

FLOOR is een netwerk van vrijwillige coaches die jongeren met een beperking helpen met het maken en uitvoeren van toekomstplannen. Jongeren hebben zelf de regie en kiezen waar ze aan willen werken. Een passende studie of werk vinden, vrijetijdsbesteding of sociale contacten; alles is mogelijk. De coaches leren de jongeren een informeel netwerk op te bouwen en in te zetten. Werkt dit ook voor jongeren met autisme?



Help jongeren hun eigen weg te vinden



Over FLOOR

Stichting FLOOR jongerencoaching bestaat sinds 2018. Aanmelding kan rechtstreeks bij FLOOR of via school/organisatie. Professionals kunnen doorverwijzen. Ook verzorgt FLOOR trainingen voor professionals en ouders. Daarnaast ondersteunt FLOOR scholen en organisaties zoals werk- of dagbestedingsplekken en woonvormen. De aanpak van FLOOR is gebaseerd op de methodiek Persoonlijke Toekomstplanning. Oorspronkelijk is dit afkomstig uit de VS waar het Person Centered Planning genoemd wordt. De aanpak van FLOOR is opgenomen in de databank voor Effectieve Sociale Interventies van Movisie. Een coachtraject duurt gemiddeld één jaar. De kosten zijn € 100 óf een tegenprestatie.

FLOOR wordt gesponsord door VSBfonds, het Gehandicapte Kind, FNO en AGIS Innovatiefonds. Voor aanmelden en meer info: floorjongerencoaching.nl

Door Petra Doze

'We werken niet met labels. We geven de voorkeur aan een persoonlijke, open benadering,' zegt Gigi Dingler, directeur van Stichting FLOOR jongerencoaching. 'Wat heb jij nodig om prettig te functioneren, dat is belangrijk.' Van de coaches heeft een aantal kennis van en ervaring met autisme, net als een aantal supervisors die coaches begeleiden. Er melden zich regelmatig jongeren met autisme aan. 'We beginnen met vragen stellen en dan vooral luisteren. Waar word je blij van? Waar word je niet blij van? Wat kun je goed? Waar loopt bij jou de emmer van over? Hoe herken je dat? Prikkelgevoeligheid begrijpen en helpen om context te geven is heel belangrijk bij jongeren met autisme.'

Circle of friends

Jongeren met een beperking hebben vaak een hele kleine wereld. Bij FLOOR leren ze een netwerk opbouwen en inzetten waar nodig. Gigi benadrukt het belang van dingen doen die bij je passen en mensen ontmoeten: 'Als je dingen doet waar je blij van wordt, heb je een grote kans om zo gelijkgestemden tegen te komen. Zo ontstaan vriendschappen. Wat is dan precies

vriendschap? En hoe werkt het? Daar hebben we het ook over. Zelfonderzoek is daarbij heel belangrijk. Hoe beter jij jezelf kent, hoe beter je weet waar jij je fijn voelt en zo ontdek je wat je belangrijk vindt in contact. Een jongen leerde bijvoorbeeld dankzij de basketbalsport op een ontspannen manier mensen kennen en dat bracht hem een mooie vriendschap.'

Hoe maak je contact?

FLOOR-coaches helpen heel concreet met oefenen. Dat kan zijn door gesprekken te oefenen, maar ook door bijvoorbeeld te tekenen, wat maar het beste aansluit. 'Er was bijvoorbeeld een vijftienjarige jongen die thuis zat en nog nauwelijks anderen in zijn wereld had toegelaten naast zijn ouders. Coachgesprekken verliepen moeizaam; hij was nog aan het overleven. Om met je toekomst bezig te zijn, moet je al wel een bepaalde ontwikkeling hebben doorgemaakt. De jongen en de coach zijn toen online gaan schaken. Na een tijdje stuurde de jongen af en toe een vraag naar zijn coach via de chat. Zo vergrootte hij in kleine stapjes zijn wereld.'

Training voor ouders

'Als ouder moet je niet alles willen doen voor je kind,' legt Gigi uit. FLOOR verzorgt dan ook trainingen voor ouders om de wereld van hun kind groter te maken. 'Een FLOOR-coach ondersteunde een meisje dat graag wilde hockeyen. Haar moeder had geen energie om haar steeds te brengen en te halen. De coach hielp haar in haar eigen netwerk te zoeken naar een oplossing. De oplossing was dat haar oom, met veel plezier, elke week met haar meeging naar hockeytraining.' De coaches hebben over het algemeen geen zorgachtergrond. Volgens Gigi is dat juist de kracht van FLOOR. 'De jongeren voelen zich minder 'de cliënt'. We maken op een positieve manier contact van mens tot mens.'

Coachtraject

Een traject duurt gemiddeld een jaar. 'Als na een jaar het doel nog niet is bereikt, laten we de jongere natuurlijk nog niet los. Soms duurt het ook korter.' Ook mogen jongeren altijd terugkomen met een nieuwe vraag. 'Een meisje vroeg ons eerst haar te helpen haar

vrije tijd in te vullen. Later kwam ze bij ons terug voor ondersteuning tijdens haar eerste zwangerschap. Jongeren kunnen dan dezelfde coach krijgen, als dat lukt, maar liever zien wij dat ze een andere coach krijgen. Zo leren ze weer meer mensen kennen en hun netwerk vergroten.'

Van betekenis zijn

In plaats van de kosten voor het traject te betalen (€ 100) kunnen jongeren ook een tegenprestatie leveren. Door over een tegenprestatie na te denken, ontdekken ze hun eigen talenten. Voorbeelden hiervan zijn: spelletjes spelen met een jongere die moeite heeft met sociaal contact, een filmpje maken voor FLOOR of helpen in een verpleeghuis. Gigi: 'Jongeren kiezen iets waar ze goed in zijn, ze verleggen hun grenzen en ze voelen dat zij ook iets voor een ander kunnen betekenen. Vaak is de tegenprestatie ook meteen een stapje in het toekomstplan van de jongere.' ●

'Als ouder moet je niet alles willen doen voor je kind'