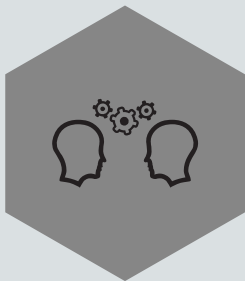


2. Positief coachen

Kennis van coachen

2.1 Coaches met kennis over hoe **om te gaan** met hun leeftijdsgroep



- Jeugdtrainers dat het belang van kwaliteitsvolle trainingen begrijpen, waarderen en promoten
- Oriëntatieworkshops voordat jeugdcoaches jeugdleden kunnen opleiden
- Opleidingen en bijscholingen die kunnen gevolgd worden
- Beschikbaarheid van online tools / applicaties om de belangrijkste coaching competenties in elke leeftijdsgroep te trainen
- Stimuleren van samenwerking tussen verschillende jeugdcoaches
- Opvolging van jeugdcoaches

2.2 Coaches met **autonomie** ondersteunende coaching stijl

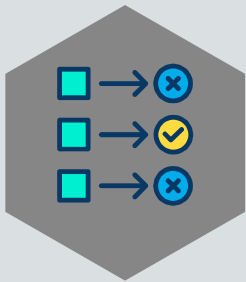


- Gepast niveau van controle van de trainer
 - o Niet overcontrolerend
 - o Gepaste sturing geven
- Frequente en positieve dialoog tussen jeugdcoaches en hun leden
 - o Focus op het luisteren naar jeugdleden
 - o Overweging van mening of standpunt jeugdleden
 - o Verschillende meningen en standpunten worden bijgehouden en overwogen
- Kansen voor stem en keuze van de jeugdleden zelf
- Leerstrategieën aangepast aan de leeftijdsgroep die men coacht
 - o Verschillende communicatiestijlen die passen bij de leeftijd
 - o Ontwikkeling van coachingsfilosofie
- Duidelijke en consistente instructies
 - o Betekenisvolle uitleg van oefeningen rekening houdend met leeftijd, capaciteiten, persoonlijke doelen
 - o Zinnvolle beweegredenen achter verstrekte oefeningen
 - o Demonstraties of gebruik van visualisaties bij het uitleggen van moeilijke oefeningen
 - o Zekerheid dat jeugdleden de waarde en het doel van oefeningen begrijpen

2. Positief coachen

Kennis van coachen

2.3 Coaches met competentie ondersteunende coaching stijl



- Individuele opvolging van elk jeugdlid
 - o Personalisatie van ervaring
 - o Mogelijkheden om problemen te bespreken
- Erkenning van de voortgang van elk jeugdlid
 - o Uitdagingen voor elk jeugdlid om zich verder te ontwikkelen
- Gestructureerde kansen (bijv. award) om prestaties of inspanningen te belonen
- Positieve feedback op frequente momenten
- Stimulering van zelfreflectie
 - o Ontwikkeling van zelfgeïnformeerde jeugdleden door het stellen van eigen realistische doelen, verwachtingen en plannens

2.4 Coaches met verbindende coaching stijl



- Coaches die actief en persoonlijk betrokken zijn bij jeugdleden
- Aandacht voor het opbouwen van zorgzame, betrokken relatie
- Focus op het tonen van interesse in wat jeugdleden te zeggen hebben
- Coaches geven het voorbeeld door positieve binding, vriendelijk en benaderbaar zijn voor jeugdleden
- Positief erkennen van positief gedrag
- Steun wanneer jeugdleden moeilijkheden ervaren tijdens oefeningen
- Coaches die een positief rolmodel zijn voor gepast gedrag
 - o Respectvol
 - o Leermomenten
 - o Iedereen gelijk behandelen
- Coaches geven iedereen een welkom gevoel
- Sfeer waar iedereen bij elkaar hoort
 - o Doelstellingen te behalen als team
 - o Bindingsactiviteiten voor het team