

HET GEDRAGSRAAM 30

- gedrag en oordeel 30
- acceptatie 31
- gedrag als vraag 32
- acceptatielijnen 32
- drie probleemgebieden 35
- een beslissingsmodel 36



Kijk goed naar je kind

HET GEDRAGSRAAM

Ouders vertellen over hun kind:

‘Hij is zo schattig. Ik heb er niets mee te doen.’

‘Overall klimt ze op of kruipt ze in. En dat maar eindeloos herhalen. Ze weet niet van ophouden.’

‘Vandaag heeft hij voor het eerst op het potje geplast, en hij straalde van oor tot oor.’

‘Wat is ze toch sociaal. Iedere schooldag heeft ze wel met een klasgenootje afgesproken om te spelen, met de poppen’

Gedrag en oordeel

Stel je eens voor dat je door een raam naar je kind kijkt.

Alsof jij buiten staat en door het raam naar binnen kijkt om te zien wat je kind doet. Dat heet binnen de Gordon-methode het ‘gedragsraam’. Je kijkt en je ziet gedrag: je baby bekijkt intensief zijn handjes, je dreumes klimt op een krukje en springt eraf en klimt erop en springt eraf en klimt erop, je peuter doet een plasje op de pot, je kleuter kleedt een pop aan. Allemaal gedrag dat door een videocamera geregistreerd kan worden.



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

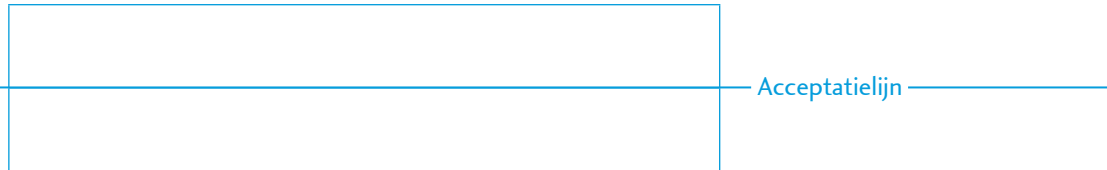
Iets anders is wat je zelf allemaal denkt en voelt als je naar je kind kijkt. Hij is zo schattig. Ze weet niet van ophouden. Wat is ze toch sociaal. Daar is op zich niks mis mee. Maar je gedachten en gevoelens, je oordelen, zijn iets anders dan dat gedrag van je kind. Probeer dat uit elkaar te houden. Je kind is dus niet schattig, maar hij ligt in de box met zijn handjes te spelen (gedrag) en jij vindt dat schattig (oordeel). Je kleuter speelt iedere schooldag met een klasgenootje met de poppen (gedrag) en jij vindt dat sociaal (oordeel). Dit is een belangrijke vaardigheid binnen de Gordon-methode: goed kijken naar je kind en daarbij het gedrag dat je kind laat zien en jouw oordeel

over dat gedrag van elkaar scheiden. Met welk oordeel kijk jij naar je kind? Je kind heeft het zo nodig dat je naar hem kijkt, dat je hem écht ziet en van hem geniet!¹¹

Acceptatie

Moeder heeft op het kinderdagverblijf gehoord dat haar dochter Noa het zo leuk vindt om te plakken. Moeder besluit behangplaksel te maken. Ze geeft Noa een vel papier met een grote appel erop getekend, een potje lijm, een kwast en groene snippers papier. Moeder zit er bij en besluit vijf minuten alleen maar te kijken naar wat haar dochter doet. Noa steekt de kwast in de lijm en ziet dat de lijm van de kwast afdrupt. Ze doet de kwast nogmaals in de lijm en houdt de kwast heel hoog en kijkt hoe de lijm eraf drupt. Een klodder valt naast het papier op tafel. Ze veegt de klodder met haar andere hand op en steekt haar hand in haar mond. Ze likt aan de kwast. Ze steekt de kwast in de lijm en smeert met de kwast over het papier. Ze slaat met haar hand op het papier.

Alle gedrag van je kind dat je waarneemt zou je kunnen beoordelen: is dit acceptabel of niet acceptabel voor mij? Door het gedragsraam waardoor je naar je kind kijkt, zou je een denkbeeldige lijn kunnen trekken. Boven de lijn het acceptabele gedrag en onder de lijn het niet-acceptabele.



Die lijn heet binnen de Gordon-methode de acceptatielijijn. Welk gedrag vind je acceptabel en welk gedrag vind je niet acceptabel? Vraag jezelf af waarom je iets acceptabel vindt en waarom je iets niet acceptabel vindt.

***'Duidelijk zijn, dat is wel belangrijk:
aangeven waar je acceptatielijijn nu ligt en waarom.'***

Gedrag als vraag

Gedrag van je kind is meer dan alleen iets om naar te kijken, een oordeel over te hebben en daar eventueel op te reageren. Gedrag van een kind, en zeker gedrag van een jong kind, is vaak een vraag, een vraag om opvoeding. In zijn gedrag laat een kind jou (onbewust) iets zien. Zijn gedrag vertelt jou iets.

Noa met haar kwast en lijm vertelt haar moeder misschien dat zij, net als alle peuters, een jonge onderzoeker is. Ze ontdekt met de vallende klodders lijm de zwaartekracht. Ze onderzoekt met haar hele lijf (mond, handen). Ze proeft de lijm, ze voelt dat het plakt, ze merkt dat het spat als ze erop slaat. En het uiteindelijke resultaat is een bobbelig wit papier met gevlekte lijnen van de appel die moeder erop tekende en gekleurde snippers die nog onaangeroerd liggen. Geen kunstwerk om aan de muur te hangen. Waarschijnlijk wel een peuter die heeft genoten en veel heeft ontdekt!

Noa vraagt net als ieder jong kind om ruimte om te ontdekken en te onderzoeken. Ze vraagt ook om duidelijke regels en grenzen. Want als ze de lijmpot op de kop zou houden en ermee zou gaan lopen, zou moeder misschien ingrijpen. Onacceptabel, omdat... moeder niet wil dat er zoveel lijm op de vloer komt bijvoorbeeld, en ze dat dan allemaal moet opruimen. Misschien vindt ze het ook geen probleem, vindt ze het acceptabel, omdat ze de vloer zo toch nog wilde gaan dweilen en Noa daarbij kan helpen.

Acceptatielij

Hetzelfde gedrag wordt door de ene ouder misschien boven de lijn geplaatst en door de ander eronder. Niet iedere ou-



der heeft hetzelfde oordeel bij bepaald gedrag. Dat kan samenhangen met je eigen normen en waarden. Bij het likken van Noa aan de kwast met lijm had jij misschien al ingegrepen. Je vond het misschien vies of was bezorgd dat je kind er buikpijn van zou krijgen. Waar je acceptatielijijn ligt, kan te maken hebben met hoe jij je voelt op dat moment. De ene keer kun je immers meer hebben van je kind dan de andere keer. Of je bepaald gedrag acceptabel vindt of niet kan te maken hebben met je kind. Bepaald gedrag zul je bij het ene kind wel accepteren en bij het andere niet.

Als Noa nog maar net twee is, accepteert moeder misschien meer 'geklodder' dan wanneer ze al bijna vier jaar is. Als moeder weet dat Noa er snel een 'enorme puinhoop' van maakt, zal moeder sneller ingrijpen dan wanneer Noa rustig van aard is.

Je oordeel over bepaald gedrag kan ook afhankelijk zijn van de omstandigheden. Wanneer je de vloer net hebt gedweild, kijk je anders tegen 'rommel maken' aan dan wanneer je toch nog moet schoonmaken.

Om weer dat beeld van het gedragsraam voor je te nemen: die acceptatielijijn kan dus verschuiven. Die ligt niet vast. Soms vind je bepaald gedrag acceptabel en soms niet. Dat hangt af van jezelf, van je kind of van de omstandigheden. Je kunt dus niet altijd consequent zijn en dat hoeft ook niet. Duidelijk zijn, dat is wel belangrijk: aangeven waar je acceptatielijijn nu ligt en waarom. Daarmee bied je je kind houvast. Hij weet waar hij aan toe is.

'Vanmiddag vind ik het prima dat de lego midden in de kamer ligt. Morgenmiddag als we de verjaardag van Marijke vieren wil ik het niet!'

Kijkend naar je kind zie je gedragingen die je acceptabel vindt (die je leuk vindt, waar je van geniet). Kijkend naar je kind zie je ook gedragingen van je kind die je niet acceptabel vindt (die je echt niet wilt hebben, waar je je aan ergert). Je kunt deze gedragingen van je kind in het gedragsraam plaatsen: acceptabel gedrag boven de lijn en niet-acceptabel gedrag eronder. In schema:

Dit gedrag is acceptabel
(leuk, ik geniet ervan)

Dit gedrag is niet acceptabel
(ik wil het niet hebben, het ergert me)

Acceptatielijn

Toch hebben we daarmee nog niet alles gehad. Je kunt ook kijken naar je kind en gedrag zien dat niet bij één van deze twee groepen hoort. Bijvoorbeeld: je baby huilt als hij een prik krijgt, je dreumes schrikt van dat harde vuurwerk en gaat huilen, je peuter is bang voor de hond van de burens en wil niet verder lopen, je kleuter is boos op zijn juf en moppert. Je kunt niet zeggen dat je het gedrag leuk vindt of dat je ervan geniet. Integendeel. Je kind heeft ergens last van en dat vind je vast heel rot voor hem. De Gordon-methode onderscheidt daarom nog een derde onderdeel. Het gedeelte van het gedragsraam boven de acceptatiegrens kun je in tweeën splitsen: Acceptabel gedrag waarvan je kunt zeggen: leuk, geen probleem, en acceptabel gedrag waarbij je constateert: vervelend, mijn kind heeft ergens last van, mijn kind heeft een 'probleem'.

Mijn kind heeft een probleem

Er is geen probleem

Ik heb een probleem
(met het gedrag van mijn kind)

Acceptatielijn

De Gordon-methode gaat ervan uit dat je accepteert dat je baby huilt als hij een prik krijgt, dat het acceptabel voor je is dat je dreumes gaat huilen van schrik, dat je accepteert dat je peuter bang is voor de hond van de burens, dat het acceptabel voor je is als je kleuter boos is op zijn juf. 'Mijn kind heeft een probleem' staat daarom in het gedragsraam boven de acceptatielijn.

Drie probleemgebieden

Je kunt het gedragsraam onderverdelen in drie 'probleemgebieden'.

1. Het niet-acceptabele gedrag van je kind komt onder de acceptatiegrens. Je zou dan kunnen zeggen: 'Ik heb een probleem (met het gedrag van mijn kind).' Je dreumes heeft er vast geen probleem mee dat ze met haar lepel in het bakje yoghurt slaat, je peuter vindt het echt geen probleem om met de wascokrijtjes op de muur te tekenen en je kleuter vindt het vast heel leuk om op de kast te klimmen. Maar jij niet. Jij vindt het niet acceptabel. Jij hebt een probleem. Jij hebt een probleem met het gedrag van je kind.
2. Als je ziet dat je kind bang is, of boos of verdrietig, dan heeft je kind een probleem. Jij natuurlijk ook wel, omdat je graag wilt dat je kind zich snel weer blij voelt. Maar, in termen van de Gordon-methode, niet ik heb een probleem (met het gedrag van mijn kind), maar mijn kind heeft een probleem.
3. En al die andere gedragingen van je kind waar je van geniet, waar je trots op bent, dat is allemaal 'geen probleem'.

Voor het omgaan met je kind met behulp van de Gordon-methode is het handig als je je de termen *mijn kind heeft een probleem – geen probleem – ik heb een probleem (met het gedrag van mijn kind)* goed eigen hebt gemaakt. Je kunt in situaties sneller doorzien waar het probleem precies zit en weet daardoor beter wat je kunt doen.



Een beslissingsmodel

Het gedragsraam zal in dit boek steeds weer terugkomen. Je kunt het beschouwen als een beslissingsmodel. Steeds als je je afvraagt in een situatie met je kind: Wat moet ik nu doen?, is het goed je te realiseren dat dit binnen de Gordon-methode de vierde vraag is.

vraag 1: Wat is er aan de hand? Wat zijn de feiten?

vraag 2: Wat vind ik ervan? Is dit voor mij acceptabel of niet?

vraag 3: Wie heeft er een probleem? Ik, mijn kind of is er geen probleem?

vraag 4: Wat doe ik?



Als antwoord op deze vierde vraag biedt de Gordon-methode vaardigheden die ik je in dit boek in de volgende hoofdstukken één voor één zal uitleggen. Elke vaardigheid hoort bij een probleemgebied. Vandaar dus dat je eerst goed moet kijken wat er aan de hand is en wiens probleem het is. Pas dan weet je wat je zou kunnen doen.

In schema:

Vraag 1:

Wat zijn de feiten?

vraag 2:

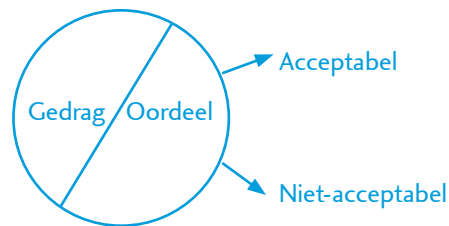
Wat vind ik ervan?

vraag 3:

Wie heeft een probleem?

vraag 4:

Wat doe ik?



Mijn kind heeft een probleem
Geen probleem
Ik heb een probleem (met het gedrag van mijn kind)

1

OEFENINGEN

Hoofdstuk 1: Kijk goed naar je kind

Oefening 1*

Bekijk in onderstaande vijf zinnen of het een gedragsbeschrijving is zonder oordeel, of dat er misschien toch nog een oordeel in zit.¹²

1. Twan wil vaak zijn handen niet wassen voor het eten.
2. Vanmiddag zat Laura met haar duim in de mond op de bank toen ik haar een boekje voorlas.
3. Jules is een driftig baasje.
4. Angela had deze week elke ochtend binnen een kwartier haar eten en drinken op.
5. Kevin is een gemakkelijke en tevreden baby.

Oefening 2

Veel kijken naar je kind is de beste manier om hem te leren kennen. Neem daar iedere dag vijf minuten de tijd voor. Gewoon kijken en (tenzij dat niet anders kan) niets doen en niets denken. Alleen maar kijken. Wat zie je? Wat doet je kind? Welk gedrag laat hij zien?

Kijk alsof je met een videocamera aan het registreren bent.

Koop een schrift (of pak je laptop) en schrijf dat wat je gezien hebt, direct of zo snel mogelijk daarna op.

* Mogelijke antwoorden vind je in bijlage 1.

Oefening 3

Wees je bewust van je acceptatielij. Verschuift de lijn? Waar hangt dat vanaf? Schrijf wat voorbeelden op en praat erover met iemand die je kind ook goed kent.

Oefening 4*

Wie heeft er in onderstaande situaties een probleem?

1. Je peuter tekent met wasco op de muur in de woonkamer.
2. Je baby ligt te kraaien van plezier.
3. Je peuter huilt omdat hij de gele beker niet wil.
4. Je dreumes trekt de kat aan zijn staart.
5. Je kleuter is boos omdat zijn vriendje niet wil afspreken.

Vraag jezelf in (lastige) situaties met je kind steeds af: Wie heeft er een probleem?



* Mogelijke antwoorden vind je in bijlage 1.

1