

## **Gordon-training voor ouders**

### **Veel praktische handvatten**

Lucielle Praktiek, moeder van Karsten (5) en Laurens (3): 'Ik vond de Gordoncursus ontzettend leuk en nuttig. De acht lessen en de bijbehorende (oefen)boeken hebben me veel praktische handvatten gegeven bij allerlei dagelijkse opvoedkwesties. Door de training ben ik anders naar mijn kinderen gaan kijken. Je leert de echte behoefte van het kind te achterhalen en daar op een juiste manier op in te spelen.

Wat ik zo goed vind, is dat de relatie tussen ouder en kind centraal staat, het draait dus niet alleen om het kind, maar ook om jou als ouder en je eigen mening en gevoelens. Het gaat erom dat je samen een oplossing vindt voor situaties waarbij de een iets anders wil dan de ander. Ik probeer het in praktijk zo veel mogelijk toe te passen. Dat valt niet altijd mee, want je moet goed weten hoe je de dingen moet formuleren en dat moet je je echt eigen maken.

Het was grappig dat ik van een vriendin (zonder kinderen) als feedback kreeg dat ik mijn kinderen zoveel uitleg, zeker als ze iets niet mogen. Het viel haar op dat ik het iets anders probeer te doen dan de andere ouders die zij kent. Het actief luisteren naar kinderen en ze teruggeven wat je denkt te zien of te horen, werkt goed. Ik vind het eigenlijk jammer dat ik de cursus niet iets eerder heb gedaan.'

### **Effectief reageren op het gedrag van je kind**

Nicolette Cleerdin, moeder van Annaïc (2): 'Tevreden en geïnspireerd, zo kijk ik terug op de Gordon-training die Machteld Rietman mij en een aantal andere ouders afgelopen najaar gaf.

Wat we geleerd hebben is moeilijk in een paar regels samen te vatten, want naast theorie hebben we vooral veel vaardigheden geoefend die bruikbaar zijn bij de opvoeding van je kind. Bijvoorbeeld: Hoe luister ik zo naar mijn kind dat ik weet wat het bedoelt en waarom het zich op een bepaalde manier gedraagt. En hoe reageer ik in allerlei situaties effectief op het gedrag van mijn kind.

Het leuke is ook dat eigenlijk alle cursisten al snel merkten dat de Gordon-methode bij hun eigen kinderen ook echt werkt. Dat is natuurlijk heel motiverend.'

De kunst is nu om de methode thuis goed te blijven toepassen. Dan krijg je volgens Thomas Gordon zelfstandige kinderen en zal er sprake zijn van een plezierige relatie tussen ouder en kind en van wederzijds respect. Wie wil dat nou niet?

Dus ouders, als je nog een keer de kans krijgt om een Gordon-training te volgen: het is echt de moeite waard!