

# Liefdevol communiceren met jonge kinderen

Opvoeden volgens de Gordon-methode

Jantine Peters



Herziening van *Kijk, luister en begrijp. Jonge kinderen opvoeden volgens de Gordon-methode* (2011, ISBN 978 90 8850 133 3).

## **Liefdevol communiceren met jonge kinderen**

*Opvoeden volgens de Gordon-methode*

Jantine G. Peters

ISBN 978 90 8850 853 0

NUR 847

© 2018 B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Stbl. 351, zoals gewijzigd bij het besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot Uitgeverij SWP (Postbus 12010, 1100 AA Amsterdam-Zuidoost) te wenden.

# Voorwoord

**Liefdevol communiceren met jonge kinderen** is een boek dat iedere ouder zou moeten lezen. Er spreekt een grote liefde uit voor jonge kinderen en hoe je met hen kunt communiceren. Goed communiceren is heel waardevol en tegelijkertijd niet altijd even gemakkelijk. We denken vaak dat we heel duidelijk communiceren, maar is dit wel zo? Alle opvoeders, zowel professionals als ouders, hebben weleens twijfels en vragen hierbij. Jantine Peters, de auteur van dit boek, laat zien hoe deze communicatie effectiever zou kunnen verlopen met oog voor de behoeften van het kind én de ouder. Zij gebruikt hierbij als basis de theorie van Thomas Gordon.

De door dr. Gordon ontwikkelde methode is een respectvolle communicatiemethode met als doel de relatie tussen opvoeders en kind te verstevigen. Steeds opnieuw blijkt uit onderzoek hoe belangrijk die relatie is voor het welzijn, het zelfvertrouwen en de ontwikkeling van kinderen. Het is zo belangrijk voor de verdere ontwikkeling van het kind om echt te zien wat het kind nodig heeft en welke behoefte hierachter zit. Door actief naar het kind te kijken en te luisteren, leer je geleidelijk aan een beeld te krijgen wie het kind is, met zijn eigen talenten en persoonlijke voorkeuren. En met behulp van vaardigheden als 'ik-taal' en 'actief luisteren' kun je vervolgens goed op het kind inspelen: woorden geven aan zijn gevoelens en je eigen behoeften kenbaar maken. Dit maakt kinderen rustiger en meer ontspannen, wat weer een positieve invloed heeft op hun zelfbeeld. Vervolgens zijn er vaardigheden die je kunt toepassen als er conflicten met je kind zijn. Al deze vaardigheden komen in het boek aan bod.

Voor mij is de essentie in dit boek dat je leert kijken om het kind 'echt te zien'. Een mooie uitspraak uit het boek sluit hierbij aan:

*Je kind heeft het zo nodig dat je naar haar kijkt,  
dat je haar écht ziet en van haar geniet!*

Jantine Peters is geautoriseerd Gordon-trainer en heeft jarenlange ervaring in het begeleiden van ouders en pedagogisch medewerkers die werken met jonge kinderen. Zij heeft in dit boek haar kennis en ervaring gedeeld op een heel toegankelijke manier. Het boek bevat herkenbare voorbeelden van verschillende situaties waarbij steeds duidelijk wordt uitgelegd welke vaardigheden je kunt gebruiken. Hierdoor is het boek toepasbaar voor iedereen die de relatie met zijn jonge kind wil verbeteren en het kind op een positieve manier wil opvoeden.

Ik kan u het boek van harte aanbevelen en wens eenieder veel leesplezier toe.

*Ellen Bout*

Bestuurder Stichting NET

[info@gordoncommunicatie.nl](mailto:info@gordoncommunicatie.nl)

[www.gordontraining.nl](http://www.gordontraining.nl)

# Inhoud

Inleiding 8

Van baby tot kleuter 14

1. Kijk goed naar je kind 26
2. Bied uitdaging en houvast 38
3. Wees duidelijk 52
4. Luister actief 72
5. Stel grenzen 94
6. Schakel over 118
7. Los conflicten samen op 132
8. Geef het goede voorbeeld 150

Notenlijst 170

Begrippenlijst 178

Bijlagen

Bijlage 1: Mogelijke antwoorden bij de oefeningen 183

Bijlage 2: Een lijst met gevoelens 186

Bijlage 3: Een lijst met behoeften 187

De Gordon-methode in Nederland 188

Dankwoord 189

Over de auteur 191





# Inleiding

Mooier zijn ze  
de kinderen  
warmer, aardser  
zó samenvallend met hun lichaam  
zó levend uit één stuk.

Mooier zijn ze  
de kinderen  
glans van ons bestaan  
een belofte

Hans Bouma<sup>1</sup>

In deze inleiding lees je waarom ik dit boek ben gaan schrijven en hoe dit boek is opgezet.

## Beste lezer

Dit boek heb ik geschreven voor iedereen die – in gezinsverband – de zorg heeft voor jonge kinderen, van baby tot de kleuterleeftijd. Vanwege de leesbaarheid heb ik het over jou als ‘ouder’ en over het jonge kind als ‘jouw kind’. Toch wil ik met dit boek meer mensen bereiken dan alleen ouders. Het is nadrukkelijk ook bedoeld voor gast-ouders, pleegouders, grootouders, stiefouders en bonusouders. De kinderen waar het in dit boek over gaat, zijn natuurlijk zowel jongens als meisjes. Daarom zal ik ‘hij/zij’ per hoofdstuk afwisselen.

‘Mooier zijn ze, de kinderen’. Met deze dichtregels startte deze inleiding. Want wat vind ik ze mooi, die jonge kinderen. Zo puur en zo eerlijk. Ze leven zo intens. Iedere keer geniet ik er weer enorm van om naar jonge kinderen te kijken: hoe ze als een kleine onderzoeker zichzelf en de wereld om zich heen ontdekken.

Tegelijkertijd heb ik ervaren dat het niet altijd meevalt om als ouder de zorg voor een jong kind te hebben. Het kost je vaak veel energie. Een baby die veel huilt, een peuter met driftbuien, gebroken nachten. Het is dan niet altijd gemakkelijk om van dat geweldige kind van je te blijven genieten.

## Thomas Gordon

Heel enthousiast ben ik over de methode die dr. Gordon<sup>2</sup> ontwikkelde. Mijn ideaal is dat iedereen die met jonge kinderen omgaat dat vanuit deze zogenoemde Gordon-methode doet. Ik ben ervan overtuigd dat we daarmee de wereld een beetje mooier kunnen maken.

Dr. Thomas Gordon (1918-2002) was een Amerikaanse ontwikkelingspsycholoog die in de jaren zestig in Amerika als hulpverlener veel heeft gewerkt met probleemjongeren. Vanuit deze ervaring heeft hij een training opgezet voor de ouders van deze jongeren. In die training leerde hij de ouders om (beter) met hun kind te communiceren. Dit sloeg zo goed aan dat hij de training heeft aangepast tot een algemene opvoedcursus: Effectief omgaan met kinderen.

In 1970 beschreef Thomas Gordon zijn methode en trainerservaring in *Luisteren naar kinderen*. Dit boek is in veel landen uitgegeven en het is nog steeds een inspiratiebron

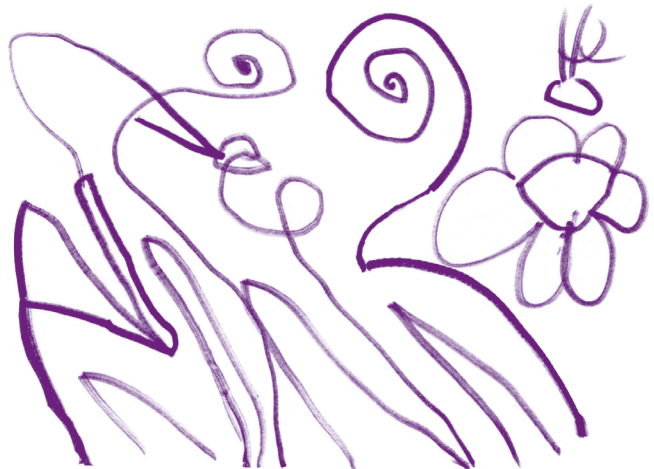


voor veel opvoeders. De training wordt wereldwijd gegeven. In Nederland gebeurt dat sinds 1979 via de Stichting Nederlandse Effectiviteits Trainingen (NET, [www.gordon-training.nl](http://www.gordon-training.nl)). Inmiddels is de Gordon-methode ook verwerkt in trainingen voor professionele opvoeders, jongeren, werknemers in de gezondheidszorg en het bedrijfsleven. Thomas Gordon gaat ervan uit dat je als ouder kunt leren (nog) beter met je kind om te gaan. Daarvoor is het nodig dat je gericht aandacht besteedt aan zowel je eigen gevoelens en behoeften als aan die van je kind. Deze aandacht kun je geven door je manier van praten en je manier van luisteren. Als je praat tegen je kind, praat dan veel vanuit je eigen gevoelens en behoeften. Als je luistert naar je kind, luister dan ook naar zijn (achterliggende) gevoelens en behoeften.

*‘Ieder kind is uniek en iedere situatie is anders.  
Alleen jij kunt samen met je kind bepalen wat je in jullie situatie  
het best kunt doen.’*

Tijdens mijn studie pedagogiek maakte ik kennis met de democratische opvoedingsideeën van Thomas Gordon. Na mijn afstuderen kon ik in mijn werk als pedagoog/directeur van een kinderdagverblijf samen met de leidsters dit ‘positief omgaan met kinderen’ in de praktijk brengen.

Ik kreeg drie kinderen en vond ook als moeder de Gordon-methode zinvol in de omgang met onze kinderen. Daarom heb ik me in 1998 laten opleiden tot erkend Gordon-trainer. Zo kon ik het gedachtegoed in een nog wijdere kring verspreiden. Sindsdien heb ik veel trainingen gegeven, zowel aan ouders als aan pedagogisch medewerkers van kinderdagverblijven en peuterspeelzalen.



## De opzet van dit boek

Na een korte schets van de ontwikkeling van een kind van baby tot kleuter zal ik in acht hoofdstukken stapsgewijs de Gordon-methode uiteenzetten:

- 1 Kijk goed naar je kind.
- 2 Bied uitdaging en houvast.
- 3 Wees duidelijk.
- 4 Luister actief.
- 5 Stel grenzen.
- 6 Schakel over.
- 7 Los conflicten samen op.
- 8 Geef het goede voorbeeld.

Dit boek is vooral een werkboek. Als je je de vaardigheden uit de Gordon-methode echt eigen wilt maken, dan kun je het boek het best in acht periodes lezen. Lees een hoofdstuk en doe de oefeningen die achter in het hoofdstuk staan. Breng de vaardigheden in praktijk. Laat het op je inwerken. Lees het hoofdstuk eventueel nog een keer. Neem de tijd voordat je verder leest.

Je zult in dit boek geen kant-en-klare opvoedingsadviezen vinden. Dat is naar mijn idee ook niet mogelijk. Ieder kind is uniek en iedere situatie is anders. Alleen jij kunt – goed kijkend en luisterend naar je kind – bepalen wat je in jullie situatie het best kunt doen. Ik wens je veel inspiratie toe!



## Bij de tweede druk

Een mens blijft zich ontwikkelen. Zo heb ik mij de afgelopen jaren laten inspireren door de visie van Emmi Pikler. Ik ben ervan onder de indruk geraakt hoe belangrijk het voor een jong kind is om – naast een hechte band met de ouder(s) en andere vaste verzorgers – de tijd en de ruimte te krijgen zelfstandig te bewegen en spelen. Daarom heb ik bij deze tweede druk mijn boek op een paar punten iets aangepast. Tevens heb ik bij de oefeningen en in een paar voorbeelden gastouders, pleegouders, stiefouders en grootouders met name genoemd. Voor de rest is het boek ongewijzigd gebleven. Ik hoop dat het veel ouders en andere verzorgers/opvoeders behulpzaam zal zijn bij het opbouwen en onderhouden van een goede relatie met jonge kinderen, op basis van effectieve communicatie.

*Jantine Peters*





**Van  
baby tot  
kleuter**

## EEN STUKJE ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE 16

- pasgeboren 16
- hechting 17
- in beweging 18
- ikke 19
- goed en kwaad 21
- magisch denken 21
- oog voor de ander 23
- kleuter 24

In dit inleidende hoofdstuk lees je over de ontwikkeling van je kind van baby tot kleuter.

## EEN STUKJE ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

Kijken naar kinderen vind ik boeiend. Zeker in de fase van baby tot kleuter is een kind zo onbevungen nieuwsgierig en leergierig.<sup>3</sup> Door naar een kind te kijken, zie je wat een kind bezighoudt. Toch hoor ik regelmatig van ouders dat ze wel eens momenten hebben waarop ze niets van hun kind begrijpen. Als moeder vond ik het een groot voordeel dat ik kennis had over de ontwikkeling van jonge kinderen. Ik ben ervan overtuigd dat je je kind beter begrijpt als je weet waarom hij bepaald gedrag vertoont. Dit gedrag is vaak te verklaren vanuit de ontwikkelingsfase waarin je kind zit. Daarom begin ik dit boek met een hoofdstuk waarin ik een kort overzicht geef van de ontwikkeling van een gemiddeld kind van nul tot ongeveer zes jaar. Ik beperk me daarbij tot de belangrijkste aspecten uit met name de sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind. Besef wel: het gaat om gemiddelden. Geen enkel kind is gemiddeld. Het is heel normaal als je kind eerder of later is dan het gemiddelde kind. Ieder kind is immers uniek en ontwikkelt zich op zijn eigen manier en in zijn eigen tempo!

### Pasgeboren

Baby Lotte werd na een zeer zware bevalling geboren. Ze heeft de eerste weken van haar leven heel veel gehuild. Ze dreef haar ouders soms bijna tot wanhoop. Pas na drie maanden was het over.

Het valt niet mee om geboren te worden. Na maanden in een zachte, warme baarmoeder wordt je kind door het geboortekanaal geperst of komt het via een keizersnede ineens in een kille, koude wereld terecht met harde geluiden en fel licht. Wat een pijn, wat een schrik, wat een enorme overgang en verandering. Geen wonder dat veel kinderen gaan huilen. Goed voor hun longetjes? In ieder geval goed om te ontladen<sup>4</sup> van deze pijn en schrik, deze grote overgang.



*'Ik ben ervan overtuigd dat je je kind beter begrijpt  
als je weet waarom hij bepaald gedrag vertoont.'*

Voor je baby is huilen een belangrijk communicatiemiddel. Door te huilen kan hij duidelijk maken dat hij een vieze luier heeft, of honger of buikkrampen, of dat hij gewoon dicht bij je wil zijn. Door goed te kijken en te luisteren naar het huilen van je baby, leer je al snel onderscheid te maken tussen het ene huiltje en het andere. Je kunt jouw reactie daar weer op aan passen.

## Hechting

Een pasgeboren baby lijkt heel hulpeloos en afhankelijk. Aan de ene kant is dat ook zo. Toch hebben baby's een enorme overlevingskracht in zich. Zo zijn ze erop ingesteld om contact te maken met mensen. Voor je kind is het belangrijk dat het zich leert hechten aan één of een paar vaste verzorgers. Mensen die reageren op zijn huilen en proberen te begrijpen wat hij daarmee wil zeggen.

Na een week of zes zal je kind je belonen met een glimlach. Als je nog niet verliefd was op je baby, zul je het nu zeker worden! Toch moet ik je teleurstellen: je baby zal ook aan een vreemde zijn liefste glimlach laten zien. Pas met een maand of drie ziet je baby verschil tussen jou en een vreemde. Die vreemde is dan zelfs nog interessanter dan jij.

Als je dagelijks goed contact hebt met je kind en reageert op zijn signalen, zal hij met een maand of acht het liefst bij jou willen zijn. Oma die vorige week nog met enthousiast gekraai werd begroet, heeft kans om nu een huilende en geschrokken baby aan te treffen. Je baby is eenkennig geworden. Hij kan verdrietig worden als jij wegloopt. Dit wordt wel 'scheidingsangst' genoemd.

Jayden (7 mnd.) ligt in de box. Zijn vader is bezig de kamer op te ruimen; tijdschriften op een stapel, kranten bij het oud papier, kopjes naar de keuken. Jayden volgt alle bewegingen van zijn vader. Hij rolt zich op zijn buik om papa nog beter te zien. Als vader uit zijn gezichtsveld verdwijnt, begint Jayden te huilen.

Bij het ene kind verloopt deze fase heftig, bij de ander gaat het bijna geruisloos voorbij. Deze 'eenkennigheidsfase' is van enorm belang voor de persoonlijkheidsontwikkeling van je kind. Je kind laat merken dat hij zich aan je heeft gehecht!

Veel kiekeboe- en verstopspelletjes zijn leuk voor jullie contact en leren je kind dat dingen blijven bestaan, ook als je ze niet ziet.<sup>5</sup> Je kind leert om een beeld vast te houden van een situatie, een voorwerp of een persoon die het op dat moment zelf niet meer ziet. Spelen helpt je kind om kleine en grotere ingrijpende gebeurtenissen in zijn leven te verwerken.

Sophie (9 mnd.) ligt op de verschoontafel. Moeder kleedt haar uit om in bad te gaan. Sophie pakt de pyjamabroek die al uit is en trekt die naar zich toe. De broek valt over haar gezicht. Sophie ligt even stil en trekt de broek dan van haar gezicht. Ze kijkt wat verbaasd naar haar moeder. Moeder zegt: 'Kiekeboe!' en lacht. Sophie lacht nu ook. Ze trekt nogmaals de broek over haar gezicht, trekt hem weer weg en kijkt lachend naar moeder. Die weer zegt: 'Kiekeboe. Nu zie ik je weer!'

## In beweging

Wanneer je kind aan het eind van zijn eerste levensjaar een veilige, hechte band met jou (en enkele andere vaste verzorgers) heeft opgebouwd, heeft hij ook lichamelijk een enorme groei doorgemaakt. Op zijn eerste verjaardag is je kind maar liefst drie keer zo zwaar als bij zijn geboorte. Zijn hersenen zijn ook hard gegroeid. Was het babybrein nog zo'n 350 gram bij de geboorte, met één jaar is dat al 1000 gram. En ter vergelijking: jouw hersenen wegen ongeveer 1200-1400 gram. Je baby leert dat eerste levensjaar zijn lichaam kennen. Liggend op zijn rug zal hij al zijn mogelijkheden gaan ontdekken: rollen naar de zij, naar de buik en weer terug. Vanuit de zijligging komen tot zit, vanuit de buikligging komen tot buikschuiven en kruipen. Als je je baby hier de tijd en ruimte voor geeft, zal hij al deze posities en overgangen tussen deze posities eindeloos oefenen.<sup>6</sup>

Het bijzondere is dat alles met elkaar samenhangt. In de periode van zes tot twaalf maanden ontstaat die hechte band van je baby met jou, gaan zijn hersencellen een recordaantal verbindingen aan én gaat hij al buikschuivend/kruipend de hele kamer





door, op onderzoek uit. Als je baby dan rechtop komt tot zitten en ten slotte rechtop komt tot staan en later tot lopen, dan is hij geen baby meer en al een echte dreumes geworden. Een dreumes die het heerlijk vindt om overal in en op te klimmen en dat ook laat zien met spelmateriaal: van alles verzamelen in manden en bakken en die vervolgens weer leeggooien om ze dan weer te vullen ...

## Ikke

Als je kind zich aan je heeft gehecht, ben jij de veilige basis geworden van waaruit je kind zich verder zal ontwikkelen. Met jou in zijn buurt zal je kind op onderzoek uitgaan.

Dat blijft zo tot ongeveer anderhalf jaar. Jij bent de veilige haven waar je kind steeds weer naar terug wil keren als hij moe of bang is. Hij is enorm gehecht aan jou en van

jou afhankelijk geworden. Maar dan, met zo'n anderhalf jaar, begint langzaam maar zeker het losmakingsproces.<sup>7</sup> Vanaf die tijd word je als ouder uitgedaagd je kind stukje bij beetje meer los te laten en zelfstandigheid te geven. Wel blijf jij natuurlijk een belangrijke basis waar je kind graag op terug wil vallen als het even moeilijk wordt!

Tim (18 mnd.) gaat met papa en mama buiten wandelen. Hij loopt naar de kapstok en wil zijn jas pakken. Het lukt niet meteen. Papa pakt de jas. Tim wordt boos en roept: 'Ikke doen!'

Door intensief met je kind om te gaan, door goed te kijken en te luisteren naar zijn signalen en daar op te reageren, heb je een belangrijk fundament gelegd voor de ontwikkeling van je kind. Je kind raakt aan je gehecht. Baby's denken dat zij één geheel vormen met jou. Ze hebben nog geen weet van 'ik' en 'jij'. Dat besef begint pas te komen vanaf ongeveer anderhalf jaar.

Je kind kan steeds meer dingen zelf, zonder hulp van anderen. Deze ervaringen maken dat het langzaam tot je kind begint door te dringen dat hij zelf iemand is. Iemand die los staat van jou en de andere mensen. Ook de ontwikkeling van de taal helpt daarbij. Je kind leert dat er een woord is dat bij hem hoort. Zijn roepnaam hoort bij hem en niet bij de ander.

Dat je kind zichzelf als een eigen persoon ziet, merk je vaak aan het woordje 'ik'. Zo tussen de tweede en derde verjaardag is dat woordje er meestal. Je kind gaat alles vanuit zijn eigen standpunt bekijken. Hij is erg op zijn eigen behoeften gericht en heeft vooral daar oog voor. Zo kan je kind enorm bezitterig worden – wat het spelen en delen met andere kinderen lastig kan maken.

Ook merk je het vaak aan zijn gedrag tegenover jou of andere belangrijke volwassenen. Je kind kan enorm dwars zijn en overal 'nee' op zeggen. Hij vindt het zo geweldig dat hij heeft ontdekt dat hij een 'ik' is die dingen kan laten gebeuren of juist niet, dat hij daar een tijdje helemaal in door kan slaan. Afhankelijk van het temperament van je kind en de manier waarop je er als ouder op reageert, kan deze fase heftig of nauwelijks merkbaar verlopen.

Deze fase is belangrijk, omdat je kind heeft ontdekt dat hij zelf iemand is. Je zou het de 'onafhankelijkheidsverklaring' van je kind kunnen noemen.