



DANKZIJ HET GROENE GOUD

# Go4it!

Jongeren dreigen soms de aansluiting met school of werk te verliezen. Go4it! jongerencoaching biedt hulp en een luisterend oor. Een succesformule.

TEKST: TXT & NWS RENS VAN GINNEKEN FOTO'S: FOTO VAN DEN OETELAAR, OIRSCHOT

Acht enthousiaste aankomende jongerencoaches die popelen om te beginnen: Stijn, Irene, Gio, Ingrid, Jurgen, Martijn, Susanne en Saskia.

**D**e jongerencoach maakt indruk met de ervaringen die in een smeuijge stijl en met aanstekelijk enthousiasme gedeeld worden. De acht aankomende coaches in het lokaaltje in buurthuis Kadans in Best hangen vanaf de eerste seconde aan haar lippen. Haar praktijkverhalen over het coachen van jongeren bevatten zowel humor als emotie, maar ook de nodige tips en tricks voor degenen die staan te trappelen om te beginnen. Er komt van alles voorbij, van social media tot pesten, problemen met ouders of vrienden en van ongemakkelijke momenten tot de vertrouwensbasis die uiteindelijk ontstaat tussen jongere en coach en het afsluiten van het coachingstraject. Ze vertelt over de leerdoelen die ze samen met jongeren bepaalde en over hoe je samen tot afspraken komt. Voor de coach zelf was het belangrijk om zoveel mogelijk vooraf zelf de eigen grenzen te stellen. 'Waar spreek

***'Ik heb een zwak voor kinderen en jongeren, zeker in een kwetsbare positie. Je kunt toch de kans om evenwichtig op te groeien.'***



je wel af en waar niet? Wie betaalt het drankje in een horecagelegenheid? Vind je het erg of niet als de jongere steeds in zijn telefoon verzonken is of schuttingtaal gebruikt? Vaak werkt het goed om een jongere met problemen via 'spiegelen' iets over het eigen gedrag te leren: zelfinzicht is belangrijk om te komen tot verandering. Fijn om daar samen met een jongere aan te kunnen werken', glimlacht de ervaren coach.

**VERTROUWENS BAND** De aankomende coaches zijn er even stil van. Sandra Conijn van Welzijn Best Oirschot grijpt het verhaal dankbaar aan om de handigheden, de valkuilen en de (on-)mogelijkheden aan te kaarten. Cursist Gio: 'Je loopt ongetwijfeld tegen dingen aan die je niet verwacht.' Sandra daarover: 'Het is eigenlijk altijd goed als het voor jou goed voelt. Bepaal wel zelf vooraf zoveel mogelijk je grenzen en principes, zoals onze coach bijvoorbeeld deed met het drankje en de telefoon. Blijf jezelf en waak voor aannames: die kloppen dikwijls niet.' Susanne is benieuwd naar de ideale plek voor een ontmoeting. 'Liever niet bij de jongere of bij jou thuis. Het gaat om de vertrouwensband tussen jullie', aldus Sandra. De aankomende coaches worden aan het werk gezet met interviewopdrachten. Al snel wordt duidelijk hoe divers hun achtergronden zijn. De leeftijden lopen van midden twintig tot midden veertig, er zijn mannen en vrouwen, met en zonder eigen kinderen, sommigen hebben zelf een problematische jeugd gehad, er werkt iemand in de geestelijke gezondheidszorg en een ander weer in de bouw, er is een motorrijder en een natuurliefhebber. Sandra onthult: 'Voor onze organisatie is die diversiteit erg fijn, om zo succesvol mogelijk te kunnen matchen.'

**VALKUIL** Er is zowaar een bekend gezicht tussen de aankomende coaches. Saskia Muris (44) uit Son is al zo'n zeven jaar werkzaam bij Financial Control van Rabobank Het Groene Woud Zuid. Wat drijft een moderne bankvrouw en moeder om ook nog spaarzame vrije tijd op te offeren aan een jongeren coachingproject? Ze

Cursusleidster Sandra Conijn van Welzijn Best Oirschot (links) wordt ondersteund door Marjolein de Kroon met tips uit de praktijk.



Weer voor even terug in de schoolbanken om de fijne kneepjes van jongeren-coaching te leren.

### HET GROENE GOUD

Tijdens de verkiezing van Het Groene Goud in 2013 won Go4it! Jongerencoaching € 5.000 euro. In Best en Oirschot wordt dit project uitgevoerd door de lokale welzijnsorganisatie. Sandra Conijn van Welzijn Best Oirschot daarover: 'Heel gaaf om deze prijs te winnen, het gevoel gewaardeerd te worden en een extra impuls om ons werk verder te professionaliseren.' In twee sessies worden vrijwilligers bij Go4it! opgeleid tot coach.

lacht: 'Bij de bank zijn we al behoorlijk "mensgericht" natuurlijk, maar voor mij is dit ook een mooie kans om mijn sociale kant nog meer te ontdekken. Mijn zoon is nu twaalf, dus er komt wat meer tijd vrij. Ik heb me ruim een jaar geleden voor deze cursus opgegeven omdat ik wel een zwak heb voor kinderen en jongeren, zeker in een kwetsbare positie. Je gunt ze toch de kans om evenwichtig op te groeien. Ik schat mezelf ook wel als redelijk uitgebalanceerd in, ik ben een echte harmoniezoeker, haha! De zeer professionele opzet van Go4it! sprak me erg aan, ze werken met hoogkwalitatieve trainers en ik leer er zelf ontzettend veel van. Ik denk dat ik er toch wel ingestapt ben om, al is het maar in het klein, de samenleving een stukje mooier te maken. Het is mooi om te zien dat in deze groep aankomende coaches zo'n grote diversiteit zit. Mensen uit het bedrijfsleven, mensen die zelf iets hebben meegemaakt, mensen die ervaring willen opdoen voor de sociale sector waarin ze werkzaam zijn. Inmiddels hebben we verschil-

lende casussen besproken, waarbij je ook leert vertrouwen op je gezonde boerenverstand, of hoe je het zelfbewustzijn van een jongere stimuleert. Ook moet je niet te snel oordelen: een jongere kan bijvoorbeeld ongeïnteresseerd lijken, maar het kan ook een houding zijn om onzekerheid te verbloemen. De valkuil die ik moet vermijden, is dat ik niet té betrokken raak bij de jongere en zijn problemen, realiseer ik me. Ik ben benieuwd welke jongere er straks voor mij kiest. Je weet dat het soms best even kan duren voor er een goede match is gevonden, maar ik wacht vol vertrouwen af. Ik heb in ieder geval enorm veel zin om als coach aan de slag te gaan!'