

# Cursus Opvoeden met deugden in Centrum voor Jeugd en Gezin

Tien jaar geleden heeft Annelies Wiersma opvoeden met deugden in Nederland geïntroduceerd. Op donderdag 20 maart geeft zij ter gelegenheid van Nationale Deugden dag een gratis workshop voor ouders, onderwijsgevenden en anderen die met kinderen werken in het Centrum voor Jeugd en Gezin in Haren.

DOOR:  
Marco in 't Veldt

**HAREN** ■ Het Deugdenproject is afkomstig uit Canada en werd door de Verenigde Naties uitgeroepen tot beste opvoedprogramma ooit. Annelies Wiersma ontdekte de deugdenboeken van Linda Kavelin-Popov toen haar zoon drie jaar oud was. Intussen heeft ze zelf een praktisch boek geschreven over opvoeden met deugden met praktijkvoorbeelden uit haar eigen gezin. Ook is ze uitgever van onder meer een deugdenspel voor scholen, twee deugdenyogaboeken en een deugdenboek over stervensbegeleiding en rouwverwerking.

**Een sterk karakter ontwikkelen**  
Deugden zijn goede eigenschappen, zoals geduld, behulpzaamheid en vriendelijkheid. 'Kinderen tonen op zeer jonge leeftijd al heel veel deugden,' vertelt de deugden-trainster enthousiast. 'Dat realiseerde ik me toen ik er op ging letten, toen mijn zoontje nog maar 3 jaar oud was. Als een kind voor het eerst naar school gaat toont het moed en vertrouwen. Bij het spelen heeft het samenwerking nodig en moet het rekening met andere kinderen houden. Ruzietjes worden bijgelegd met inlevings-

vermogen en begrip. Soms is een kind ergens niet vanaf te brengen, zoals iets willen kopen in de supermarkt of tv willen kijken. Daarmee toont het assertiviteit en vastberadenheid, wat op zich geen slechte eigenschappen zijn.'

## In balans brengen

Dat klinkt mooi, maar maakt dat opvoeden nu niet juist een lastige taak? Denk aan een bazig kind dat niet leuk kan spelen, dat drammerige kind in de supermarkt, of een kind dat brutaal doet tegen een docent. Hoe ga je daar mee om? Wiersma: 'Het gedrag van een kind is niet altijd gewenst en komt niet altijd gelegen. Op een deugden cursus leren opvoeders te kijken met een deugdenbril en vanuit deugden te corrigeren. Je benoemt de deugden die met het negatieve gedrag worden getoond. Achter bazig gedrag zit vaak verantwoordelijkheid en betrokkenheid. Achter brutaal gedrag



Annelies Wiersma.

rechtvaardigheid. Wanneer deugden uit balans zijn kunnen opvoeders de deugden die op dat moment missen aanreiken. Een bazig kind kan leren rekening te houden met anderen. Een brutaal kind respect en zelfbeheersing in de manier waarop hij zijn mening vertolkt. Het kind in de supermarkt moet leren een teleurstelling te verwerken, daarvoor heeft het de deugd aanvaarding nodig. Dat kun je thuis bespreken, voordat je boodschappen gaat doen. Je stelt vooraf duidelijke grenzen. Bijvoorbeeld dat er een ding mag worden gekozen. Daar-

door leert het kind ook matigheid.'

## Praktisch

Op die manier klinkt het heel praktisch en bruikbaar. En het Deugdenproject gaat ervan uit dat kinderen alle deugden in zich hebben. Opvoeder hoeven kinderen 'alleen maar' te helpen deugden te integreren. 'Dat doe je door zoveel mogelijk deugden te benoemen, en daar kun je al mee beginnen bij kinderen in de peuterleeftijd. Opvoeden met deugden geeft kinderen een stevige basis.'

## Cursus

Op dinsdag 11 maart start Wiersma een cursus 'Opvoeden met deugden in Groningen-Zuid. Meer informatie via [www.deugdenproject.nl](http://www.deugdenproject.nl). Op donderdag 19 maart is de gratis workshop in het CJG van Haren, Mellensteeg 16. Wel even aanmelden via [info@actonvirtues.nl](mailto:info@actonvirtues.nl) of bij het CJG, [info@cjg.haren.nl](mailto:info@cjg.haren.nl) of 06-52301690.

