



## Adiona-kindercoaches stimuleren bewustwording bij kinderen

*'In beweging krijgen en houden'*

*Tekst: TekstBuis | Rob Buisman  
(rectificatie eerste editie; het vorige artikel van Adiona werd ook door Rob Buisman geschreven)*

*De vraag naar ondersteuning en bewustwording op velerlei gebied neemt toe. Dat geldt ook voor kindercoaching, hoewel die vorm van begeleiding tegelijk voor een aanzienlijk deel van de bevolking een onbekend fenomeen is. Christa Wiersma en Jeannette Bakker, stuurgroepleden van Adiona, leggen graag uit wat zij doen en waar Adiona voor staat: 'Het bevorderen van een evenwichtige ontwik-*

*keling van kinderen op fysiek, mentaal, emotioneel en spiritueel niveau, zodat zij opgroeien tot volwassenen die verantwoordelijkheid kunnen dragen.'*

“Anders dan bij de meeste vormen van gezinshulpverlening is bij ons het kind de gesprekspartner”, vertelt Jeannette Bakker, met LPL Coaching gevestigd in Steenwijk. “We praten niet alleen met de ouders over het kind, maar ook met het kind vanuit zijn of haar belevingswereld. De informatie die we nodig hebben om ons werk te doen, bevindt zich namelijk juist in het kind zelf.” ▶

Toch zijn het niet de kinderen, maar de ouders die de hulp van een kindercoach inroepen, weet Christa Wiersma van Mhartiste Coaching in Onna als geen ander. “Ouders kloppen bij ons aan wanneer zich met betrekking tot hun kinderen situaties in het gezins- of schoolleven voordoen waar ze vragen over hebben. Natuurlijk luisteren we dan goed naar hun omschrijving van de situatie, maar de beleving van het kind is voor ons de basis.”

Jeannette: “Vanuit die invalshoek creëren we mogelijkheden. We kijken met het kind mee en koppelen dat terug met de ouders zodat ze samen weer verder kunnen.”

***“Alle kinderen hebben het fabelachtige vermogen zichzelf in alles te veranderen, wat ze maar willen...” (Jean Cocteau)***

Hoewel het zonder meer nuttig kan zijn om een kindercoach in te schakelen wanneer het in het gezin met een kind even niet zo loopt zoals het zou kunnen of moeten lopen, vindt Christa dat kindercoaching ook zonder directe aanleiding een prima manier is om de vinger aan de pols te houden. “Wij worden vaak pas ingeschakeld wanneer een situatie is vastgelopen. Preventieve kindercoaching zou wat mij betreft helemaal niet zo’n raar idee zijn. Periodiek spiegelen kan enorm waardevol zijn.”

Jeannette heeft een praktisch voorbeeld paraat. “Ik heb een hulpvraag gekregen van ouders van een opgroeiend kind, een kleuter nog, met een fysieke beperking. Zij wilden graag weten waar ze terecht konden wanneer hun kind eventueel gepest zou gaan worden. Wanneer ouders daar vroegtijdig informatie over verzamelen, is dat in wezen een preventieve vorm van kindercoaching. En in dit geval nog indirect ook. Maar direct of indirect, het welzijn van het kind en daardoor ook van het gezin staat voorop.”

#### **Verantwoordelijkheid en vertrouwen**

Christa knikt instemmend. “Als kindercoaches beginnen we meestal met het kind over wie een vraag is, maar zijn of haar welzijn heeft absoluut invloed op de directe omgeving: gezin, familie, school...”

Jeannette ziet daarbij een belangrijke rol voor het kind zelf weggelegd. “Natuurlijk zijn de ouders de opvoeders, maar het kind heeft zelf wel degelijk verantwoordelijkheid voor het eigen welzijn. Dat is mede afhankelijk van de leeftijd, de ontwikkeling en de mogelijkheden van het kind. Maar een aanzienlijk deel van ons werk is het kind te helpen ontdekken hoe die eigen verantwoordelijkheid kan worden vormgegeven.”

Christa: “Met verantwoordelijkheid nemen bedoelen we, dat je als mens in staat bent om zelf iets te creëren, te veranderen. Kinderen - en dat geldt ook voor volwassenen - leren dit het best door zelf te ervaren welke gevolgen bepaalde keuzes hebben. Wij helpen om de eigen verantwoordelijkheid op te bouwen en te integreren in het dagelijks leven.”

#### ***‘We proberen duurzame nieuwsgierigheid aan te wakkeren’***

“De uitdaging is telkens weer om kinderen zover te krijgen dat ze zichzelf durven te ontdekken en dat willen blijven doen, zodat het willen ontdekken een vanzelfsprekend deel van hun natuur wordt. We proberen duurzame nieuwsgierigheid aan te wakkeren”, ziet Jeannette als voornaam element in het proces van kindercoaching. “In beweging krijgen en houden”, vat Christa samen. “Of eigenlijk: de beweegredenen van het eigen denken, doen en laten zichtbaar maken en bewustwording stimuleren. Dat is helemaal niet zo ingewikkeld. Vaak is het voldoende om vragen te stellen en te luisteren. Niet alleen met je oren, maar ook met andere zintuigen.” Jeannette: “Luisteren doe je niet alleen met je oren, praten doe je niet alleen met je mond.” Glimlachend: “Raar hè... Maar communiceren doe je écht met alle zintuigen.”

## **Platform Adiona**

Adiona is geen beroepsvereniging, maar een zelfstandig platform voor kindercoaching. Adiona werkt samen met de Nederlandse Federatie Gezondheidszorg aan verdere professionalisering van de beroepsgroep ‘kindercoaches’. Adiona houdt zich ook bezig met zingeving, ontwikkeling en kwaliteitsaspecten om kindercoaches bewust om te laten gaan met hun vak. De leden van Adiona moeten allereerst als kindercoach zijn ingeschreven bij de Kamer van Koophandel. Daarnaast moeten zij voor toelating een casus schriftelijk behandelen, de beroepseed onderschrijven, een Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG) aanleveren en twee referenties overleggen. Het platform verzekert zich daarmee van coaches die staan voor kwaliteit en professionaliteit. Adiona waarborgt dat de aangesloten leden zich blijven ontwikkelen binnen hun vakgebied.

#### **Eigen probleem, eigen oplossing**

“Het begint allemaal met vragen wat het kind bedoelt en hoe hij of zij een situatie ervaart”, zegt Christa. “Ouders kunnen bijvoorbeeld vinden dat hun kind gebrek aan zelfvertrouwen heeft. Dan moet je naar ons idee geen standaardoplossing aanbieden en de spellendoos ‘Hoe krijg ik zelfvertrouwen’ uit de kast halen. Nee, wij vragen door. We willen samen met het kind achterhalen wat zelfvertrouwen eigenlijk is, wanneer het aan zelfvertrouwen schort. En óf het eigenlijk wel een kwestie van een gebrek aan zelfvertrouwen is. Hoe kijkt het kind daar zelf tegenaan? En hoe denkt hij of zij daar iets aan te kunnen doen? Hoe je het ook bekijkt, het kind is de ‘probleemeigenaar’ van het eigen probleem. Maar het mooie is dat het kind ook de eigenaar van de oplossing is. Onze expertise helpt ze die oplossing zelf te vinden. Dat is de kunst!”

#### **Voor kind én ouders**

“In feite lossen wij niks op”, vindt Jeannette. “Wij helpen om de weg naar de oplossing te vinden.”

Christa: “Eten kauw je ook niet voor. Je leert kinderen hoe ze aan tafel kunnen zitten, bestek vast kunnen houden, hoe ze daarmee het eten in hun mond kunnen doen en dat ze dan moeten kauwen. Slikken en verteren kunnen we niet voor ze doen.”

“En daarna gaan ze zelf koken”, vervolmaakt Jeannette de beeldspraak.

“Wij zetten een ontwikkeling in beweging”, vat Christa samen, “door kinderen bewust te maken van hun eigen mogelijkheden waarmee ze zichzelf verder kunnen ontwikkelen. Dat is elke keer weer een prachtig proces. Voor het kind én voor de ouders.”