



Handboek voor de beginnende coach van Coach4you



Coach
4you

1-8-2020

INHOUD

1	Inleiding	2
1.1	Doel van de handboek.....	2
1.2	Missie.....	2
1.3	Visie	2
2	Profiel van het coachkind Coach4you	3
3	De coach van Coach4you.....	4
3.1	Rol van de coach.....	4
3.2	Profiel van de coach	4
3.3	Ondersteuning en informatie	5
4	De formulering van doelen voor de coaching	6
5	Het traject van de coaching.....	7
5.1	Start van het traject.....	7
5.2	Wat doet de coach	7
5.3	De rol van de coach naar de ouders.....	7
5.4	Afspraken tussen coachkind, ouder en coach.....	8
6	Aan de slag	9
6.1	De eerste gesprekken.....	9
6.2	Doelen voor de coaching formuleren.....	11
6.3	De planning van activiteiten.....	13
6.4	Coachen bij de aanpak van het huiswerk.....	14
Bijlage 1	Voorbeeld van een logboekpagina van een coachkind.....	16
Bijlage 2	Voorbeeld van een logboekpagina van de coach.....	17

Leeswijzer

Hij: lees hij/zij

Hem: lees hem/haar

Ouders: lees ouders of verzorgers

1 INLEIDING

1.1 Doel van het handboek

Dit handboek is bestemd voor coaches die de basistraining “Authentiek coachen, in de Coach4you context” achter de rug hebben en net zijn begonnen aan de ondersteuning van hun eerste coachkind bij Coach4you. De coach heeft de intakegesprekken met de lokale coördinator, de ouders en het coachkind achter de rug en gaat nu echt aan de slag.

In de basistraining heeft de beginnende coach kennisgemaakt met een aantal praktijksituaties en deze met andere deelnemers uitgewerkt. Deze handreiking sluit daarop aan. Ook coaches die al ervaring hebben met de coaching kunnen teruggrijpen op de kennis en ervaring die deze handreiking biedt.

Coaches vinden in deze handreiking in hoofdstuk 1 t/m 5 de uitgangspunten van Coach4you met antwoorden op vragen over de relatie tussen coach, coachkind en ouders, het coachproces en de te stellen doelen. In hoofdstuk 6 zijn praktische tips opgenomen die de coach kunnen helpen bij het oplossen van veel voorkomende problemen.

1.2 Missie

Coach4you wil een positieve bijdrage leveren aan de ontwikkeling van leerlingen die de overstap maken van de basisschool naar het voortgezet onderwijs wanneer die extra risico met zich meebrengt. Coach4you ondersteunt kinderen waarvoor die een steuntje in de rug kunnen gebruiken of nodig hebben. Zij wil daarmee de kans op een succesvolle school-en loopbaancarrière van kinderen in het voortgezet onderwijs vergroten.

1.3 Visie

In de optiek van Coach4you vallen kinderen in het Nederlandse onderwijs te vaak tussen wal en schip. De oorzaken hiervan zijn divers. Coach4you tracht, door de inzet van coaches (vrijwilligers), de weerbaarheid en zelfredzaamheid van kinderen te versterken waardoor schoolverzuim en schooluitval worden voorkomen. Coach4you zet zich in om het kind te ondersteunen, zodat dit het eerste jaar in het voortgezet onderwijs optimaal aansluit op het niveau van het advies van de basisschool.

Coach4you maakt het coaches mogelijk met plezier maatschappelijk actief en betrokken te zijn en kennis en ervaring te delen met anderen.

1.4 Relatie als basis

Het fundament van de coachrelatie is vertrouwen. Dit groeit door wekelijks onverdeelde aandacht te geven aan het coachkind. De coach beweegt gedurende het jaar mee met veranderende behoeften van het coachkind. Soms betekent dit de vrijheid van ‘er gewoon zijn’ en op een ander moment zal de coach juist uitdagen om doel- en resultaatgericht aan de slag te gaan. Ontwikkelingen gaan sprongsgewijs, en met ups en downs. De coachrelatie biedt coachkinderen vooral een veilige en positieve omgeving om te groeien in vaardigheden, zelfkennis, zelfwaardering en zelfvertrouwen.

2 PROFIEL VAN HET COACHKIND COACH4YOU

Een derde van de leerlingen in het voortgezet onderwijs eindigt met een diploma op een ander niveau dan in zijn schooladvies werd genoemd. De cognitieve capaciteiten van leerlingen voorspellen het schoolsucces het beste¹. Daarnaast zijn er diverse kenmerken van leerlingen en ouders die invloed hebben. Bij kenmerken van de leerling gaat het onder meer om zaken als metacognitieve vaardigheden², ontwikkelingsfase en leeftijd. Wat ouders hun kinderen meegeven en wat ze doen ter ondersteuning van hun kind speelt ook een rol bij schoolsucces. Deze factoren hangen met elkaar samen, maar de invloed van iedere factor op zichzelf is moeilijk te bepalen.

Als de extra ondersteuning kan bijdragen aan de verdere ontwikkeling van metacognitieve vaardigheden komen leerlingen in aanmerking voor coaching door Coach4you. Dit geldt ook voor leerlingen van wie de ontwikkelingsfase niet overeenkomt met de leeftijd en dit de kans op schoolsucces in de weg staat.

De hulpvraag en/of problematiek van het coachkind moet hanteerbaar zijn voor de coach, zodat de ondersteuning van de coach resultaat kan opleveren. Is de hulpvraag of problematiek te complex dan is professionele hulpverlening meer op zijn plaats.

Mogelijke redenen om te verwijzen zijn:

- Beperkte begeleidingsmogelijkheden door de ouders. Te denken valt aan:
 - Een moeilijke thuissituatie;
 - De aanwezigheid van een ander kind in het gezin dat veel extra aandacht van de ouders;
 - De ouders zijn nieuwkomers in Nederland en kennen het Nederlandse schoolsysteem niet;
 - De ouders zijn analfabeet;
 - De ouders zijn niet in staat (onvermogen) om hun kind te begeleiden;
 - De ouders hebben geen tijd voor de ondersteuning van hun kind.
- Problemen met verschillende achtergronden die van invloed zijn op de werkhouding. Bijvoorbeeld beperkt concentratievermogen, faalangst, hyperactief, impulsief, kenmerken autistisch spectrum, pestgedrag, diagnose in autistisch spectrum;
- Sociale vaardigheidsproblemen die van invloed zijn op de sociaal-emotionele omgang met anderen: verlegen/onzeker, afwachtend, beperkt zelfvertrouwen, weinig weerbaar, beïnvloedbaar, hooggevoelig, hoogsensitief.

De intern begeleider of leerkracht meldt de leerling aan bij de lokale coördinator van Coach4you. Hiervoor is toestemming van de ouders vereist³.

¹ Referentie: Kennisrotonde. Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek; Den Haag 2018

² Dit zijn "hogere" cognitieve vaardigheden. Metacognitie gaat over gedachten over gedachten, over iemands kennis van zijn eigen kennis en over reflecteren op het handelen en op affectieve ervaringen (bron: Valcke, Martin, (2010). *Onderwijskunde als ontwerpwetenschap. Een inleiding voor ontwikkelaars van instructie en voor toekomstige leerkrachten*, Gent: Academia Press)

³ Scholen en lokale Coach4you-projecten hebben verschillende procedures om te voldoen aan de eisen die de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) stelt.

3 DE COACH VAN COACH4YOU

3.1 Rol van de coach

Een coach bij Coach4you is een vrijwilliger die een leerling ondersteunt bij de overgang van groep 8 naar het voortgezet onderwijs. De inzet van de coach is erop gericht de fase van ontwikkeling van het coachkind te stimuleren en de metacognitieve vaardigheden van het coachkind te versterken. Hij werkt aan het aanleren van de benodigde studievaardigheden. Hij geeft zijn onverdeelde tijd en aandacht aan het coachkind. Hij leeft mee, ondersteunt bij moeilijkheden en viert de successen mee. Hij stimuleert zijn coachkind om zelf oplossingen te bedenken en groeistappen te zetten. Zo helpt hij het coachkind zijn unieke eigenschappen en kwaliteiten te ontdekken en te benutten. Om schoolverzuim en schooluitval te voorkomen biedt de coach ook activiteiten aan die zelfkennis en zelfvertrouwen vergroten en om het plezier in school te bevorderen. De coach vervult met zijn bevoegenheid en betrokkenheid een belangrijke rol voor het coachkind en zijn ouders.

Het coachkind, ouders en coach maken in mei/juni, aan het eind van het schooljaar van groep 8, kennis met elkaar. In groep 8 vinden nog geen andere activiteiten plaats. De ondersteuning door de coach van het coachkind begint in augustus/september bij de start in de brugklas, nadat zij met elkaar duidelijke afspraken hebben gemaakt over elkaars rollen in het traject en de voorwaarden waaronder de coaching plaatsvindt (zie hoofdstuk 5).

Het coachkind krijgt de ondersteuning gedurende een jaar. Het coachtraject start bij aanvang van het brugjaar in augustus/september. Een uitloop tot maximaal de kerstvakantie in het tweede jaar van het voortgezet onderwijs is mogelijk. Dit ter beoordeling van de lokale coördinator in samenspraak met coach, ouders en coachkind. De coach bezoekt het coachkind thuis en begeleidt hem 1 tot 1½ uur per week. Hierbij is altijd een van de ouders in huis aanwezig. Na de coaching vindt er een afrondend gesprek met een terugkoppeling plaats met het coachkind en de ouders.

De coach beschikt over een Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG). De aanvraag van de VOG wordt via de coördinator van de lokale Coach4you geregeld. Voor de coach zijn hier geen kosten aan verbonden.

3.2 Profiel van de coach

De vrijwilliger die zich aanmeldt als coach doet dit omdat hij graag kinderen die dat nodig hebben een steuntje in de rug wil geven. Na aanmelding voert de lokale coördinator een intakegesprek om te toetsen of de vrijwilliger aan het gewenste profiel voldoet en of wederzijdse verwachtingen overeenstemmen. Coach4you verwacht dat de aspirant-coach in voldoende mate voldoet aan de volgende kenmerken:

- Is betrokken en betrouwbaar en heeft bewezen affiniteit met pubers;
- Heeft pedagogische kwaliteiten;
- Kan omgaan met culturele en maatschappelijke verschillen;
- Is communicatief vaardig;
- Functioneert op mbo- of hbo-denkniveau (heeft een opleiding dan wel ervaring op dat niveau) of heeft coachervaring vanuit de werkomgeving;
- Respecteert de privacy van alle betrokkenen en houdt zich aan de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG)⁴;

⁴ Scholen en lokale Coach4you-projecten hebben verschillende procedures om te voldoen aan de eisen die de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) stelt.

- Is gedurende 18 maanden gemiddeld 2 uur per week beschikbaar voor de coaching: ongeveer 1½ uur begeleiding van het coachkind, en ½ uur voor coachbijeenkomsten, deskundigheidsbijeenkomsten etc.;
- Staat open voor eigen persoonlijke ontwikkeling en reflectie.

3.3 Ondersteuning en informatie

Coach4you biedt de coach ondersteuning en informatie om een coachkind goed te kunnen ondersteunen. Coach4you stelt als eis aan de kandidaat-coach dat deze de landelijke eendaagse basistraining “Authentiek coachen, in de Coach4you context” volgt. Heeft de coach enige ervaring dan geldt dit ook voor de eendaagse verdiepingscursussen “Als coach present zijn” en “Leiden en volgen als coach”. Verder wordt van de coach verwacht dat hij de lokale thema- en intervisiebijeenkomsten (ca. 5 keer per jaar) bijwoont. Tijdens deze bijeenkomsten delen coaches ervaringen met elkaar en krijgen van elkaar nieuwe handelingsmogelijkheden aangeboden.

Ter ondersteuning van de coach zijn daarnaast veel informatiebronnen van belang. Dit zijn onder andere:

- Handreiking en website Coach4you;
- Inhoud contract ouders, coachkind en coach;
- Informatie van de school van het coachkind;
- Algemene uitleg over de Elektronische Leeromgeving (ELO) waarvan het coachkind gebruik maakt;
- Websites met extra oefenstof;
- Literatuur en websites t.a.v. onderwijs (didactiek, pedagogiek);
- Protocollen school: privacy, kindermishandeling.



4 DE FORMULERING VAN DOELEN VOOR DE COACHING

De beginsituatie van het coachkind is het startpunt van de coaching. Het kind, de ouders, de intern begeleider en de leerkracht zijn belangrijke informatiebronnen om erachter te komen wat deze beginsituatie is.

Het succes van de coaching is afhankelijk van de haalbaarheid van de doelen op korte en lange termijn. Het opstellen van doelen dient een product en proces te zijn van het coachkind zelf. Zo leert het kind regie te nemen over zijn eigen leerproces. De coach werkt ten dienste van het kind en moet erop bedacht zijn dat hij geen doelen nastreeft van de coach.

Door aan te sluiten op de beginsituatie kan het coachkind via oefening stapsgewijze greep krijgen op zijn functioneren en stappen vooruit maken in zijn ontwikkeling. Het is belangrijk dat de doelen die het coachkind en de coach met elkaar afspreken concreet en haalbaar zijn binnen een bepaalde tijdspanne. Het is aan de coach hiertussen verbinding aan te brengen om tot resultaten te komen. Bij doelen gaat het om waarneembare feiten. De coaching is geen huiswerkbegeleiding. Incidenteel kan korte ondersteuning bij een huiswerkvraagstuk worden gegeven. Dit is echter altijd beperkt van omvang.

Voor het succes van de coaching telt niet alleen het bereikte eindresultaat maar ook de beleving, de motivatie en betrokkenheid van het coachkind, de ouders en de coach. En vergeet niet om successen samen te vieren.

De formulering van goede doelen vereist vaardigheid. Kenmerken van goede doelen zijn dat ze S=specifiek, M=meetbaar, A=acceptabel, R=realistisch en T=tijdsgebonden zijn geformuleerd. Zijn doelen goed geformuleerd dan is het voor de coach mogelijk om de behaalde resultaten inzichtelijk te maken.

Voorbeelden van haalbare doelen op lange termijn:

- Ik kan mijn schoolwerkplannen;
- Ik stel vragen aan de docent als ik iets niet snap.

Voorbeelden van haalbare doelen op korte termijn zijn:

- Ik noteer elke dag mijn huiswerk in mijn (digitale) agenda;
- Ik speel per dag maximaal 1 uur computerspelletjes;
- Ik vraag de docent wiskunde deze week extra uitleg over worteltrekken.

Voorbeelden van niet-haalbare doelen zijn:

- Ik ben vanaf morgen niet meer verlegen;
- Ik haal deze week alleen maar tien.

In hoofdstuk 6 wordt uitgebreid ingegaan op de formulering van doelen.



5 HET TRAJECT VAN DE COACHING

5.1 Start van het traject

De kennismaking en afstemming tussen de coach, het coachkind en de ouders vindt plaats in de laatste maanden van groep 8. Alle beslissingen in het traject nemen kind, ouder, coach en coördinator gezamenlijk. De coördinator is een vaste gesprekspartner voor alle betrokkenen in het traject.

De begeleiding start bij aanvang van de brugklas en eindigt in principe aan het einde van de brugklas. In bijzondere situaties kan de begeleiding eerder worden afgerond. Bij uitzondering kan de ondersteuning worden voortgezet tot de kerstvakantie van het tweede jaar in het voortgezet onderwijs.

De hulpvraag/-vragen, zoals opgenomen in de verwijzing van de leerling door de school naar Coach4you en afgestemd met de lokale coördinator, zijn het startpunt van de ondersteuning door de coach.

Bij aanvang van het traject van de coaching maken het coachkind, de ouders en de coach een aantal afspraken met elkaar, zodat de wederzijdse verwachtingen over ieders rol vanaf de start duidelijk zijn. Verder maken zij afspraken over de voorwaarden waaronder de coaching plaatsvindt.

De ondersteuning van de coach aan het coachkind wordt wekelijks bij het kind thuis gegeven. De ouder biedt de coach en het coachkind een rustige plek in huis waar zij ongestoord kunnen werken. Een ouder is tijdens de coaching in huis aanwezig maar is niet bij het gesprek tussen de coach en het kind.

De coach onderneemt alle activiteiten met instemming van de ouders. De coach bespreekt met de ouders regelmatig zijn werkwijze, de voortgang van het traject van coaching en de bereikte resultaten.

De afronding van het begeleidingstraject bepaalt de coach in samenspraak met het coachkind en zijn ouders en in afstemming met de lokale coördinator van Coach4you.

5.2 Wat doet de coach

In het traject van coaching hebben de coach, het coachkind en zijn ouders ieder hun eigen rol.

De coach:

- Zet in op wederzijds vertrouwen met het coachkind en zijn ouders;
- Sluit aan bij de belevingswereld en interesse van het coachkind;
- Zet in op maatwerk waarbij de hulpvraag, zoals voortgekomen uit de intake met het coachkind, de ouders, de leerkracht of de intern begeleider, het startpunt is;
- Speelt in op actuele situaties;
- Biedt afwisseling en variatie in werkvormen;
- Zet in op studievaardigheden en het vinden van de juiste methode om te leren;
- Stimuleert het plezier in school;

5.3 De rol van de coach naar de ouders

De coach:

- Maakt duidelijke afspraken over het traject (zie 5.4);
- Is duidelijk over de rol van de coach: de begeleiding is gericht op het coachkind en niet op de opvoeding of problemen thuis;
- Betrekt de ouders bij het traject en bespreekt regelmatig de voortgang met hen;
- Is open en eerlijk in de communicatie;

- Vraagt toestemming aan de ouders voor inzage in de ELO voor de behaalde resultaten (cijfers) en het huiswerk bij de gesprekken met het coachkind. Let op: de coach vraagt/krijgt niet het wachtwoord van de ELO;
- Deelt informatie die in het belang is van het coachkind. Denk aan: boeken, websites, tv-programma's, informatieavonden;
- Is alert op zaken die op school en in de thuissituatie spelen en die van invloed zijn op het traject van coaching. Afhankelijk van de zaak bespreekt de coach deze met het coachkind of de ouders of de lokale coördinator van Coach4you;
- Is geen intermediair tussen de ouders en de school;
- Neemt alleen contact op met de mentor van de brugklas met toestemming van de ouders en het coachkind;
- Evalueert regelmatig de coaching met het coachkind en met de ouders.

5.4 Afspraken tussen coachkind, ouder en coach

De ouders, coachkind en coach maken voordat de ondersteuning start een aantal afspraken over de voorwaarden waaronder de coaching plaatsvindt.

Deze voorwaarden zijn:

- Er is altijd een ouder in huis aanwezig als de coach het coachkind begeleidt;
- De ouder is niet fysiek aanwezig in de ruimte waar de begeleiding plaatsvindt;
- De ouder stelt een rustige plek beschikbaar voor de begeleiding;
- De begeleiding is gericht op het kind en niet op de ouders;
- Alle betrokkenen respecteren elkaars privacy;
- De coach is de vertrouwenspersoon van het coachkind en respecteert diens privacy ook ten opzichte van de ouders;
- De coach is verplicht contact op te nemen met de coördinator als de veiligheid van het coachkind of van anderen in gevaar is/komt. Indien nodig neemt de coördinator contact op met een externe deskundige volgens het geldende protocol⁵;
- De coach vraagt de ouders instemming bij het ondernemen van activiteiten, zoals een bezoek aan de bibliotheek;
- De coach, het coachkind en de ouders maken afspraken over de manier waarop het contact tussentijds wordt onderhouden (telefonisch, WhatsApp of mail). Allen informeren elkaar tijdig als een afspraak niet door kan gaan;
- De coach, het coachkind en de ouders maken vaste afspraken over dag en tijd waarop het kind wordt begeleid;
- De coach begeleidt op vrijwillige basis. Ouders kunnen geen eisen stellen die buiten de mogelijkheden van Coach4you liggen.



⁵ Zie bijvoorbeeld protocollen Meldcode Kindermishandeling en Huiselijk Geweld.

6 AAN DE SLAG

Nadat het matchingsgesprek is gevoerd samen met de coördinator en de ouders gaat de coach voortaan één op één met het coachkind verder. Rond deze tijd heeft de coach de “Basistraining Coach4you” gevolgd. In deze training staat centraal dat de coach authentiek aanwezig is voor zijn coachkind, steeds opnieuw de verbinding opzoekt en van daaruit ondersteuning biedt. Dit geeft de coach de mogelijkheid om zich voor te bereiden op de wekelijkse ontmoetingen.

Tijdens de training wordt geoefend als coach met het nemen en afbakenen van je rol binnen de Coach4you context. Er wordt gewerkt met gesprekstechnieken en coaching stijlen. De weerbarstige ontwikkeling van het puberbrein is aan de orde geweest en er is kennis gemaakt met alternatieven voor als de coaching vastloopt.

In de basistraining “Authentiek coachen, in de Coach4you context” zijn de uitgangspunten van de coaching van leerlingen binnen Coach4you aan de orde geweest. Het matchingsgesprek met het coachkind onder leiding van de coördinator met de coach als deelnemer is geoefend. De inhoud van de eerste gesprekken is beperkt aan de orde geweest. In dit hoofdstuk hebben we aanvullend hierop een aantal onderwerpen op een rijtje gezet die de coach in de eerste gesprekken, kort nadat het schooljaar is begonnen, aan de orde kan stellen. We gaan verder in op het formuleren van doelen. Daarna volgen praktische tips voor activiteiten.

6.1 De eerste gesprekken

Voor niemand, dus ook niet voor een coach die voor de eerste maal een leerling gaat begeleiden, is het gemakkelijk om een gesprek te voeren met een (zo goed als) onbekende puber. Daar zit je dan: samen met je coachkind aan zijn bureautje, bijvoorbeeld aan tafel in de huiskamer. Van jou wordt verwacht dat je dit coachkind handvatten geeft, zodat hij op eigen kracht het tweede jaar van de opleiding kan vervolgen. Om je wat houvast te bieden hebben we een aantal onderwerpen op een rijtje gezet die je wellicht in je eerste gesprekken, kort nadat het schooljaar is begonnen, aan de orde kunt stellen.

De nieuwe klas

- Zitten er kinderen in de klas die je kent?
- Hoeveel kinderen zitten er in de klas? Hoeveel jongens/meisjes?
- Wat is de eerste indruk van de sfeer?

De mentor/klassenleraar

- Wie is de mentor?
- Wat is je indruk van deze persoon?
- Hoe kun je hem/haar bereiken?

Gebouw en omgeving

- In welk gebouw heb je les?
- Hoe "voelt" het gebouw?
- Wat kun je vertellen over de lokalen? Hoe is de sfeer en hoe is de aankleding, kun je zien welk vak er wordt gegeven?

Het lesrooster

De meeste scholen werken met een digitaal lesrooster. Het rooster kan via de elektronische leeromgeving (ELO) van de school of via een speciale app worden opgevraagd. Het coachkind en zijn ouders hebben via een gebruikersnaam en wachtwoord toegang. De coach kan na

toestemming van de ouders en het coachkind meekijken in dit systeem maar heeft niet de beschikking over het wachtwoord van de ELO.

In de klas besteedt de mentor, bij de start van het schooljaar, aandacht aan het gebruik van de ELO. In de praktijk blijkt dat deze niet op maat van het kind gegeven is of niet beklijft. Als het coachkind samen met de coach in de ELO werkt is het belangrijk dat de coach doorvraagt om te onderzoeken of het coachkind de werking en gebruik van de ELO kent en begrijpt.

- Het lesrooster, algemeen:
 - Waar kun je je rooster vinden?
 - Weet je welke inlog-gegevens je moet gebruiken?
 - Heb je ook een papieren agenda?
 - Komt het rooster op de website overeen met dat in je agenda?
 - Hoe weet je dat er roosterwijzigingen zijn?
- Bekijk samen het rooster:
 - Is het rooster duidelijk? Schenk aandacht aan de afkortingen van de namen van docenten en die van de vakken;
 - Oefen met het coachkind of hij het rooster kan lezen en het begrijpt, bijvoorbeeld:
 - Hoe laat begin je morgen?
 - Hoeveel lessen heb je op vrijdag?
 - Met welk vak eindig je dinsdag?
 - In welk lokaal begin je de week?
 - Hoe laat zijn de pauzes?
 - In welke pauze heb je voldoende tijd om je boterhammen op te eten?
 - Van welke docent heb je Nederlands?
 - Hoe heet je docent gym?
 - Oefen met het coachkind of hij roosterwijzigingen tijdig kan vinden en de consequenties van een roosterwijziging overziet.

Roosterwijzigingen worden meestal via de website of app doorgegeven. Soms heeft een klas een zgn. telefoonpiramide. Iedere leerling belt de boodschap door aan de volgende leerling.

De agenda/planner

De meeste scholen werken met een digitale agenda waarin de docent aangeeft wat het huiswerk is voor een bepaald vak voor een bepaalde dag. Verder zijn of kunnen er andere aanwijzingen door de docent worden aangegeven, bijvoorbeeld: atlas meenemen. Niet altijd vullen de docenten de planner consequent in.

- Welke informatie over school vind je in de ELO of app?
- Hoe weet je wat het huiswerk voor de volgende les is?
 - Heeft de mentor (of docent) iets verteld over het gebruik van de agenda?
 - Waar noteer je het huiswerk dat de docent opgeeft?
 - Welke afkortingen ga je bij het noteren gebruiken voor leren, lezen, maken enz.?
 - Welke persoonlijke informatie noteer je in je agenda/planner?
- Hoe weet je wanneer je een schriftelijke overhoring of toets hebt?
- Bespreek hoe je een planning maakt voor het maken/leren van het huiswerk en het voorbereiden van toetsen.

In paragraaf 6.3 “Planning van activiteiten” vind je informatie over het maken van een goede planning van activiteiten en hulpmiddelen die je daarbij kunt gebruiken.

Behaalde cijfers en rapport

- Hoe weet je welk cijfer je hebt voor een schriftelijke overhoring (SO), mondelinge beurt of proefwerk?

- Waar vind je je cijfers?
- Noteer je zelf je cijfers? Hoe? Waar?
- Hoe komt het rapportcijfer tot stand?
- Wanneer krijg jij jouw rapport?
- Hoeveel (tussen)rapporten krijg je?
- Hoe komt het rapportcijfer tot stand? Denk aan cijfers die een verschillend gewicht hebben in de berekening van het rapportcijfer.;
- Hoe komt het eindcijfer tot stand? Let op: vaak tellen niet alle semesters even zwaar mee.

De boeken en ander studiemateriaal

Vraag het coachkind je de boeken en ander studiemateriaal te laten zien en bespreek het gebruik.

- Heb je al boeken doorgebladerd? Wat is je indruk?
- Wat hoort bij welk vak? Wat hoort bij elkaar? (Tekstboek + werkboek + CD?);
- Hoe moet je de boeken voor ieder vak gebruiken? Ga na of de leraar hierover instructie heeft gegeven.

Ervaringen eerste lesweek

Bespreek hoe het coachkind de eerste lessen heeft ervaren.

- Welke vakken heb je gehad?
- Welke vond je het leukste en waarom?
- Hoe vond je de inhoud van de lessen (moeilijk, makkelijk,)?
- Hoe kwam de leraar op je over?

6.2 Doelen voor de coaching formuleren

In hoofdstuk 4 is in het kort iets over het stellen van doelen geschreven. In deze paragraaf gaan we daar wat dieper op in.

Het is niet zo eenvoudig om helder te formuleren waar je met je begeleiding op aanstuurt. Een benoemd doel is een handig hulpmiddel om te bekijken of en in hoeverre je begeleiding succesvol is (geweest). Het gaat om doelen die het coachkind wil bereiken. De inzet van de coach is om, met hulp van de coach, doelen te stellen voor de ontwikkeling van het coachkind en vervolgens met het coachkind te oefenen om die doelen te bereiken. Deze doelen kunnen heel divers zijn en op verschillende terreinen liggen. Het is belangrijk dat ieder doel dat je samen stelt concreet en haalbaar is. Het stellen en realiseren van de doelen is een proces. Realiseer je dat doelen niet statisch zijn maar dat je ze tussentijds kan of moet bijstellen.

Niet haalbare doelen zijn bijvoorbeeld: "Ik ben vanaf morgen niet verlegen meer" of "Ik haal deze week alleen maar tiener". Geef het coachkind de kans greep te krijgen op zijn functioneren en daarmee doelen te behalen. Dit doe je door situaties te oefenen: de coach is dan de ander (afhankelijk van de situatie bijvoorbeeld leraar, klasgenoot, ...) en het coachkind is zichzelf.

Tips voor het bepalen van de doelen

- Bij de intake met de coördinator en het matchingsgesprek is al aan de orde gekomen waarom een coach is ingeschakeld en wat het coachkind als nut hiervan ziet. Ook zijn hierbij de aanmeldingsgegevens, c.q. knelpunten in de ontwikkeling van het coachkind besproken. Bespreek met het coachkind nogmaals of het coachkind inziet waarom er een coach is ingeschakeld? Op basis van dit gesprek en de aanmeldingsgegevens kun je starten met het vaststellen van doelen;
- Stel samen met het coachkind een klein, haalbaar, concreet doel vast voor de komende periode, bijvoorbeeld een week of 14 dagen. Voorbeelden:

- Ik noteer deze week alle cijfers die ik heb gekregen en zet erbij of het een toets/proefwerk (T) of een schriftelijke overhoring (SO) is;
- Ik pak deze week elke avond voordat ik naar bed ga mijn tas in;
- Ik noteer mijn huiswerk elke dag duidelijk en precies in mijn agenda/planner;
- Ik probeer serieus om netjes te werken als ik maakwerk heb;
- Ik ga naar de bieb om een onderwerp voor mijn spreekbeurt te zoeken. Of als het coachkind al een onderwerp weet in bieb te kijken of er informatie over het onderwerp te vinden is.

Mogelijke doelen op het gebied van de studievoordigheden

Een goede aanpak van de studie is een belangrijke sleutel voor studiesucces. In plaats van één leraar heeft het coachkind op het voortgezet onderwijs meestal voor ieder vak een andere leraar. Dit betekent wel 5 tot 8 verschillende vakken en leraren op één dag. Om overzicht te houden is het belangrijk dat het coachkind leert goed te plannen en netjes te werken. In de eerste fase zijn doelen om dit te bereiken belangrijk. Mogelijke doelen kunnen zijn:

- Netjes werken;
 - Duidelijk en leesbaar schrijven in werkboeken/schriften. Eventueel eerst in klad maken;
 - Zinnen met een hoofdletter beginnen en afsluiten met een punt;
 - Duidelijk en leesbaar verbeteren in werkboeken/schriften;
 - Als een opdracht voor het coachkind moeilijk is of lijkt de opdracht eerst in klad maken.
- Een samenvatting maken: adviseer de tekst in stukjes te breken, en laat daarna de essentie uit de stukjes (alinea's) formuleren tot een uittreksel;
- Plannen van leerstof over de beschikbare tijd; korte en lange termijn (volgende dag, verdeeld over de week);
- Een planning qua tijd en tussenstapjes/deelproducten maken voor het uitwerken van een "complexe" opdracht (bijvoorbeeld een opstel, boekverslag of werkstuk);
 - Op tijd inleveren van opdrachten;
 - Opzoeken van dingen die het coachkind niet kent of weet;
 - Vragen aan de leraar (of coach) wat je niet weet;
 - Het huiswerk (leren en maken) op tijd af hebben;
 - Streefcijfer bepalen en noteren voor een schoolprestatie (bijvoorbeeld een proefwerk of overhoring) en later het reële resultaat ernaast zetten.

Mogelijke doelen op sociaal gebied gericht op het gedrag t.o.v. de leraar

- Groeten van de leraar bij het begin en einde van de les;
- Bejegening: zeg je u of je, meneer/mevrouw of voornaam docent?
- Vragen stellen;
- Vinger opsteken.

Oefen met het coachkind een paar situaties om het doel te ontwikkelen.

Mogelijke doelen op sociaal gebied gericht op het gedrag ten opzichte van klasgenoten

De coach moet zich realiseren hoe moeilijk het is voor een kind, dat sociaal moeizaam functioneert, om "simpele" afspraken te maken die voor het coachkind haalbaar zijn. Geef het coachkind de kans greep te krijgen op zijn functioneren door de afspraken simpel te houden en situaties eerst te oefenen in een vertrouwde omgeving. De coach is dan de ander en het coachkind is zichzelf.

- Iets te leen vragen aan een medeleerling: bijvoorbeeld je bent je passer vergeten;
- Samenwerken met een andere leerling of in een groepje:
 - Vragen of een klasgenoot met je samen wil werken;

- Vragen of je je mag aansluiten bij een groepje.
- Voorstellen aan een klasgenoot met wie je wel meer contact zou willen hebben, om samen iets te doen, bijvoorbeeld:
 - Samen naar huis fietsen;
 - Samen naar de bieb;
 - Samen aan een bepaald vak werken;
 - Iemand helpen met een vak waar jij best goed in bent, maar de ander niet.

Vastleggen doelen door het coachkind en coach

Een hulpmiddel voor het vastleggen en (na)bespreken van de doelen is een logboek (zie bijlage). Het logboek moet meerwaarde hebben bij de ondersteuning van het coachkind. Ziet het coachkind het nut van het gebruik van een logboek niet in dan is het gebruik af te raden. De kans is groot dat het dan alleen gezien wordt als ballast. Bij terugval in motivatie willen kinderen hun tijd niet stoppen in het uitschrijven van de planning of de doelen. Dat doen zij liever uit het hoofd. Niet vastleggen vergroot de kans op discussies.

6.3 De planning van activiteiten

Op de middelbare school komt er veel op het coachkind af. Hij heeft veel vakken en alle vakdocenten geven huiswerk op. Van repetities tot SO's, van werkstukken tot boekverslagen. En dan hebben we het nog niet eens over het "gewone" huiswerk, dat het coachkind van zijn docenten op krijgt; zoals een rijtje woordjes leren hier en wat opdrachten uit het werkboek maken daar. Met al die taken voor al die vakken, wordt het in het hoofd van het coachkind al snel chaos! Plannen helpt om overzicht te krijgen van wat hij allemaal moet doen per dag en per week. Daarnaast gaat het coachkind naar school en wil het tijd besteden aan hobby's, vrienden en familie. Als het coachkind eenmaal de kunst van het plannen onder de knie heeft, krijgt hij niet alleen zijn schoolwerk op tijd af maar houdt hij ook nog eens tijd over voor de andere (dagelijkse) activiteiten. Goed kunnen plannen draagt bij aan de ontwikkeling tot zelfstandigheid van het coachkind. Hij krijgt controle over zijn tijd. Dat geeft rust én ruimte.

De planning is bedoeld voor zowel het schoolwerk als privé-activiteiten en de onderlinge samenhang en tijdsbelasting.

Het leren maken van een planning is iets wat dagelijks terugkomt in de begeleiding door een coach van Coach4you. In het begin is het maken van een planning lastig en moet het in stapjes worden aangeleerd. Het coachkind heeft vaak het idee dat het veel tijd kost, beperkend werkt en weinig oplevert. Wees je als coach bewust dat een planning een hulpmiddel is, dat je kunt aanpassen als het nodig is.

De coach heeft de keuze uit verschillende hulpmiddelen om het coachkind te leren plannen. Dit zijn o.a.: agenda (fysiek of digitaal), dagschema, weekrooster, to-do list, logboek, planningsboekje, planning apps.

Welke hulpmiddelen geschikt zijn is afhankelijk van waarvoor en hoe je het middel wilt gebruiken. Dit vraagt van de coach dat hij zich verdiept in de verschillende hulpmiddelen die beschikbaar zijn voor de ondersteuning van het coachkind.

In het kader van dit handboek is het niet mogelijk om op de verschillende hulpmiddelen en gebruiksmogelijkheden in te gaan. Het boekje: Plannen doe je zo! (auteur Jacqueline Saalmink) richt zich op leerlingen in het voortgezet onderwijs en hun ouders die beter willen leren plannen en organiseren. Dit boekje is een goede informatiebron voor de coach. De hulpmiddelen en de verschillende stappen bij het leren plannen worden besproken en met voorbeelden geïllustreerd. Het boekje is beschikbaar via <https://bijzonderzelf.nl/plannen-doe-je-zo/>

6.4 Coachen bij de aanpak van het huiswerk

Coachkinderen zeggen vaak “ik heb er tot 's avonds laat aan geleerd” of “ik heb alles goed doorgelezen, maar na de toets was ik alles kwijt!” of “waar leer ik het dan eigenlijk voor?”. Het coachkind realiseert zich niet dat hij het zichzelf heel moeilijk maakt, omdat hij in korte tijd véél moet leren. Hij vraagt dan iets onmogelijks van het geheugen. Een taak van de coach is om het kind te coachen bij **de aanpak** van het huiswerk, dus het leren studeren. Hierbij gaat het zoals in H4 al genoemd niet om de feitelijke huiswerkbegeleiding per vak.

Het “leren studeren” vraagt om herhaling en nog eens herhaling. De kennis moet het bezit van het coachkind worden. Bij het leren gaat het niet alleen om parate kennis die in het kortetermijngeheugen of liefst in zijn langetermijngeheugen wordt opgeslagen, maar het gaat ook om inzicht te krijgen en verbanden te zien tussen wat geleerd is.

In het kortetermijngeheugen ligt een enorme hoeveelheid zogenaamde kennis. Hiervan herinnert het coachkind zich na een week vaak nog nauwelijks iets, laat staan dat hij het kan reproduceren. Er zijn grenzen aan de opslag van kennis, daarom is het belangrijk dat het coachkind ook leert waar hij informatie kan vinden.

Start van een gesprek

- Bespreek het doel dat jullie tijdens het vorige bezoek hebben gesteld. Was het doel haalbaar? Is het doel ook bereikt? Waarom wel, waarom niet? Zo niet: hetzelfde doel nogmaals stellen? Een volgend stapje doen? Een nieuw doel stellen?;
- Bespreek kort de ervaringen van het coachkind in de afgelopen week. Zijn er bijzonderheden? Wat ging goed? Wat ging niet goed? Zo nodig: hoe voelde je je in de klas?;
- Bekijk de cijfers van de afgelopen week;
- Neem agenda/planner en bekijk wat daar aan huiswerk in staat: laat het coachkind aan de hand hiervan (hoe ziet de agenda eruit?) vertellen:
 - Wat moet ik leren?
 - Wat moet ik maken?
 - Staat er een opdracht/SO/toets of proefwerk/werkstuk/spreekbeurt op het programma?
 - Hoe ga ik het huiswerk verdelen over de beschikbare tijd? Help het coachkind om piekbelastingen te voorkomen;
 - Laat het coachkind deze verdeling noteren in de agenda.

Vraag vooral: hoe ga je dit/dat aanpakken? Dit proces kan worden bijgestuurd. Help het coachkind daarbij. Het coachkind kan dan verder met een aanpak die het beoogde resultaat oplevert. Grote kans dat jullie samen besluiten om ergens aan te gaan werken. Dit geldt ook voor de onderstaande onderwerpen: maakwerk en leerwerk.

Maakwerk

Maak duidelijk dat maakwerk altijd serieus moet worden aangepakt. Het is een belangrijk middel in de verwerking van de stof. Een coachkind dat bijvoorbeeld de opdrachten in werkboeken niet maakt of afraffelt heeft een flinke achterstand als hij een toets moet voorbereiden.

- Laat het coachkind uitleggen hoe hij het maakwerk aanpakt in de klas en thuis;
- Observeer het coachkind bij het maken van het huiswerk. Je kunt het coachkind bijvoorbeeld hardop de opdracht/vraag laten lezen en zijn antwoord laten formuleren. Weet hij het antwoord niet? Stimuleer hem dan tot opzoeken of beter nadenken;
- Laat het antwoord of de oplossing noteren (netjes).

Leerwerk

Maak duidelijk dat leerwerk altijd serieus aangepakt moet worden. Dus niet alleen als er wordt overhoord. Bespreek de consequenties als je het leerwerk pas leert als je wordt overhoord via een toets of schriftelijke overhoring.

- Woordjes moderne vreemde talen leren: zie voor tips: <http://educatie-en-school.infonu.nl/studievaardigheden/43408-makkelijk-en-snel-woordjes-leren.html>;
- Tekst lezen of leren: leer de tekst te begrijpen en gebruik daarbij de beschikbare hulpmiddelen, zoals:
 - Wat is het onderwerp? Wat weet je daar al van?;
 - Tussenkopjes lezen en illustraties bekijken;
 - Werk per alinea: laat het coachkind deze voorlezen (controleer of de tekst duidelijk is);
 - Laat het coachkind een alinea en daarna de inhoud van de gelezen tekst in eigen woorden vertellen;
 - Laat het coachkind steekwoorden opschrijven aan de hand waarvan je de inhoud navertelt;
 - Vraag aan het coachkind: kruip in het hoofd van je docent en bedenk wat je over deze alinea zou kunnen vragen. Schrijf deze vragen eventueel op: dan heb je een proefoverhoring. De coach bewaakt de kwaliteit van de vragen en stuurt eventueel bij;
 - Maak een "woordspin" vanuit een centraal woord (misschien is deze methode zinvoller over een groter geheel dan over een alinea);
 - Wat het coachkind net geleerd heeft, is opgeslagen in het kortetermijngeheugen. Overhoren direct na het leren ("Mam, wil je me overhoren?". "Gisteren wist ik alles, vraag maar aan mijn moeder") heeft geen zin. Maak dit vooral duidelijk aan je coachkind.



BIJLAGE 1 VOORBEELD VAN EEN LOGBOEKPAGINA VAN EEN COACHKIND

Datum:
Doel voor deze week:
Ervaringen in de loop van de week:
Toetsen, schriftelijke overhoringen en mondelinge beurten die ik deze week heb gehad:
Cijfers die ik deze week heb gehoord/teruggekregen: <i>(Vergeet niet ze ook te noteren in je agenda/planner)</i>
Vragen die ik aan mijn coach wil stellen:
Heb ik het doel van deze week bereikt?
Welk doel wil ik de volgende week bereiken?

BIJLAGE 2 VOORBEELD VAN EEN LOGBOEKPAGINA VAN DE COACH

Datum:	
Gesteld doel van de afgelopen week besproken?	Ja/nee
Doel bereikt?	Waarom wel/niet?
Ervaringen van de afgelopen week besproken?	Bijzonderheden?
Nieuw doel gesteld?	Waarom wel/niet?
Nieuw doel is:	
Bijzonderheden naar aanleiding van het gesprek	
Punten om te onthouden in verband met de terugrapportage naar de basisschool in januari volgend jaar	