

JONGEREN

17-jarige Koen lost dankzij intensieve begeleiding zijn agressieprobleem op

“Ik heb geleerd dat ik een beginner ben, geen mislukkeling”

“Het heeft moeite gekost, vooral het praten over mezelf. Nu ben ik trots dat ik het gedaan heb. Ik weet dat ik een ander mens ben geworden.” De 17-jarige Koen* heeft net een jaar intensieve begeleiding van YAR Coaching achter de rug, een organisatie die jongeren met een complexe problematiek de kans geeft hun leven weer op de sporen te krijgen.

Koen is nog maar 17, maar klinkt opvallend volwassen voor zijn leeftijd. Je voelt meteen aan hem dat hij een lange weg heeft afgelegd. Samen met zijn coach Jurgen Ceuppens, een 37-jarige architect uit Antwerpen die zich al vijf jaar als vrijwilliger inzet voor YAR Vlaanderen. De organisatie wordt door minister van Volksgezondheid Jo Vandeurzen omschreven als “een mooi voorbeeld van vermaatschappelijking van de zorg.” In de werking van YAR is de rol van vrijwillige coaches immers cruciaal. Een aanpak die werkt, zo blijkt uit de getuigenis van Koen en zijn coach Jurgen.

Gemeenschapsinstelling Mol

Zijn leven zat een goed jaar geleden nog helemaal in de knoop. Door zijn impulsief karakter had Koen zichzelf diep in de nesten gewerkt. Op school, thuis en onder vrienden. Omdat hij gemakkelijk geïrriteerd geraakte, deed hij wel eens stomiteiten. Door zijn agressief gedrag is hij uiteindelijk in handen van de jeugdrechter gevallen die hem vanwege “slagen en verwondingen”, en ook hardnekkig spijbelgedrag, naar de gemeenschapsinstelling De Markt in Mol heeft doorverwezen. Hij heeft er acht maanden verbleven.

“Ik zat in Mol toen mijn advocate me over YAR vertelde”, begint Koen zijn verhaal. “Volgens haar zou de jeugdrechter het wel appreciëren dat ik het programma van YAR zou volgen. Ik was nogal slecht in het nakomen van mijn afspraken met de jeugdrechter, dus ik had wel iets goed te maken. En wie weet, lukte het zo om eerder naar huis te kunnen...”

Koen heeft lang getwijfeld, maar na lange gesprekken met de begeleiders van YAR is hij in het programma gestapt. Met drie duidelijk omschreven doelen voor ogen. Bedoeling van het programma is die drie doelen na elf maanden te realiseren.



Coach Jurgen Ceuppens heeft Koen in negen maanden tijd geholpen met het omgaan met zijn agressieprobleem. FOTO ROBBIE DEPUYDT

Jurgen Ceuppens

Vrijwillige YAR-coach

“Als coach ben je geen beste vriend of vervangouder, maar iemand die de lastige vragen moet stellen.”

“Eerste doel, en heel belangrijk voor mij: geen agressie meer gebruiken”, zegt Koen. “Verder: me houden aan de afspraken met de jeugdrechter en ook: naar school gaan, mijn best doen, diploma halen en werk zoeken... Een serieuze uitdaging, maar zover was ik al wel. Veel moeilijker vond ik de gesprekken. Ik was het niet gewoon om zo open over mezelf te praten. Ik was precies in een andere wereld terechtgekomen, het tegenovergestelde van de hulpverlening die ik gewoon was. Het was niet van: je hoort dit en dat te doen, en dit zijn de gevolgen als je dat niet doet... Neen, er werd aan mij gevraagd wat ik ervan dacht.

Essentieel in het YAR-programma is de residentiële trainingsweek waaraan de jongeren deelnemen.

Zes dagen lang volgen ze in groep trainingsessies, onder meer rond het versterken van hun zelfbeeld en zelfvertrouwen. Aan het einde van die intensieve week is voor Koen coach Jurgen Ceuppens in beeld gekomen.

Volwassener

“We hebben elkaar leren kennen aan de pingpongtafel, het klikte wel”, zegt Jurgen Ceuppens. “Koen is de derde jongere die ik voor YAR coach. Ik ben onder de indruk van zijn directe manier van aanpakken. Het doet deugd te zien hoe hij uit zijn problemen leert en hoe kortdaat hij oplossingen vindt.”

De trainingsweek is voor Koen heel ingrijpend geweest. “Het heeft mijn blik op mijn situatie helemaal veranderd. Ik voel me nu een stuk volwassener, een ander mens. Nooit gedacht dat ik het zou kunnen, maar ik heb er voor het eerst, in aanwezigheid van vele anderen, over de problemen met mijn moeder gepraat. Staand bovenop een paal van 11 meter heb ik heel luid geroepen: ik doe dit voor mijn moeder. Echt zot, maar

het deed wel iets.”

Behalve trainingen rond persoonlijkheidsontwikkeling zet YAR ook sterk in op ‘grensverleggende’ oefeningen. Een pittig hindernissenparcours ‘s ochtends vroeg of de ‘pamper-paal’ waarover Koen het hierboven heeft.

“Het bijzondere is dat elke activiteit of oefening goed onderbouwd is en een duidelijk doel beoogt”, zegt coach Jurgen. “Jongeren leren bijvoorbeeld ontdekken waar hun comfortgrenzen liggen en leren inzicht te krijgen in hoe ze eroverheen kunnen. Andere oefeningen werken op durven vertrouwen of leren steunen.”

Acht maanden lang hebben Jurgen en Koen wekelijks onderling afgesproken en maandelijks met de hele groep jongeren en coaches. En zo verder gewerkt aan het halen van Koens doelen.

“Koen was geregeld ‘onbereikbaar’, beetje lastig”, zegt Jurgen. “In de studio, waar hij na zijn verblijf in Mol op ‘kamertraining’ zat als tussenstap naar begeleid zelfstandig wonen, zijn er en-

kele crisismomenten geweest. Alles sloeg tegen, Koen had heel veel moeite met zich te houden aan de huisregels of met de omgang met de anderen die in zijn ogen onredelijk waren. Voor het eerst in lange tijd werd zijn agressie opnieuw getriggerd. Als coach ben je geen beste vriend of vervangouder, maar iemand die de lastige vragen moet stellen.”

Koen luistert aandachtig naar zijn coach. “Het was niet simpel, maar ik heb me wel enorm voelen vooruitgaan. Als ik me kwaad voelde worden, hebben we samen gezocht naar een manier om er mee om te gaan. Eerst nadenken, dan handelen. Het is lang andersom geweest. En ik heb geleerd mezelf niet als een mislukkeling te zien, maar als een beginner die beter aan het worden is. Op school, in de omgang met anderen, in het weerstaan aan verleidingen, ...”

Sinds vorige week woont Koen weer bij zijn moeder. Hij heeft een job in de horeca en bereidt zich voor op de examencommissie waar hij zijn ASO-diploma wil behalen.

KARIN VANHEUSDEN

* Omdat de jongen die in het artikel getuigt minderjarig is, hebben we een pseudoniem gebruikt.

