



## Hoe de jongeren actief laten ontdekken?

Als je de autonomie van de jongeren wilt ondersteunen, is het belangrijk hen te zien als actieve deelnemers. Stimuleer de jongeren om de handen uit de mouwen te steken en zelf na te denken. Als begeleider creëer je de omstandigheden waarin dit mogelijk is. Hoe doe je dit?

- Geef voldoende steun zonder te sturen. Je biedt kleine stapjes aan richting het doel.
- Sta model voor de jongeren door hen uit te leggen waarom je iets doet. Een duidelijk doel/rede zorgt voor een gedeeld begrip en verhoogde motivatie.
- Benadruk de belangrijkste stappen van een taak en voorzie hints en vragen om de jongeren te helpen reflecteren.

De volgende vragen kunnen je ondersteunen in je rol als coach.

- Stimuleer het zelfbewustzijn door te vragen naar gevoelens en gedachten: 'Hoe voel jij je en wat denk je?'
- Stel korte vragen en open vragen
  - » Hoe, Wie, Wat, Hoezo?
  - » Probeer waarom te vermijden. Dit komt vaak aanvallend over en geeft de jongeren het gevoel dat zij verantwoording moeten afleggen. Alternatieven zijn: 'Hoezo?', 'Hoe komt het dat...?'
  - » Vraag naar verduidelijking. Stimuleer de jongeren om hun mening te verwoorden en te onderbouwen met argumenten. Vb: 'Wat bedoel je daarmee?', 'Kan je dit eens uitleggen aan mij?', 'Hoe komt het dat je dat niet leuk vindt?'
- Stel ontdekkende vragen waarbij je verder gaat dan informatie vragen: 'Wat zou er gebeuren als...?'