

Gordon-methode schept veilig klimaat

Annelike de Ronde



In het contact met de leerling toetst de leerkracht of hij de leerling goed heeft begrepen

HumanTouchPhoto

Scholen vinden het steeds belangrijker hun leerlingen meer mee te geven dan rekenen en taal. Zij willen kinderen ook bijbrengen hoe ze met anderen, en met zichzelf, om moeten gaan. Van de leerkrachten vraagt dat een heel andere benadering. De methode van dr. Thomas Gordon biedt leerkrachten een handvat. Leerkrachten Marieke Versluis en Christa Lamers van de Klippeholm in Hoofddorp vertellen over hun ervaringen.

Het is een 'gewone' donderdag op een 'gewoon' schoolplein. Kinderen pakken hun fietsen en staan in de rij te wachten tot ze naar de gymzaal gaan. Saskia komt ook aanlopen, ziet nog een gaatje in de rij en wil daar met haar fiets gaan staan. Maar ho, ho, dat mag niet van de anderen. Saskia, niet bepaald de sociaal handigste van de klas, wordt boos en geeft met haar voorwiel een zet tegen een van de fietsen. De eigenaar van de fiets 'pikt' dat niet, gaat naast z'n fiets staan en laat haar luid en duidelijk weten dat ze stom is. Saskia begint te schelden en geeft een schop. De ruzie dreigt verder te escaleren. De juf grijpt in en zet de twee kemphanen achteraan. Mokkend en met boze gezich-

ten doen ze met grote tegenzin uiteindelijk wat ze zegt. Maar hebben ze er iets van geleerd? Weten ze nu hoe je een conflict kunt oplossen? En hebben ze nu geleerd hoe je ook op een andere manier met elkaar zou kunnen omgaan? Steeds meer scholen vinden het belangrijk kinderen deze vaardigheden bij te brengen. Het stimuleren van de sociaal-emotionele ontwikkeling staat hoog op de onderwijsagenda. Sommige scholen hebben daarvoor speciale programma's aangeschaft. Tijdens aparte lessen leren kinderen om naar elkaar te luisteren en te kijken, en ook hun eigen gevoelens te uiten. Ze leren rekening te houden met elkaar, maar ook hoe ze voor

zichzelf kunnen opkomen. Verder komt aan de orde hoe je conflicten kunt oplossen op een voor iedereen aanvaardbare manier.

ACTIEF LUISTEREN

Ook buiten deze speciale uren kunnen leerkrachten kinderen heel veel leren op sociaal-emotioneel gebied. Het begint bij de manier waarop zij zelf de hele dag met de kinderen omgaan. Als zij respect tonen, dan zullen kinderen dat spelenderwijs overnemen. Op het schoolplein kunnen ze kinderen helpen om zelf hun ruzietjes op te lossen voordat ze escaleren.

De methode van dr. Thomas Gordon helpt leerkrachten om op een effectieve manier met

kinderen om te gaan. Zijn trainingen voor leerkrachten zijn al ruim dertig jaar oud. Al in de jaren zestig begon hij met leiderschapstrainingen en oudertrainingen. Hoewel zijn theorie dus helemaal niet nieuw is, blijven zijn ideeën actueel. Zeker in een tijd waarin respect voor elkaar de oplossing lijkt voor veel problemen in onze samenleving en je overal kinderen en volwassenen ziet lopen met oranje armbandjes met de tekst 'Respect2all'. Maar hoe bereik je dat?

Gordon geeft daar antwoord op. Hij gaat ervan uit dat zowel leerkrachten als leerlingen hun behoeften hebben en dat zij alleen een goede relatie met elkaar kunnen opbouwen als beiden rekening houden met elkaars behoeften. En juist die relatie moet er zijn om een onderwijsklimaat te krijgen waarin kinderen goed kunnen leren.

Maar hoe weet je nu wat de behoeften van de ander zijn? Het antwoord lijkt heel simpel: door goed naar elkaar te luisteren. Gordon noemt dit 'actief luisteren'. Actief luisteren gaat verder dan alleen maar je mond houden als iemand anders praat, bevestigend knikken en beamend 'humm'. Een leerkracht die actief luistert brengt het onderliggende gevoel van een leerling zeggend onder woorden en toetst daarmee of hij de leerling inderdaad goed heeft begrepen. De leerkracht oordeelt niet, maar houdt alleen een spiegel voor. Marieke Versluis heeft kortgeleden de Gordon-cursus voor leerkrachten gedaan. Ze geeft les aan groep vijf en zes op 'de Klippeholm' in Hoofddorp, een reguliere katholieke basisschool met ongeveer 330 leerlingen verdeeld over veertien groepen. Zij vindt dat het actief luisteren heel goed werkt: 'Het helpt je om erachter te komen waarom kinderen iets doen. Welke behoefte ze hebben. Als een kind niet mee wil doen, zit daar soms veel meer achter dan dat het gewoon geen zin heeft. Daar kun je dan met elkaar over praten.'

Zij legt uit hoe actief luisteren kinderen kan helpen om hun eigen problemen op te lossen: 'Een jongen bij mij in de klas reageerde heel heftig tijdens het vak wereldoriëntatie. Hij wilde het niet doen en riep 'ik haat het'. Door actief naar hem te luisteren probeerde ik hem er achter te laten komen waar dat heftige gevoel vandaan kwam. Ik gaf hem de kans zijn hart te luchten zonder hem te veroordelen of zelf met een oplossing of een advies te komen. Nadat hij zijn gevoel had geventileerd was de heftigheid eraf en besloot hij verder gewoon mee te doen.' Christa Lamers, onderbouwcollega van Marieke die ook de Gordon-cursus heeft gedaan, voegt daar aan toe: 'Kinderen voelen zich gehoord en dat is al heel belangrijk. We proberen kinderen te leren

hun gevoelens te benoemen. Als je dat kunt, dan begrijp je jezelf ook beter en kun je er iets mee doen.'

Ook in oudergesprekken kan actief luisteren heel belangrijk zijn. Christa: 'Tijdens probleemgesprekken laat ik ouders eerst hun pijn op tafel leggen. Door actief te luisteren haal je de emotie, de angst, eruit. Daarna kun je weer gelijkwaardig met elkaar praten. Uiteindelijk zit je er allebei voor hetzelfde en wil je het beste voor het kind.'

Gordon maakt een heel duidelijk onderscheid tussen mijn probleem en jouw probleem. Iets is mijn probleem als het gedrag van een ander mij belemmert. Als dat niet zo is, dan ligt het probleem bij de ander. Marieke: 'Ik vond het heerlijk om te merken dat niet alles mijn probleem is. Als iets mij niet direct raakt, dan is het het probleem van de kinderen.' Zij herinnert zich hoe een grote jongen zich steeds liet intimideren door een kleinere jongen. De grote jongen had een probleem, dat hij zelf moest leren op te lossen. Marieke probeerde hem daarbij te helpen door zijn gevoel te benoemen. 'Ik vroeg: Voel je je bedreigd? Doordat ik zijn gevoel onder woorden bracht, kregen de jongens allebei in de gaten wat er tussen hen gebeurde. De kleinere wist niet wat zijn gedrag met de ander deed. Ze konden er nu met elkaar over praten en voelden allebei een soort opluchting.'

Volwassenen maken van een probleem van een kind vaak hun eigen probleem en komen direct met oplossingen in plaats van het kind zelf te laten nadenken. Volgens Gordon zitten kinderen meestal helemaal niet op die oplossingen te wachten en staan ze er ook helemaal niet achter. De rol van de leerkracht is volgens hem om kinderen te

Ik-boodschappen

Een ik-boodschap bestaat uit drie delen (maar kan ook uit twee of zelfs één ervan bestaan):

- 1 beschrijving van het gedrag (zonder veroordeling)
- 2 het effect dat het gedrag op mij heeft (gevolg)
- 3 het gevoel dat ik er bij heb

Er zijn verschillende soorten ik-boodschappen:

1 Verklarende ik-boodschap:

'Ik vind dat een heel goed onderwerp om je scriptie over te maken.'

2 Positieve ik-boodschap:

'Ik ben blij dat je de planten hebt water gegeven, want dan kan ik meteen de repetities gaan nakijken.'

3 Antwoordgevende ik-boodschap:

(bijvoorbeeld als een kind vraagt of het even iets buiten de klas mag ophalen)

'Nee, je kunt nu niet weg, want ik wil eerst iets uitleggen.'

of 'Ja, dat is goed want jullie moeten nu toch even zelf werken.'

4 Preventieve ik-boodschap:

'Ik wil morgen gaan werken uit de atlas en we gaan er opdrachten uit maken.'

5 Confronterende ik-boodschap:

'Als je met je voeten in het gangpad zit (beschrijving van het gedrag) dan ben ik bang dat ik er over zal vallen (effect) en me pijn zal doen (gevoel).'

'Als je te laat komt (beschrijving van het gedrag), dan mis je mijn aanwijzingen en dan moet ik extra tijd besteden om je te vertellen wat je moet doen (effect). Daar heb ik meer dan genoeg van (gevoel).'

'Als jij de deur niet op slot doet (beschrijving van het gedrag), dan kunnen er dingen van mij gestolen worden (effect).'

De methode kan ook al bij de kleuters worden toegepast. Dide: 'sorry'



helpen om zelf hun problemen op te lossen. Dat bevordert de groei van kinderen, maakt hen onafhankelijk en geeft hen zelfvertrouwen.

TWEE WINNAARS

Tegenover het actief luisteren staan de 'ik-boodschappen'. Hiermee kun je zelf duidelijk maken wat je wilt. Als een kind in de klas steeds iets komt vragen terwijl de leerkracht een klein groepje kinderen een lastig probleem nog eens apart wil uitleggen, dan kan dat de leerkracht behoorlijk irriteren. Vaak zullen leerkrachten een jij-boodschap uitzenden zoals: 'Wat ben jij irritant bezig. Houd er eens mee op!' Hiermee leggen ze de schuld bij de leerling. De leerling voelt zich aangevallen en wordt boos en opstandig. Ook voelt hij zich slecht en krijgt een negatief gevoel over zichzelf. De leerkracht kan ook kiezen voor een ik-boodschap waarin hij aangeeft waarom het gedrag van de leerling hem stoort. Bijvoorbeeld: 'Als je me onderbreekt, dan kan ik niet goed met dit groepje werken en dat vind ik vervelend.' De leerkracht zegt nu iets over zijn eigen gevoelens en oordeelt niet over de leerling. Het biedt de leerling de kans rekening te houden met de leerkracht en zijn gedrag aan te passen. Maar wat nu als een leerling niet

bereid is zijn gedrag aan te passen? Blijft dan alleen dreigen en straffen over? Christa en Marieke denken van niet. Marieke: 'Straffen heeft totaal geen zin. Het roept agressie op en je krijgt alleen maar een patstelling.' Christa: 'Straffen komt voort uit machteloosheid. Als je straft, dan misbruik je je macht en bouw je ook geen relatie op met elkaar. Je gaat zonder respect met elkaar om en bent niet meer in gesprek. Straf heeft geen opvoedende waarde, maar onderdrukt alleen maar bepaald gedrag. De agressie die een kind voelt komt er dan ergens anders uit, buiten school.' Ook Gordon ziet niets in het gebruik van machtsmiddelen. Als je macht gebruikt, heb je weinig of geen invloed. Het leert kinderen niet om zichzelf verantwoordelijk te voelen. Ze blijven afhankelijk en onvolwassen. Christa en Marieke vinden dat je macht alleen moet gebruiken als kinderen direct gevaar lopen.

Volgens Gordon kan een leerkracht een aantal dingen doen om met onaanvaardbaar gedrag van leerlingen om te gaan: zijn eigen behoeften bijstellen, de omgeving veranderen of proberen het gedrag van de leerling te beïnvloeden. Als de eerste twee mogelijkheden geen optie zijn of niet voldoende tegemoet komen aan de verlangens van de leerkracht, dan moet de leerkracht

proberen het conflict op een andere manier op te lossen. En dat kan volgens Gordon als beide partijen samen zoeken naar een oplossing die voor allebei acceptabel is. Hij noemt dit de 'win-win-methode'. Ook hier spelen ik-boodschappen en actief luisteren de hoofdrol. De leerkracht vertelt in een ik-boodschap waarom bepaald gedrag van een leerling voor hem niet acceptabel is. De leerling reageert hierop en zal zich verdedigen. Door actief te luisteren probeert de leerkracht te ontdekken wat de behoeften van de leerling zijn. Daarna proberen beide partijen oplossingen te bedenken en kiezen uiteindelijk samen een oplossing waarmee ze allebei kunnen leven.

Leerkrachten kunnen de 'win-winmethode' ook toepassen bij conflicten tussen kinderen onderling. Marieke had hier vorig jaar in de bovenbouw veel mee te maken. 'Ik had geen antwoord op het steeds terugkerende geruzie en geschreeuw. Toen ik vorig jaar zelfs op 5 december kinderen uit de wc moest trekken omdat ze daar tegen elkaar zaten te schelden, dacht ik 'ik ga stoppen'. Sinds zij de Gordon-cursus heeft gedaan gaat ze op een andere manier met de onderlinge ruzies om. 'Ik help de kinderen zelf hun conflict op te lossen. Zolang je in de fase van beschuldigen zit, kun je niets. Ik probeer zuiver te stellen wat de een zegt en wat de ander zegt. Het is het probleem van de kinderen en ik ben geen partij, maar bemiddelaar.' Ook Christa past de methode toe bij haar kleuters: 'Ik laat ze allebei hun verhaal vertellen en probeer samen te vatten wat ze erbij voelen. Daarna vraag ik hoe we het samen kunnen oplossen. Dan blijkt dat sorry zeggen vaak al genoeg is en ze daarna weer gewoon met elkaar verder spelen.'

Kinderen blijken heel goed in staat de meest creatieve oplossingen te bedenken. Marieke vertelt dat vorig jaar de aardrijkskundelessen op de vrijdagmiddag niet goed liepen. De kinderen vonden het niet fijn en zichzelf eigenlijk ook niet. Met elkaar zijn ze gaan brainstormen. De kinderen mochten oplossingen aandragen en schreven alle ideeën op het bord.

Daarna zijn ze met elkaar gaan kijken wat de beste oplossing zou zijn. En die bleek eigenlijk heel simpel: aardrijkskunde verschoof naar het ochtendprogramma en de gymles naar de middag. Probleem opgelost en iedereen tevreden.

SOFT

Is de benadering van Gordon niet soft? Marieke: 'Soft wordt vaak verward met je kwetsbaar opstellen. Met ik-boodschappen geef je iets van jezelf bloot en moet je over jezelf nadenken. Maar dat vind ik niet soft. Je kunt heel duidelijk zijn, zonder autoritair te zijn.' Christa merkt dat ze door het gebruik van ik-boodschappen juist steviger in haar schoenen staat en anderen ook meer rekening met haar houden. 'Je komt voor jezelf op. En dat wil ik de kinderen ook leren, zodat ze weerbaar worden.'

Marieke vindt het ook 'heerlijk' dat overleggen mag: 'Sommigen vinden dat maar waterig. Maar je hoeft niet bang te zijn dat je daardoor de controle kwijtraakt.' 'Het is juist heel belangrijk dat een kind zich gehoord voelt,' vult Christa aan. 'Dan krijg je contact met elkaar en zal het ook rekening houden met jouw behoeften.'

In het begin voelen het geven van ik-boodschappen en actief luisteren heel onecht en gekunsteld. Het kost tijd en oefening om het je eigen te maken. Marieke, die al 23 jaar voor de klas staat zegt: 'Je communiceert al jaren op een bepaalde manier en moet die oude patronen weggooien.' Ook Christa, met dertig jaar onderwijservaring, heeft het gevoel dat ze door veel te oefenen steeds een stapje verder komt. Ze merkt dat ze duidelijker overkomt op ouders en teamleden en dat er meer rust in de klas is gekomen. 'Kinderen voelen zich veilig en dat is heel belangrijk voor hun sociaal-emotionele ontwikkeling. De basisschool is dé tijd om daar met de kinderen aan te werken. Hier kunnen ze leren respect te hebben voor elkaar en ook voor zichzelf.'

De auteur is free-lance tekstschrijver.

Informatie

- Christa Lamers en Marieke Versluis
Klippeholm, Hoofddorp,
(023) 5611502
- Gordontraining voor leerkrachten
'Effect!'
Joek Vader (JoeCom Trainingen),
(023) 5442303
www.joecom.nl
- Gordon, Thomas. *Bewust omgaan met kinderen.*
Baarn, Tirion. (Medio 2005 verschijnt een geheel herziene uitgave.)

Vakblad voor leerkrachten primair onderwijs
en studenten Pabo

Ja, ik abonneer mij tot wederopzegging op JSW

Ik wens:

- Een enkelvoudig jaarabonnement van 10 nummers à € 42,-
- Een collectief jaarabonnement van ____ exemplaren*
- Een combinatie-abonnement op JSW en JSW-boek à € 60,-

Naam school*

T.a.v. dhr. mevr. _____

Straat _____

Postcode / plaats _____

Telefoon _____

* Voor collectieve abonnementen geldt één bezorgadres

2 exemplaren, € 58,-

3 en meer exemplaren, per abonnement, € 24,-

Studenten betalen € 25,25 per jaar

Deze bon kunt u ongefrankeerd in een envelop sturen aan:

Perfectgroep

Administratie JSW

Postbus 11.200

3004 EE Rotterdam

Informatief Praktijkgericht Gevarieerd

JSW-lezers zijn enthousiast

In een onderzoek kreeg JSW een 7,8 van haar lezers.

Een goed cijfer. Neem daarom zelf de proef op de som.

Telefonisch abonneren gaat
sneller: 0900 0400 114