

Jongerencoach kan helpen met toekomstplan

Topsporters hebben meestal een coach die hen helpt het beste uit zichzelf te halen. Ook sommige zakenlieden en politici laten zich ondersteunen door een persoonlijke coach. Jongeren met beperkingen (bijvoorbeeld als gevolg van een chronische ziekte zoals ME/CVS) kunnen vaak ook heel goed wat steun gebruiken. Bijvoorbeeld om antwoorden te vinden op vragen als: Hoe kan mijn toekomst eruitzien? Waar ben ik goed in? Wat vind ik leuk? Wat wil ik? Hoe kan ik dat bereiken?

Jongeren tussen circa 12 en 25 jaar, die ondersteuning willen bij het bepalen van hun doelen of het zetten van stappen om die te bereiken, kunnen zich aanmelden voor een jongerencoach van de NSGK.* Deze coaches hebben de nodige ervaring en zijn getraind in het maken van een persoonlijk toekomstplan.

Als er een coach is gevonden met wie het 'klikt', heb je daarmee bijvoorbeeld eens per twee of drie weken een gesprek. De jongerencoach kan ook een bijeenkomst organiseren met de mensen in je omgeving die belangrijk zijn voor je toekomst en je willen helpen. Voor een jaar ondersteuning door een jongerencoach betaal je een bijdrage van 100 euro. In plaats daarvan kun je, in overleg, ook hulp aanbieden aan iemand in jouw omgeving.

Meer informatie:

<https://www.nsgk.nl/wat-doet-nsgk/projecten/jongerencoach/info-voor-jongeren>

* Nederlandse Stichting voor het Gehandicapte kind. Deze stichting zet zich in voor een samenleving waarin kinderen en jongeren met en zonder handicap vanzelfsprekend samenleven.