lichamelijke en geestelijke gezondheid en voor zijn opvoeding tot een productieve, coöperatieve burger met eigen inbreng. Er is geen baan die moeilijker of veeleisender is.

Maar hoeveel ouders zijn daar nou werkelijk voor *opgeleid*? Welke beroepsopleiding is er voor ouders? Waar kunnen ze kennis vergaren en de bekwaamheden verkrijgen om hun werk goed te doen?

Er zijn inmiddels diverse projecten voor hulp aan ouders met opvoedproblematiek, maar dat was niet zo in het begin. In 1962 besloot ik een cursus te ontwikkelen voor ouders in Pasadena, Californië. Deze cursus was bedoeld om ouders die al problemen hadden met hun kinderen, inzicht te geven in wat er tussen ouders en kinderen speelt en ik nodigde een paar ouders uit mee te doen.

Nu, zoveel jaar later, is de cursus aan meer dan 1,5 miljoen ouders gegeven. De cursus Effectief Omgaan met Kinderen blijkt ouders vaardigheden te kunnen leren om op een effectievere manier hun kinderen groot te brengen. Het is in de loop der tijd vooral een preventieve cursus geworden, een cursus ter voorkoming van problemen. Met dit programma kun-

nen ouders specifieke vaardigheden verwerven om de communicatielijnen tussen hen en de kinderen naar beide kanten toe open te houden. En ze kunnen een nieuwe methode leren om conflicten tussen ouders op te lossen, waardoor de relatie sterker in plaats van slechter wordt.

De cursus Effectief Omgaan met Kinderen stimuleert wederzijds respect tussen ouders en kinderen, waardoor een warme relatie kan ontstaan.

Er is zelfs gebleken dat een generatiekloof niet hoeft te bestaan in het gezin.

Adolescenten komen namelijk *niet in opstand tegen hun ouders*, ze rebelleren alleen tegen bepaalde destructieve disciplinaire maatregelen die vrijwel algemeen door ouders worden toegepast. Opstandigheid en onenigheid in het gezin kunnen uitzondering worden in plaats van regel als ouders leren een nieuwe methode in te voeren om conflicten tot een oplossing te brengen.

Het effectief-ouderschapprogramma heeft ook een nieuw licht geworpen op de toepassing van straf bij het opvoeden van kinderen. Vele ouders hebben ons bewezen dat men voor altijd kan afzien van straf als disciplinaire maatregel voor kinderen – en ik bedoel echt *alle soorten straf*, niet alleen slaan. Ouders kunnen kinderen grootbrengen die verantwoordelijkheidsgevoel, zelfdiscipline en solidariteitsgevoel hebben zonder dat ze daarbij het wapen van de angst nodig hebben. Ze kunnen leren hun kinderen zo te beïnvloeden dat deze zich gedragen uit echte consideratie voor de behoeften van hun ouders en niet uit angst voor straf en het intrekken van bepaalde rechten.

Lijkt dit u te mooi om waar te zijn? Waarschijnlijk wel. Maar ouders hebben aangetoond hoezeer ze in staat zijn te veranderen, als ze maar de gelegenheid krijgen nieuwe dingen over opvoeden te leren. Ouders hebben het vermogen om nieuwe vaardigheden aan te leren en hun houding te veranderen. Al deze ouders wilden graag een nieuwe benadering van de opvoeding leren, maar eerst moesten ze ervan overtuigd worden dat deze nieuwe methode effect heeft. De meeste lezers zullen al weten dat hun oude methoden soms niet werkten. Dit cursusprogramma heeft aangetoond dat u veranderen kunt.

Een ander resultaat van het cursusprogramma was voor ons ook zeer de moeite waard. We hebben ouders ook vaardigheden aangeboden die gewoonlijk door therapeuten worden gebruikt voor kinderen met zeer on-aangepast gedrag. Hoe moeilijk het sommige ouders ook in de oren mag klinken, het is gebleken dat ouders deze vaardigheden kunnen leren en dat ze tevens kunnen leren hoe en wanneer deze effectief aan te wenden om hun eigen kinderen te helpen.

Tijdens de ontwikkeling van het programma kwam naar voren dat ouders van tegenwoordig bijna algemeen vasthouden aan dezelfde methoden voor het opvoeden van kinderen en het behandelen van problemen in hun

gezin als door hun eigen ouders, hun grootouders en overgrootouders werden gebruikt. In tegenstelling tot vrijwel alle andere maatschappelijke veranderingen schijnt de ouder-kindrelatie onveranderd te zijn gebleven. Ouders bedienen zich soms van zeer ouderwetse methoden in de opvoeding.

Niet dat de mens geen nieuwe kennis heeft gekregen over menselijke relaties. Integendeel, door de psychologie, door de kennis over de ontwikkeling van het kind en andere gedragswetenschappen is er een indrukwekkende hoeveelheid nieuwe kennis bijeengebracht over kinderen, ouders, intermenselijke relaties, over hoe men een ander kan helpen in zijn ontwikkeling en hoe men voor mensen een gezond geestelijk klimaat kan scheppen. Er is veel bekend over effectieve communicatie van mens tot mens, over wat macht kan doen in de relatie tussen mensen, over het oplossen van conflicten op een opbouwende manier enzovoort.

Gelukkig dat er tegenwoordig meer aandacht wordt besteed aan opvoedkundige zaken, zowel in tijdschriften en boeken als op de televisie. Maar zelfs de ouders die zulke informatie opnemen, gaven er tijdens de cursus *Effectief Omgaan met Kinderen* weinig blijk van dat ze hun houding in belangrijke mate hebben veranderd, *vooral niet wat betreft hun aanpak van gedragsproblemen of het oplossen van conflicten tussen ouders en kind*.

Dit boek bevat een meeromvattende filosofie voor wat er nodig is om een effectieve, warme relatie met een kind tot stand te brengen en te handhaven, ongeacht de omstandigheden.

Ouders kunnen uit dit boek niet alleen methoden en vaardigheden leren, maar ook wanneer en waarom ze gebruikt kunnen worden en voor welk doel. Net als in de cursussen krijgen de ouders een *volledig programma* – met zowel de grondbeginselen als de technische toepassingen. Ouders hebben recht op het hele verhaal, alles wat bekend is over het opzetten van effectieve relaties tussen de ouders en hun kind, waarbij allereerst aan bod komt wat er gebeurt in alle relaties tussen twee mensen. Ouders zullen dan begrijpen waarom ze deze nieuwe methode willen toepassen en wat het resultaat zal zijn. Ouders krijgen zo een kans zelf deskundig te worden bij het aanpakken van de problemen die onvermijdelijk in alle relaties tussen ouders en kinderen ontstaan.

In dit boek wordt een volledig model van een effectieve ouder-kindrelatie gedetailleerd beschreven en veelvuldig geïllustreerd met materiaal uit de ervaringen met de cursus. De meeste ouders denken dat het een revolutionaire methode is omdat zij zo enorm verschilt van de traditionele methoden. Toch is zij zowel geschikt voor ouders met heel jonge kinderen als voor ouders met kinderen in de puberteit, en ook voor ouders met kinderen met een beperking. In dit boek staat de methode beschreven in termen die iedereen kent, niet in vakjargon.

Aangezien de lezers hun moeilijkheden niet aan een cursusleider kunnen

vertellen, zijn hier een paar vragen en antwoorden die in het begin nuttig kunnen zijn:

Vraag: Kan ik als ouder met deze methode ook mijn waarden en normen overdragen?

Antwoord: Jazeker. Er is een apart hoofdstuk over hoe men als ouder zijn of haar belangrijke waarden kan voordoen en hoe het kind te beïnvloeden om deze waarden over te nemen.

Vraag: Kan de ene ouder van een gezin deze benadering met succes toepassen als de andere vasthoudt aan de oude methode?

Antwoord: Ja en nee. Als slechts een van beide ouders de nieuwe benadering gaat volgen, zal er zeker een verbetering optreden in zijn of haar relatie met de kinderen. Maar de relatie tussen de andere ouder en de kinderen kan er slechter door worden. Het is daarom veel beter dat beide ouders de nieuwe methode leren. Bovendien, als beide ouders samen deze nieuwe benadering proberen aan te leren, kunnen ze elkaar hierbij goed helpen.

Vraag: Zullen de ouders hun invloed op de kinderen verliezen met deze nieuwe benadering? Moeten ze afzien van hun verantwoordelijkheid om leiding en richting te geven aan het leven van hun kinderen?

Antwoord: Tijdens het lezen van de eerste hoofdstukken krijgen de ouders misschien deze indruk. In een boek kan men een systeem alleen maar stap voor stap uitleggen. De eerste hoofdstukken gaan over de vraag hoe men kinderen kan helpen hun *eigen oplossingen* te vinden voor problemen die *zij zelf ontmoeten*. In deze situatie zal de rol van een effectieve ouder anders lijken: veel passiever en minder sturend dan ouders gewend zijn.

De latere hoofdstukken gaan echter over de mogelijkheden om on-aangepast gedrag van kinderen te veranderen en hoe ze ertoe kunnen worden gebracht rekening te houden met uw behoeften als ouders. Voor deze situaties bestaan zeer specifieke manieren en kunt u als ouder zelfs verantwoordelijker zijn en meer invloed hebben dan u nu hebt.

Net als de cursus Effectief Omgaan met Kinderen, reikt dit boek voor ouders en andere opvoeders een vrij gemakkelijk aan te leren methode aan om kinderen aan te moedigen de verantwoordelijkheid te dragen voor het vinden van hun eigen oplossingen voor hun eigen problemen. Het illustreert tevens hoe ouders die methode thuis direct kunnen toepassen. Ouders die deze methode – die actief luisteren genoemd wordt – aanleren, kunnen misschien hetzelfde ervaren wat andere ouders hebben beschreven:

'Het is zo'n opluchting voor me niet meer het idee te hebben dat ik op alle problemen van mijn kinderen een antwoord moet weten.'

'Door de cursus Effectief Omgaan met Kinderen ben ik de vaardigheden van mijn kinderen om hun eigen problemen op te lossen veel meer gaan waarderen.'

'Ik was perplex over de werking van het actief luisteren. Mijn kinderen vonden oplossingen voor hun problemen die vaak veel beter waren dan enige oplossing die ik hun had kunnen geven.'

'Ik voelde me altijd verantwoordelijk voor alle problemen van mijn kinderen. Ik vond dat niet prettig. Ook niet omdat ik vond dat ik moest weten wat mijn kinderen zouden moeten doen als ze problemen hadden. En dat legde een druk op mij.'

Helaas komt het nog steeds voor dat kinderen (jong én oud) hun ouders afschrijven, en voorzover het de kinderen betreft was daar alle reden voor. Hier volgen enkele opmerkingen van pubers.

'Mijn ouders snappen niets van kinderen van mijn leeftijd.'

'Ik heb er een hekel aan om naar huis te gaan, want ik krijg toch iedere avond weer op mijn kop.'

'Ik vertel nooit iets aan mijn ouders. Ze begrijpen me toch niet.'

'Ik wou dat mijn ouders mij met rust lieten.'

'Ik ga zo gauw mogelijk het huis uit. Ik kan het niet uitstaan dat ze me altijd overal over aan mijn hoofd zeuren.'

De ouders van deze kinderen weten gewoonlijk heel goed dat ze hebben afgedaan als ouders, hetgeen blijkt uit de volgende verklaringen die tijdens onze cursussen gegeven werden:

'Ik heb geen enkele invloed meer op mijn zestienjarige zoon.'

'We hebben wat Simone betreft de moed maar opgegeven.'

'Tim wil nooit samen met ons eten en hij zegt bijna nooit iets tegen ons. En nu wil hij een kamer hebben in de garage.'

'Mark is nooit thuis. En hij vertelt ons nooit waar hij heen gaat of wat hij doet. Als ik het hem wel eens vraag, zegt hij dat het me niets aangaat.'

Het is tragisch dat wat een van de vertrouwelijkste en meest bevredigende relaties in ons leven zou kunnen zijn, vaak zo slecht is. Waarom gaan zoveel adolescenten hun ouders toch als vijand beschouwen? Waarom bestaan er nog steeds gezinnen met een generatiekloof? Waarom zijn in onze samenleving de ouders en de jeugd letterlijk met elkaar in strijd?

Hoofdstuk 14 behandelt deze vragen en laat zien waarom het voor kinderen niet nodig is te rebelleren en in opstand te komen tegen hun ouders.

Actief luisteren is wel revolutionair, maar lokt geen revolutie uit. Het is eerder een methode die de ouders kan helpen te vermijden dat ze afgeschreven worden, een methode die oorlog in het gezin voorkomt en ouders en kinderen eerder dichter bij elkaar brengt dan in groepen tegenover elkaar als vijandig gezinde tegenstanders.

Ouders die misschien eerst geneigd zijn deze methode af te wijzen als te zachtzinnig, kunnen wellicht gemotiveerd worden haar te bestuderen door het volgende fragment te lezen uit een verhaal van een vader en moeder nadat ze de cursus Effectief Omgaan met Kinderen hadden gevolgd:

'Wim was toen hij zestien was ons grootste probleem. Hij was van ons vreemd. Hij deed precies waar hij zin in had en gedroeg zich volkomen onverantwoordelijk. Hij kreeg zijn eerste slechte cijfers op school. Hij kwam als hij uit was geweest nooit op de afgesproken tijd thuis en had dan smoesjes als lekke banden, horloges die stilstonden, bruggen die open waren, en dergelijke. We bespioneerden hem en hij bleek tegen ons te liegen. We gaven hem huisarrest en trokken zijn zakgeld in. Onze gesprekken bestonden uitsluitend uit beschuldigingen. Alles zonder enig resultaat. Op een keer, na een vreselijke ruzie, gooide hij zich op de vloer en schopte, schreeuwde en gilte dat hij er gek van werd. Toen schreven we ons in voor de Gordoncursus Effectief Omgaan met Kinderen. Er kwam niet van de ene op de andere dag verandering in... We hadden ons nooit zo'n eenheid gevoeld, zo'n warm en liefhebbend gezin dat veel om elkaar geeft. Dat gebeurde pas toen we onze attitudes en waarden helemaal veranderd hadden. Dat nieuwe idee dat je een individu bent - een helemaal op zichzelf staand mens, die zijn eigen waarden wel tot uitdrukking brengt maar ze niet aan een ander opdringt en een goed voorbeeld is - dat was het keerpunt. Onze invloed was veel groter... In plaats van dat hij opstandig was, woedeaanvallen had en het op school slecht deed, veranderde Wim in een open, vriendelijk en liefhebbend mens die zijn ouders "de twee mensen met wie ik het het beste kan vinden" noemde... Hij behoort eindelijk weer tot het gezin... Ik heb een relatie met hem die ik nooit voor mogelijk had gehouden, vol liefde, vertrouwen en onafhankelijkheid. Hij is innerlijk sterk gemotiveerd en als wij beiden dat ook zijn, gaat alles naar wens in ons gezin.'

Vergelijk dit verhaal eens met het onderstaande citaat van een zestienjarige jongen die met een afstandelijke houding het volgende vertelde:

'Ik hoef thuis niets te doen. Waarom zou ik? Het is de plicht van mijn ouders om voor mij te zorgen. Dat moeten ze volgens de wet. Ik heb er toch niet om gevraagd geboren te worden? Zolang ik minderjarig ben moeten ze me eten en kleding geven. En ik hoef helemaal niets te doen. Ik ben helemaal niet verplicht om te doen wat zij willen.'

Toen ik dit hoorde, dacht ik: ‘Wat voor mensen brengen we ter wereld als we toestaan dat kinderen opgroeien met de houding dat de wereld hen zoveel verschuldigd is, zelfs al geven ze er zo weinig voor terug? Wat voor burgers sturen ouders de wereld in? Wat voor samenleving zullen deze egoïstische mensen vormen?’

Ouders kunnen bijna zonder uitzondering ruwweg in drie categorieën worden ingedeeld: de ‘winnaars’, de ‘verliezers’ en de mensen die nu eens winnen en dan weer verliezen. Ouders uit de eerste groep verdedigen met kracht en rechtvaardigen met overtuiging hun recht macht uit te oefenen over hun kind. Ze geloven in het vaststellen van beperkingen, het stellen van grenzen, het eisen van bepaald gedrag, het geven van bevelen en het verwachten van gehoorzaamheid. Ze dreigen met strafmaatregelen om het kind zover te brengen dat het gehoorzaamt en ze geven ook straf wanneer het kind niet gehoorzaamt. Als er conflicten ontstaan tussen de behoeften van de ouders en die van het kind, lossen deze *ouders het conflict altijd zo op dat de ouders het winnen en het kind verliest*. Over het algemeen beredeneren deze ouders hun ‘winnen’ met stereotiepe ideeën als: ‘Ik ben de baas in huis’, ‘Het is voor zijn eigen bestwil’, of: ‘Kinderen hebben nu eenmaal ouderlijk gezag nodig.’

De tweede groep ouders, wat minder in getal dan de ‘winnaars’, staat hun kinderen meestal erg veel vrijheden toe. Ze stellen bewust geen grenzen en geven toe dat ze het niet eens zijn met autoritaire methoden. Als er conflicten ontstaan tussen de behoeften van ouders en die van het kind, is het bijna altijd zo dat *het kind wint en de ouders verliezen*, omdat deze ouders de behoeften van een kind niet willen frustreren of omdat ze niet in staat zijn grenzen te stellen.

De grootste groep ouders bestaat waarschijnlijk uit degenen die het onmogelijk vinden om consequent een van beide bovengenoemde benaderingen te volgen. Als gevolg daarvan, omdat ze tot een ‘verstandig mengsel’ proberen te komen, slingeren ze heen en weer tussen strengheid en meegaandheid, onbuigzaam zijn en gemakkelijk, beperkend en toegeeflijk zijn, winnen en verliezen. Een moeder vertelde ons:

‘Ik probeer mijn kinderen zoveel mogelijk hun gang te laten gaan, tot ze zo vervelend worden dat ik ze niet meer kan uitstaan. Dan heb ik het gevoel dat ik veranderen moet en dan begin ik mijn macht te gebruiken, tot ik zo streng word dat ik mezelf niet meer uit kan staan.’

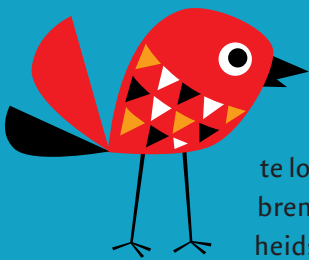
Deze ouders gaven eigenlijk te kennen dat ze behoorden bij de grote groep ouders die nu eens winnen en dan weer verliezen. Dit zijn de ouders die waarschijnlijk het meest in de war en onzeker zijn en van wie de kinderen, zoals we later zullen aantonen, vaker problemen zullen tegenkomen.

Met onze drukke agenda's en de pittige combinatie van werken en zorgen willen we het maximale halen uit de tijd die we met het gezin doorbrengen. Zonder ruzie, in optimale harmonie. Maar het snelle ontbijt – ouders in gedachten al onderweg, kinderen nog slaperig – en de avondmaaltijd – allemaal bijkomend van school of werk – ontaarden vaak in conflicten, ruzie en een kind dat op de gang staat, terwijl het eten koud wordt.

De Gordon-methode laat zien dat het ook anders kan. Uitgangspunt is een goede combinatie binnen het gezin; iedereen luistert naar elkaar, elk gezinslid wordt gerespecteerd en gehoord, maar uiteindelijk houden

de ouders de regie. Niet door autoritair te zijn, maar juist door te luisteren. Het is een methode die werkt bij de peuter die alles zelf wil doen, maar ook bij de puber die zich tegen de ouders afzet.

Door te luisteren en conflicten harmonieus op te lossen, creëren we een liefdevolle gezinssituatie en brengen we onze kinderen effectief verantwoordelijkheidsbesef bij.



Luisteren naar kinderen is een opvoedklassieker waarmee Thomas Gordon wereldberoemd werd. Al vele ouders hebben baat gehad bij zijn methode. Gordon schreef g boeken over zijn methode, die in 28 talen werden vertaald.

‘De Gordon-methode is altijd toepasbaar, waar je maar bent en met wie je maar bent. Tienduizenden mensen in Nederland zijn al getraind door 200 Gordon-trainers. Wereldwijd zijn dat er zelfs meer dan één miljoen.’ – NET

‘Het boek is prettig leesbaar, met name door herkenbare opvoedingssituaties en vele praktijkvoorbeelden.’ – NBD

‘Gordon weet een brug te slaan waarop beide partijen elkaar kunnen ontmoeten, zonder hun gezicht te verliezen.’ – Iederwijs.nl



**KOS
M•S**

NUR 854
Kosmos Uitgevers,
Utrecht / Antwerpen


net
thomas gordon
communicatie
trainingen