

Studieplan Jongerencoach

1.0 - Het conceptuele deel

Het conceptuele deel is het gedeelte waarin het algemeen conceptueel kader van de te accrediteren scholing expliciet wordt gemaakt en waarbij het motto "de relatie met het beroep als uitgangspunt" is.

1. Beschrijf in het kort de visie, missie en beroepssituatie voor de scholing waar u accreditatie voor aanvraagt.

Volg de opleiding Jongerencoach en bied pubers en adolescenten professionele ondersteuning bij persoonlijke en sociale problemen. Deze belangrijke levensfase biedt prachtige kansen, maar is des te moeilijker als jongeren vastlopen. Met de opleiding Jongerencoach doe jij de kennis en vaardigheden op om jongeren op professionele wijze te begeleiden.

2. Beschrijf op welke zorgverleners de scholing is gericht.

De opleiding is gericht op zelfstandige therapeuten, hulpverleners, counselors, (kinder)coaches, jongerenbegeleiders, docenten en andere professionals die hun kennis van jongerencoaching naar een professioneel niveau willen brengen.

3. Beschrijf hoe de scholing bijdraagt tot een beroeps relevante deskundigheidsbevordering van de zorgverlener.

Met de methoden en technieken uit de opleiding Jongerencoach helpt de student jongeren om beter zichzelf te zijn en zich tot een volwaardig mens te ontwikkelen. Het gaat daarbij altijd om balans. Balans tussen aandacht voor nu en aandacht voor later. Balans tussen luisteren en suggesties doen. Balans tussen technieken toepassen en juist loslaten. De jongere staat daarbij altijd centraal.

In de eerste module van de opleiding Jongerencoach komen algemene gespreksvaardigheden en ethiek aan bod. De tweede module betreft gespreksvaardigheden en -technieken die worden toegepast binnen alle vormen van coachen, teneinde goede fundamentele vaardigheden en inzichten op te doen voordat de student specialistische kennis tot zich neemt over het coachen van jongeren.

De derde en laatste module betreft specifiek het coachen van jongeren in een dynamische periode van hun leven. Hierbij toont de jongerencoach zowel inzicht als respect voor de bijzondere positie waarin de jongere verkeert en heeft hij oog voor de moeilijkheden die zich voordoen in de betreffende levensfase. Daarnaast heeft de jongerencoach oog voor de kansen en vrijheden waar jongeren voor het eerst van mogen proeven; rekening houdend met de leefwereld van jongeren en hun sociale fysieke, seksuele en neurologische ontwikkeling.

4. Beschrijf de voorwaarden voor de toelating (gedefinieerd minimaal instroomniveau).

Er zijn geen harde voorwaarden voor de toelating; er is geen specifieke vooropleiding vereist. Minimaal havo- of mbo-denkniveau is wenselijk.

2.0 - Het contextuele deel

In deze paragraaf dient beschreven te worden de voorzieningen die er voor zorgen dat de doelstellingen van de scholing bereikt worden.

1. Beschrijf hoe het gebouw/lokaal en de voorzieningen zijn toegerust voor het lesgeven. Omschrijf ook de noodzakelijke leermaterialen die aanwezig zijn.

Dit is een thuisstudie met docentbegeleiding via e-study, hierdoor worden er geen eisen aan de leeromgeving gesteld.

2. Beschrijf de wijze van toetsing en/of evaluatie van het leerresultaat bij de studenten.

Het leerresultaat wordt getoetst middels tussentijdse toetsvragen na elke les en een afsluitend examen. De lesstof bevat daarnaast theorie- en praktijkopdrachten en parate-kennisvragen die de student voor zichzelf maakt om zijn leerproces te versterken.

3. Beschrijf de wijze waarop de kwaliteit van de scholing wordt bewaakt.

- *Het lesmateriaal is samengesteld door een ervaren vakdocent. CIVAS houdt de vakontwikkelingen bij.*
- *CIVAS vraagt studenten actief om feedback, zodat ze zicht houdt op de klanttevredenheid.*
- *CIVAS is als aanbieder van beroepsgerichte scholing geregistreerd bij het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs (CRKBO). Opname in het CRKBO-register gebeurt op basis van een onafhankelijke kwaliteitstoets die wordt uitgevoerd door het CPION. Opname in het CRKBO-register geeft aan dat CIVAS aan de gestelde kwaliteitseisen voldoet.*
- *CIVAS is aangesloten bij de Nederlandse Raad voor Training en Opleiding (NRTO). De NRTO is de overkoepelende brancheorganisatie voor particuliere trainings- en opleidingsinstituten in Nederland. CIVAS conformeert zich aan de door de NRTO opgestelde Algemene voorwaarden en Gedragscode.*
- *Via de website zijn het studiereglement, het examenreglement en de klachtenprocedure die CIVAS hanteert door iedereen in te zien.*

3.0 - Het contentuele deel

Dit betreft de inhoud van de scholing. In dit onderdeel wordt de inhoud beschreven zodat duidelijk zichtbaar wordt wat uw scholing inhoudelijk brengt.

1. Geef een uitgebreid overzicht van de lesstof (inhoud van het programma).

Module 1 Algemene gespreksvaardigheden en ethiek

- Les 1: De relatie tussen hulpverlener en cliënt*
- Les 2: Gesprekstechnieken*
- Les 3: Motivatie en weerstand*
- Les 4: Ethiek en wet- en regelgeving*

Module 2 Professioneel coachen

- Les 5: Coaching*
- Les 6: Het coachproces*
- Les 7: Kwaliteiten, valkuilen en weerstand*
- Les 8: Oplossingsgericht coachen*
- Les 9: Oplossingsgericht coachen (vervolg)*
- Les 10: Rationeel-emotieve therapie*
- Les 11: Rationeel-emotieve therapie (vervolg)*
- Les 12: De creatiespiraal*

Module 3 Jongerencoaching

- Les 13: Wat is jongerencoaching?*
- Les 14: Communiceren met jongeren – deel I*
- Les 15: Communiceren met jongeren – deel II*
- Les 16: Andere gespreksvormen*
- Les 17: Levensgebieden*
- Les 18: Identiteit en levensverhalen*
- Les 19: Transculturele jongerencoaching*
- Les 20: Het gezin*
- Les 21: Seksualiteit, intimiteit, lichaamsbeeld en gezondheid*
- Les 22: School, pesten en werk*
- Les 23: Angst en trauma – deel I*
- Les 24: Angst en trauma – deel II*
- Les 25: Depressie – deel I*
- Les 26: Depressie – deel II*
- Les 27: Verslaving – deel I*
- Les 28: Verslaving – deel II*

2. Omschrijf duidelijk de leerdoelen/eindtermen.

Module 1 Algemene gespreksvaardigheden en ethiek

- de student heeft kennis van de grondhouding van de hulpverlener*
- de student weet hoe hij de roos van Leary toepast binnen de hulpverlening*
- de student heeft kennis van de verschillende basistechnieken van gespreksvoering*
- de student heeft kennis van hoe mensen veranderen, de waarde van weerstand, omgaan met weerstand en technieken om weerstand te verminderen*
- de student heeft kennis van ethiek en wet- en regelgeving binnen de hulpverlening*

Module 2 Professioneel coachen

- de student heeft kennis van de geschiedenis van coaching*
- de student heeft kennis van de basisprincipes en vormen van coaching, speciaal in relatie tot andere vormen van hulpverlening*
- de student heeft kennis van de competenties van een coach*

- de student heeft kennis van het coachproces
- de student heeft kennis van coaching met de interventiekaart en kernkwadranten
- de student heeft kennis van oplossingsgericht coachen
- de student heeft kennis van de toepassing van rationeel-émotieve therapie binnen coaching
- de student heeft kennis van coaching met de creatiespiraal

Module 3 Jongerencoaching

- de student kent de verschillen tussen coaching van volwassenen en jongerencoaching
- de student kent de belangrijkste technieken gespreksvormen om effectief te communiceren met jongeren
- de student heeft kennis van de sociale, fysieke, seksuele en neurologische ontwikkeling van jongeren
- de student heeft kennis van de meest voorkomende problemen en conflicten én van de kansen en vrijheden waarmee jongeren in deze levensfase te maken krijgen
- de student kan werken met levensgebieden en levensverhalen
- de student kent de uitgangspunten van transculturele jongerencoaching
- de student kent technieken om ondersteuning te bieden bij problemen met pesten, angst, depressie, sociale media, seksualiteit, lichaamsbeeld en misbruik van gamen en alcohol en drugs

3. Indien van toepassing; toon het HBO-niveau van de scholing aan door middel van de uitwerking van tenminste 2 HBO-kerncompetenties (zie document 'voorbeeld HBO Kerncompetenties'). Indien het een aanvraag voor een vakopleiding betreft, dienen alle relevant zijnde HBO-kerncompetenties uitgewerkt te worden.

I. Brede professionalisering

De jongerencoach wordt aantoonbaar toegerust met actuele kennis die aansluit bij recente (wetenschappelijke) kennis, inzichten, concepten en onderzoeksresultaten, teneinde zich te kwalificeren voor:

- *het zelfstandig kunnen uitvoeren van de taken van een beginnend beroepsbeoefenaar;*
- *het op effectieve wijze communiceren waarbij zowel de verbale communicatie (taalgebruik) als non-verbale communicatie wordt afgestemd op de leeftijd en het ontwikkelingsniveau van jongeren en ouders/wettelijk verantwoordelijken;*
- *de verdere professionalisering van de eigen beroepsuitoefening c.q. het beroep.*

1. De jongerencoach kan actief luisteren.

- 1.1. *De jongerencoach stelt de coachee centraal en niet de coach zijn agenda voor de coachee.*
- 1.2. *De jongerencoach luistert en houdt rekening met de coachee zijn zorgen, waarden en overtuigingen over wat wel en niet mogelijk is.*
- 1.3. *De jongerencoach begrijpt en kan op een constructieve wijze bespreekbaar maken dat de behoeften van ouders en jongeren soms niet overeenkomen.*
- 1.4. *De jongerencoach vat samen, herhaalt, geeft feedback en maakt gebruik van metacommunicatie om ruis in de communicatie te verminderen.*
- 1.5. *De jongerencoach creëert ruimte voor de coachee om zich te uiten.*

- 1.6. *De jongerencoach hanteert een open houding, veroordeelt niet, accepteert, verkent, bevestigt, toont onvoorwaardelijke positieve waardering, erkent gevoelens en zorgen, doet suggesties, etc.*
- 1.7. *De jongerencoach bouwt verder op de coachee zijn ideeën en suggesties teneinde doelen te behalen.*

2. De jongerencoach communiceert effectief met coachees.

- 2.1. *De jongerencoach begrijpt dat jongeren veel verschillende manieren hanteren om te communiceren zoals taal, lichaamstaal, spel, intonatie en creatieve expressie.*
- 2.2. *De jongerencoach heeft kennis van de unieke communicatiebehoeften van jongeren in verschillende fasen van hun ontwikkeling en kan in communicatie aansluiten bij de belevingswereld van jongeren.*
- 2.3. *De jongerencoach gebruikt metaforen en analogie om zaken toe te lichten en te beschrijven.*
- 2.4. *De jongerencoach begrijpt dat jongeren relatief veel meer behoefte hebben aan metacommunicatie dan volwassenen en past actief metacommunicatie toe om het gesprekskader duidelijk te maken.*
- 2.5. *De jongerencoach kan effectief communiceren en gebruikt taal die de coachee zo positief mogelijk beïnvloedt.*
- 2.6. *De jongerencoach is helder, uitgesproken en direct in het delen van feedback.*
- 2.7. *De jongerencoach herformuleert en verwoordt om de coachee vanuit een ander perspectief te laten begrijpen waar hij onzeker of verward over is.*
- 2.8. *De jongerencoach benoemt duidelijk het doel van de coaching, agenda van de besprekingen en het doel van de gebruikte technieken of oefeningen aan.*
- 2.9. *De jongerencoach gebruikt taal die passend en respectvol is ten aanzien van de coachee en vermijdt seksistisch, discriminerend taalgebruik en moeilijk te volgen vakjargon.*

3. De jongerencoach is in staat om een co-creatieve relatie aan te gaan met de coachee.

- 3.1. *De jongerencoach toont respect voor de coachee en zijn/haar zienswijze, voorkeuren en leerstijl.*
- 3.2. *De jongerencoach toont oprechte zorg voor het welzijn van de coachee.*
- 3.3. *De jongerencoach maakt duidelijke afspraken en houdt zich daar aan.*
- 3.4. *De jongerencoach vraagt toestemming om te coachen op gebieden of onderwerpen die gevoelig liggen bij de coachee.*
- 3.5. *De jongerencoach draagt zorg voor een gedeelde verantwoordelijkheid met de coachee.*
- 3.6. *De jongerencoach kan de verantwoordelijkheid die de coachee kan dragen adequaat inschatten.*
- 3.7. *De jongerencoach neemt geen verantwoordelijkheden over die de coachee zelf kan dragen.*
- 3.8. *De jongerencoach vertelt regelmatig wat hij/zij doet en waarom.*
- 3.9. *De jongerencoach biedt ruimte voor en valideert expressie van de coachee.*
- 3.10. *De jongerencoach onthoudt zich van veroordelingen, maar helpt de coachee bij het onderzoeken van de positieve of negatieve gevolgen van hun gedachten en gedrag zodat de coachee zelf tot een oordeel kan komen.*
- 3.11. *De jongerencoach moedigt functionele gedragingen en gedachten aan.*

- 3.12. *De jongerencoach toont zelfvertrouwen in het werken met heftige emoties, raakt niet verstrikt in de emoties van de coachee en kan tijdig de situatie sturen wanneer dat wel het geval dreigt te zijn.*
- 3.13. *De jongerencoach is zich bewust van overdrachtsverschijnselen en kan daar adequaat mee omgaan.*

4. De jongerencoach handelt volgens gangbare beroepsethiek en is in staat om ethische dilemma's structureel te analyseren.

- 4.1 *De jongerencoach is zich bewust van tegenstrijdige belangen die kunnen ontstaan tussen coachee, steunfiguren, collegae, de maatschappij en de jongerencoach zelf.*
- 4.2. *De jongerencoach kan tegenstrijdige belangen in kaart brengen en bespreekbaar maken.*
- 4.3. *De jongerencoach kan ethische dilemma's vanuit het perspectief van verschillende belangrijke denkers in de ethiek analyseren waaronder Socrates, Kant, Rawls, Bentham, Mill, Hegel en Sartre en op basis van dit alles een genuanceerde afweging maken.*
- 4.4. *De jongerencoach is bekend met het beroepsgeheim, meldplicht en mogelijke ethische dilemma's die daarbij ontstaan.*
- 4.5. *De jongerencoach is bekend met de wet BIG.*
- 4.6. *De jongerencoach communiceert duidelijk het verschil tussen coaching, consulteren, adviseren, training, psychotherapie en andere vormen van hulpverlening.*
- 4.7. *De jongerencoach verwijst de coachee door naar een andere professionele hulpverlener als dat nodig is en weet naar wie het beste doorverwezen kan worden.*

II. Multidisciplinaire integratie

De integratie van kennis, inzichten, houdingen en vaardigheden (van verschillende vakinhoudelijke disciplines) vanuit het perspectief van het beroepsmatig handelen.

5. De jongerencoach beschikt over relevante (wetenschappelijke) kennis, teneinde verantwoorde praktische toepasbaarheid mogelijk te maken.

- 5.1. *Algemene gesprekstechnieken*
 - *Communicatieve vaardigheden en gesprekstechnieken*
 - *De Roos van Leary*
 - *Slecht nieuws-gesprek*
 - *De-escalerende gesprekstechnieken*
 - *Overdracht en tegenoverdracht*
 - *Non-verbale communicatie*
- 5.2. *Motiverende gesprekstechnieken*
 - *Geloof in verandering vergroten*
 - *Positieve zelspraak ontlokken*
 - *Evocatieve vragen*
 - *Hoop bieden*
 - *Eenvoudige, tweezijdige en versterkte reflectie*

5.3. Ontwikkelingsmodellen en maatschappij

- *Turiel, vrijheid en betrokkenheid*
- *Sigmund Freud, Es-stärke en Ich-schwäche*
- *Erik Erikson, ontwikkelingsconflicten*
- *Susan Harter, positieve zelfwaardering*
- *Wijngaarden*
- *Margaret Mahler, individuatie*

5.4. Provocatieve gespreksvoering met jongeren

- *50% van de tijd aan het woord zijn*
- *Pakken wat je opvalt*
- *De spot drijven*
- *Interrumpen*
- *Uitvergroten en tegenspreken*
- *Aanraken en afdwalen*

5.5. Oplossingsgerichte gespreksvoering

- *Uitzonderingen zoeken*
- *Werken met de wondervraag*
- *Werken met schaalvragen*
- *Successen toeschrijven aan de coachee en/of omgeving*
- *Naar reeds aanwezige oplossingen vragen*
- *Relativeren met jongeren*
- *Perfectionisme bij jongeren*
- *Impulsiviteit bij jongeren*

5.6. Rationeel emotieve therapie

- *Werken met het ABC-model*
- *Werken met het DEFG-model*
- *Omgaan met kenmerkende denkfouten tijdens de adolescentie*
- *Cognitieve herstructurering*

5.7. De levensgebieden en levensverhalen

- *Werken met de levensgebiedenbenadering*
- *Gezinsverhalen*
- *Klaagverhalen*
- *Probleemverhalen*
- *Onuitgesproken verhalen*
- *Protestverhalen*
- *Assertieve verhalen*
- *Verkeningsverhalen*
- *Wensverhalen*
- *Heldenverhalen*
- *Werken met verschillende expressievormen zoals schrijven, toneelspel, video, mood- en storyboards en PowerPoint*

5.8. Transculturele jongerencoaching

- *Rekening houden met risicofactoren, dubbele emancipatie en identiteits- en loyaliteitsconflicten*
- *Werken met het TOPOI-model*
- *Transculturele competentieversterking*
- *Backward chaining*
- *Shaping*

5.9. Systemisch werken; het gezin

- *Systemen in kaart brengen zoals coalities, de perverse triade en dyadische subsystemen*
- *Patronen, gezinsgeheimen en taboes bespreekbaar maken in het gezin*
- *Vaardigheden aanleren*
- *Leren onderhandelen*
- *Eigen kracht conferentie*

5.10 Seksualiteit, intimiteit, lichaamsbeeld en gezondheid

- *De jongerencoach heeft kennis van de fysieke ontwikkeling en seksuele ontwikkeling van jongen.*
- *De jongerencoach heeft kennis van het veranderende lichaamsbeeld, seksuele oriëntatie en genderidentiteit.*
- *De jongerencoach kan seksualiteit, intimiteit, lichaamsbeeld en gezondheid bespreekbaar maken en kan voorlichting bieden.*

5.11. School en werk

- *De jongerencoach kan studiebegeleiding aanbieden.*
- *De jongerencoach kan een programma opzetten en uitvoeren om pesten op school of op het werk te verminderen.*
- *De jongerencoach is bekend met cyberpesten en weet welke maatregelen het meest effectief zijn om deze relatief nieuwe vorm van pesten te verminderen.*
- *De jongerencoach biedt begeleiding bij het zoeken naar werk en solliciteren.*

5.12 Angst, trauma, depressie en verslaving

- *Werken met exposure*
- *Walging verminderen*
- *Contraconditionering*
- *De gedachtenstop*
- *De attributietraining*
- *De taakconcentratietraining*
- *Schrijven bij trauma*
- *Schrijven bij nachtmerries*
- *Planvaardigheden bij depressie*
- *RET bij depressie*
- *Negatieve denkpatronen verminderen*
- *Assertieve en sociale vaardigheden bij depressie*
- *Ontspanningsoefeningen*
- *Korte MBCT*

- *Kennis van verschillende soorten verslaving en meest effectieve coachmethodieken*
- *Stimuluscontrole bij verslaving*
- *De jongerencoach is in staat om de voorgaande disciplines onafhankelijk van elkaar te gebruiken.*
- *De jongerencoach kan de praktische toepasbaarheid van voorgaande disciplines toetsen en aangeleerde theorie, inzichten en kennis plaatsen binnen een breder (wetenschappelijk) perspectief.*
- *De jongerencoach kan elementen uit de voorgaande disciplines integreren vanuit het perspectief van het beroepsmatig handelen.*

6. De jongerencoach speelt flexibel in op praktijksituaties en is present (aanwezig) voor de coachee.

- 6.1. *De aandacht van de jongerencoach gaat uit naar wat zich op het moment aandient in plaats van hoofdzakelijk aandacht te schenken aan gedachten of analyses óver die situatie.*
- 6.2. *De jongerencoach kan inspelen op situaties en is present in het moment.*
- 6.3. *De jongerencoach heeft toegang tot en vertrouwen in de eigen intuïtie en kan die verwoorden.*
- 6.4. *De jongerencoach is comfortabel met 'niet weten' en staat open voor experimenten.*
- 6.5. *De jongerencoach kan humor effectief inzetten om situaties te verlichten of te relativeren.*
- 6.6. *De jongerencoach durft met vertrouwen van perspectief te wisselen en experimenteert met nieuwe mogelijkheden.*
- 6.7. *De jongerencoach ziet verschillende manieren om met de coachee samen te werken en kiest flexibel wat in het moment het meest voor de hand lijkt te liggen.*
- 6.8. *De jongerencoach kan een genuanceerde afweging maken tussen structureel methodisch werken en flexibel inspelen op de situatie.*
- 6.9. *De jongerencoach kan theoretische inzichten op een flexibele en relevante wijze vertalen naar de praktijk.*

III Probleemgericht werken

Het zelfstandig definiëren en analyseren van complexe probleemsituaties in de beroepspraktijk op basis van relevante kennis en (theoretische) inzichten, het ontwikkelen en toepassen van zinvolle (nieuwe) oplossingsstrategieën en het beoordelen van de effectiviteit hiervan.

7. Coachtraject

- 7.1. *De jongerencoach kan de coachvraag achterhalen.*
- 7.2. *De jongerencoach herkent belangrijk informatie.*
- 7.3. *De jongerencoach kan in overleg kiezen aan welke coachvraag de coachee als eerste wil werken indien er meer dan een coachvraag is.*
- 7.4. *De jongerencoach maakt onderscheid tussen hoofd- en bijzaken tijdens de probleeminventarisatie.*
- 7.5. *De jongerencoach trekt op basis van informatie van de coachee realistische conclusies en onderbouwt de redenering met feiten.*

- 7.6. *De jongerencoach schat de capaciteiten, ontwikkelingsleeftijd en (on)mogelijkheden van de coachee goed in.*
- 7.7. *De jongerencoach kan op basis van informatie van de coachee suggesties doen over mogelijke werkzame interventies.*
- 7.8. *De jongerencoach benoemt de consequenties van verschillende uitkomsten en de voor- en nadelen van mogelijke interventies.*
- 7.9. *De jongerencoach stelt in overleg met de coachee een passend coachtraject op.*
- 7.10. *De jongerencoach stelt een coachtraject op waarin duidelijke schriftelijke afspraken worden gemaakt.*
- 7.11. *De jongerencoach evalueert tussentijds het coachtraject en past indien nodig het traject in samenspraak met de coachee aan.*
- 7.12. *De jongerencoach werkt methodisch volgens het coachtraject, maar kan flexibel afwijken waar dat de coaching ten goede komt.*
- 7.13. *De jongerencoach kan een eindevaluatie en follow up uitvoeren.*