

Gas terug

Als hij Bas niet had ontmoet, had Vincent waarschijnlijk nog bij een vriend op de bank geslapen. Drugs bepaalden zijn dagen, plannen voor de toekomst had hij niet. Nu heeft Vincent een woning, een baan en traint hij voor de marathon. "Mijn vrienden merken dat ik rustiger ben geworden."

Op de televisie in zijn woonkamer begint het Journaal, maar Vincent kijkt naar de klok. Acht uur. Bas zou hier elk moment kunnen zijn. Hij heeft genoeg te bespreken en hoopt dat zijn mentor snel komt. Ah, daar klinkt de deurbel.

"Hoe gaat het?", vraagt Bas even later, terwijl hij zoals elke week plaatsneemt aan de witte eettafel. "Ja goed, goed", antwoordt Vincent. Hij schenkt twee glazen Fanta in. "Maar ik zit met die gemeente in mijn maag. Ik krijg de mensen niet te pakken. Voordat ik straks met mijn baan begin, moet ik ze echt spreken." Bas, nog geen twee minuten binnen, knikt. Hij is er inmiddels aan gewend dat zijn mentee graag snel ter zake komt.

Een klein jaar geleden ontmoeten de twee elkaar voor het eerst. Toen nog in een café in Eindhoven. Een fijne neutrale plek voor een eerste kennismaking, maar ook praktisch gezien de meest handige keuze. Vincent had geen eigen woning en sliep bij een vriend op de bank. Drugs hadden het leven van de twintiger behoorlijk overhoop gegooid. Om hem te helpen bij het doorbreken van bepaalde patronen, zocht Vincent contact met Jongerencoaching Eindhoven.

"Wie moet je precies bellen?", vraagt Bas rustig. "Als we dat op papier zetten, wordt het volgens mij overzichtelijker." Een glas Fanta later ligt er een stappenplan op tafel. Daarin staan de contactgegevens van iedereen die Vincent moet benaderen, voordat hij straks als stukadoor aan de slag kan. Zo concreet gaat



het er niet altijd aan toe. Vaak is het voor Vincent voldoende om te praten over de dingen waarmee hij zit. Bas luistert, denkt mee en remt waar nodig af. "Vincent stormt soms met oogkleppen op een bepaalde kant uit. Ik probeer te nuanceren en zijn blik te verruimen", legt Bas uit.

Het contact met Bas heeft Vincent zelfverzekerder en minder impulsief gemaakt. "Mijn vrienden merken dat ik rustiger ben geworden", zegt hij. Dat werd onlangs duidelijk toen een eerder toegezegde baan toch niet doorging. "Voorheen zou ik zijn teruggevallen in drugsgebruik en passiviteit. Nu bleef ik gemotiveerd om te zoeken naar een oplossing."

En daar houdt het niet bij op. Bas heeft Vincent enthousiast gekregen om mee te gaan sporten. "We doen binnenkort mee aan een marathon en lopen dan tien kilometer", zegt Vincent. Bas verslikt zich bijna. "Nee, joh. Vijf", lacht hij. "Over afremmen gesproken", lacht Vincent terug. Op de klok is het inmiddels half tien, tijd voor Bas om op te stappen. "Houdoe", zegt Vincent als ze bij de voordeur zijn. "Houdoe", antwoordt Bas. Tot volgende week.

Tip van Bas: "Blijf als mentor dichtbij jezelf. Alleen dan krijg je persoonlijk contact met een mentee."

Tip van Vincent: "Schaam je niet voor je problemen. Ieder huisje heeft zijn kruisje en als je dat beseft, is het vragen van hulp minder lastig."

Bas van de Loo (35)
Vincent Frencken (24)
verbonden aan:
Jongerencoaching Eindhoven
koppel sinds: 2011
www.jceindhoven.nl

Sabrina mag dan niet over zijn naar de volgende klas, dankzij haar mentor Bianca is ze gemotiveerder dan ooit. “Ik leg Sabrina niets op, maar help haar zelf actie te ondernemen.”

Geklingel van een carillon klinkt over het Waagplein van Alkmaar. Het is woensdagavond, half acht. Waar overmorgen de wekelijkse kaasmarkt weer begint, staan nu terrassen opgesteld en Bianca en Sabrina zoeken hier een lege tafel. Sabrina hangt haar leren jasje over een lege stoel. Eindelijk een plek. Even later zijn beide dames voorzien van een kop cappuccino. Tijd om de draad op te pakken.

“Is het gelukt met school?”, vraagt Bianca aan Sabrina. Na een hectische zomer waarin Sabrina heeft nagedacht over haar toekomst, besloot ze zich in te schrijven voor een opleiding tot onderwijsassistent. Maar vorige week had ze nog geen bevestiging ontvangen. En de school begint binnenkort. Nu zijn Bianca en Sabrina inmiddels wel wat gewend. Nadat ze in juni aan elkaar werden gekoppeld, hebben ze een vliegende start gemaakt.

“Mijn school liep voor geen meter en daarom heb ik me aangemeld voor een mentor”, zegt Sabrina. Eenmaal gekoppeld aan Bianca heeft ze keihard geprobeerd de achterstand op school in te halen. “We maakten een planning en bespraken de oorzaken van haar onvoldoendes”, zegt Bianca. Vanuit haar werk als kwaliteitsmedewerker bij de sociale dienst weet ze hoe belangrijk het hebben van een diploma is. “Jongeren zonder opleiding komen heel moeilijk aan een baan. Daarom wil ik ze helpen hun school af te maken. Vanuit die gedachte heb ik me aangemeld als coach”, legt ze uit.

Helaas lukte het toch niet om Sabrina over te laten gaan naar

het volgende schooljaar. “Natuurlijk baal ik daar onwijs van”, zegt Sabrina. Maar ondanks die tegenvaller helpen de wekelijkse ontmoetingen met Bianca haar vooruit. “Ik maak minder ruzie met mijn moeder en ben gemotiveerder om iets van mijn leven te maken”, zegt ze. Nog niet zo lang geleden liet Sabrina haar agenda bepalen door de wensen en verwachtingen van anderen. Bang voor boze reacties, vergat ze wat ze zelf belangrijk vindt. “Daardoor ontstond vaak frustratie en ruzie. Met school, maar ook thuis.”

Bianca glimlacht en kijkt naar haar mentee. “Ik ben er ter ondersteuning. Ik leg niets op, maar help Sabrina zelf actie te ondernemen en haar eigen kracht te ontdekken. Uiteindelijk bepaalt ze zelf wat ze wilt.” Iets moeten is er niet bij. Niet voor niets spreken de twee af op een neutraal terrein als een terras. Bianca: “Als we op school zouden gaan zitten, krijgt het meteen een dwingende sfeer.”

En die aanpak werkt. Want, nee, Sabrina heeft nog steeds geen reactie van haar nieuwe school. Maar in plaats van boos de moed opgeven, zoals ze vroeger zou hebben gedaan, is Sabrina vastberaden. “Ik ga erachteraan”, zegt ze beslist. “Desnoods door maandag naar school te gaan om te vragen hoe het zit.” Ze pakt haar tas en noteert het met grote letters in haar agenda. “Jij nog een cappuccino?”



De strijd voorbij

Tip Bianca: “Zoek een plek waar je allebei graag wilt afspreken. Dit maakt het contact ongedwongen en daarmee bereik je uiteindelijk het meest.”

Tip Sabrina: “Bedenk dat het hebben van een mentor ook enorm leuk is. Je bent echt niet de hele tijd bezig met heftige zaken, meestal is het hartstikke gezellig.”

Bianca van Sante (34)
Sabrina Philipsen (18)
verbonden aan:
Z11 Jongerencoaching
koppel sinds: juni 2012
www.z11jongerencoaching.nu

Het was maar de vraag of Rico voldoende studiepunten zou halen om door te mogen naar het volgende jaar. Gelukkig werd hij net op tijd gekoppeld aan mentor Anne. "Plannen was niet echt mijn sterke kant."



“**W**e zijn er bijna”, zegt Rico sportief en stapt stevig door op de trappen van ROC Nijmegen. Anne houdt hem aardig bij, maar is blij nu de laatste treden in zicht zijn. Om het lokaal te bereiken waar ze wekelijks afspreken, moeten ze een reeks trappen beklimmen. De lift van het gebouw is alleen toegankelijk met een medische verklaring van de dokter. “Nou ja, zo blijven we in vorm”, zegt Anne positief als hij boven is en de deur opent van een klein lokaal. Even op adem komen en dan aan de slag.

Elke vrijdagmiddag treffen Rico en Anne elkaar in het ROC waar Rico de opleiding Maatschappelijke Zorg volgt. “Ik ben met pensioen, maar dat betekent niet dat ik thuis ga zitten”, verklaart Anne die ruim veertig jaar in de psychiatrie en jeugdhulpverlening heeft gewerkt. “Ik vind het vreselijk belangrijk dat jongeren hun diploma halen en

heb me daarom aangemeld als mentor voor het Coachproject dat jongeren hierin steunt.”

Rico was een van de jongeren die wel een steuntje nodig had. “Plannen was niet mijn sterke kant”, zegt Rico met een lachje. En dan drukt hij zich mild uit. Niet zelden zat hij tot diep in de nacht door te werken aan huiswerk, dat hij te lang voor zich uit had geschoven. Regelmatig hielp zijn moeder mee om alles af te krijgen. “Dat kon zo niet langer en daarom ben ik op zoek gegaan naar een mentor die me kon helpen.”

Na een eerste kennismaking waarbij zowel Rico als Anne best even zenuwachtig was, bedachten de twee een plan van aanpak. “We hebben eerst geïnventariseerd wat Rico allemaal moest inhalen”, zegt Anne. Vervolgens maakte Rico een planning op zijn laptop. “Wat af was, werd groen, werk waaraan ik nog werkte oranje en als ik er nog niets mee had gedaan, kleurde ik het rood.” Een stoplicht waarmee Rico zichzelf motiveerde. “Ik zag het steeds groener worden. Dat gaf een goed gevoel.” Alle inzet werd beloond, toen Rico hoorde dat hij over was naar het volgende schooljaar.

Toch blijft Rico het soms lastig vinden om zijn werk in te delen. Zoals vandaag. Verdeeld over het hele jaar moet hij opdrachten maken uit verschillende boeken. Met een plof legt Rico ze allemaal op tafel. Anne kijkt er rustig naar. “Welke heb je nu nodig?”, vraagt hij. “Deze”, antwoordt Rico en pakt een boek uit de stapel. Vervolgens legt Anne de andere boeken uit het zicht. Stap voor stap werken, is het devies.

Het leren plannen en aanbrengen van orde hebben Rico veranderd. “Ik heb minder stress en ben gemotiveerder om mijn diploma te halen”, vertelt hij. Natuurlijk gaat het soms nog mis. “Maar dan word ik echt niet boos”, zegt Anne. “Ik begrijp heel goed dat verandering tijd kost. En daarbij doet Rico het uiteindelijk voor zichzelf.”

Anne is van plan om nog een tijdje mentor te blijven. “Ook al vraag ik me wel af hoe dat er dan uitziet: een mentor van tachtig. Ik zie mezelf hier al met een wandelstok binnenkomen”, lacht hij. Rico: “Maar dan mag je wel met de lift.”

Stap voor stap

Tip Anne: “Probeer aansluiting te vinden bij de beleving van de mentee. Op die manier begrijp je goed wat wel en niet haalbaar is.”

Tip Rico: “Wacht niet te lang met het zoeken van een mentor, als je denkt dat je daarmee ben geholpen. Voor mij was het bijna te laat.”

Anne Polhout (66)
Rico Eijkholt (21)
verbonden aan:
Coachproject ROC Nijmegen
koppel sinds: november 2011
www.roc-nijmegen.nl/coachproject