

Thomas Gordon

De Amerikaanse Psycholoog Thomas Gordon heeft in de jaren zestig een communicatiemodel ontwikkeld.

Het doel van dit model is het opbouwen van een goede gelijkwaardige relatie.

De stichting Nederlandse Effectiviteits Trainingen beschikt over de exclusieve rechten van het Gordon®programma. Sinds de officiële introductie van het Gordon® Programma in Nederland met de Gordon® training “Effectief omgaan met kinderen” in 1979 hebben zeer veel mensen (ouders, leerkrachten, pedagogisch medewerkers uit de kinderopvang, managers, jongeren en leidinggevenden) kennis gemaakt met een Gordon training.

Thomas Gordon vertaalde dit communicatiemodel vanuit ouder-kind relatie naar andere belangrijke relaties, persoonlijke relaties, leidinggevenden, managers en medewerkers, docenten en studenten en jongeren en in de kinderopvang en de zorg.

Voor meer informatie over de Stichting N.E.T. kijk op www.gordontraining.nl

Dit communicatiemodel biedt veel makkelijk toepasbare vaardigheden en de resultaten zijn positief. De meeste deelnemers aan de training merken na verloop van tijd dat hun relaties verbeteren. Er is ruimte voor creatieve oplossingen en er wordt meer rekening gehouden met elkaar.

Het gedragsraam is daarbij een prima hulpmiddel. Met het gedragsraam kijkt u naar de ander en kunt u bepalen wie er nu een probleem heeft: de ander, u, beiden of -in het grootste deel van de tijd- geen van beiden. Van daaruit kunt u samen werken aan de oplossing.

Het Gordon®-model bevat vijf belangrijke onderdelen:

Het gedragsraam:

- het kader waarin u het gedrag van een ander en uw eigen gedrag plaatst, zodat u snel ontdekt wie nu werkelijk het probleem heeft.

Actief luisteren:

- het actief luisteren naar de ander door een terugkoppeling op meta-niveau over wat u van de ander begrijpt.

Ik-boodschappen:

- assertieve communicatie om uw eigen grenzen aan te geven, van verklarend en vriendelijk tot confronterend.

Overschakelen:

- tussen actief luisteren en ik-boodschappen, zodat u in emotioneel heftige situaties steeds tussen uzelf en de ander kunt schakelen.

Conflicten oplossen:

- zowel behoefte-conflicten als waarden-conflicten.