

# Safe Sport Allies

Samen werken aan een veilig sportklimaat



Draaiboek voor lesgevers over de workshop  
'Leren reageren op grensoverschrijdend gedrag  
als trainer'



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Inhoud

Handleiding voor het uitvoeren van de 'Safe Sport Allies' workshop voor trainers, een workshop voor trainers met als doel om in gesprek te gaan met elkaar over het opmerken, stoppen en voorkomen van grensoverschrijdend gedrag in de sportclub.



## Copyright © 2023 Safe Sport Allies

Auteurs: Tine Vertommen, Helena Verhelle, An De Kock en Karolien Adriaens.

Het Safe Sport Allies consortium bestaat uit onderzoeksinstituten Thomas More University of Applied Sciences (BE), Mulier Institute (NL), Haaga-Helia University of Applied Sciences (FIN) en Open University (NL), sportorganisaties Cyprus Sport Organisation (CY) en Athletics Club Bilbao (ES), en praktijkorganisaties Centrum Ethiek in de Sport (BE), De Stilte Verbroken (NL) en Terre des hommes - Aide à l'enfance dans le monde (RO).

Met de co-financiering van de Europese Unie via het Erasmus+ Collaborative Partnership project 622589-EPP-1-2020-1-BE-SPO-SCP.



# Inhoudsopgave

Achtergrondinformatie workshop .....	5
Structuur van het draaiboek .....	6
Vorbereiding van de workshop .....	7
Inhoud van de workshop.....	8
1. Welkom, kennismaking en toelichting.....	9
2. Introductie .....	10
3. Laddercompetitie .....	13
4. En wat zou jij doen? .....	17
5. Kennismaking club-API / VCP.....	22
6. Afronding .....	23
Bijlage 1 – Situaties laddercompetitie - teamsporten .....	24
Bijlage 2 – Situaties laddercompetitie - individuele sporten .....	25

# Situering en welkom

## Welkom!

Welkom bij Safe Sport Allies! Safe Sport Allies (SSA), is een samenwerkingsproject met verschillende internationale partners: onderzoeksinstituten Thomas More hogeschool (BE), Mulier Instituut (NL), de Haagse Hogeschool (FIN) en de Open Universiteit (NL), sportorganisaties Cyprus Sport Organisation (CY) en Athletics Club Bilbao (ES), en praktijkorganisaties Centrum Ethiek in de sport (BE), De Stille Verbroken (NL), en Terre des hommes - Aide à l'enfance dans le monde (RO) Het SSA-project werd deels gefinancierd door het Erasmus+ Collaborative Partnership programma van de Europese Unie en heeft als doel het ontwikkelen van workshops voor sportclubs om jonge sporters te beschermen tegen grensoverschrijdend gedrag.

Het resultaat van dit project is o.a. een workshop voor trainers die hen laat kennismaken met het thema 'grensoverschrijdend gedrag in de sportclub'. Tijdens de workshop bieden we trainers oefeningen aan om (de ernst van) grensoverschrijdend gedrag ten aanzien van jonge sporters te leren inschatten. Ook spreken ze met elkaar over waar de grens dan precies ligt en wat zij zelf kunnen doen in situaties van grensoverschrijdend gedrag. In dit draaiboek vind je als lesgever van deze workshop alle informatie om deze voor te bereiden en in goede banen te leiden.

Heb je nog vragen of feedback? Neem dan contact op het Centrum Ethiek in de Sport via [info@ethischsporten.be](mailto:info@ethischsporten.be).

## Achtergrondinformatie workshop

De workshop kan gegeven worden door club-API's, bestuurders of opgeleide lesgevers van het Centrum Ethiek in de Sport. De lesgever kan de workshop voorbereiden met behulp van dit draaiboek. De vorming is gemaakt om ongeveer 5 à 15 trainers uit de club te laten deelnemen.

Indien je als club-API of trainer liever werkt met korte discussiemomenten over het thema, kan je gebruik maken van de Safe Sport Allies praatkaarten. Deze beschrijven verschillende methodieken om met mede-trainers over grensoverschrijdend gedrag te praten voor, tijdens of na een training/stage/kamp/vergadering en kan je gratis downloaden via [www.ethischsporten.be](http://www.ethischsporten.be).



Een club die deze workshop voor haar sporters wil organiseren, kan deze in Vlaanderen ook aanvragen bij het Centrum Ethiek in de Sport via **[vorming@ethischsporten.be](mailto:vorming@ethischsporten.be)**. Clubs hebben recht op een voordeeltarief. De organiserende club zorgt voor een lokaal met beamer en scherm en voldoende deelnemers. Het Centrum Ethiek in de Sport gaat op zoek naar een lesgever voor de gewenste datum.

## Structuur van het draaiboek

De workshop bestaat uit een vorming van ongeveer 90 minuten in de sportclub.

De sessie is samengesteld uit verschillende opdrachten.

In dit draaiboek gebruiken we een aantal pictogrammen zodat alle informatie makkelijk terug te vinden is.

	<b>Achtergrond- informatie</b>	Doorheen het draaiboek wordt bij sommige opdrachten achtergrondinformatie voorzien. Deze kunnen je helpen bij het begeleiden van de sessie. <b>Deze informatie is in de eerste plaats voor jou bedoeld. Je hoeft ze niet letterlijk te overlopen met de deelnemers tijdens de workshop.</b>
	<b>Opdracht</b>	Doorheen de workshop zijn er verschillende opdrachten/oefeningen voor de deelnemers. De uitleg van de opdracht vind je ter hoogte van dit pictogram.
	<b>Taak</b>	Dit symbool geeft aan dat er een taak is voor de lesgever.
	<b>Belangrijke aandachtspunten</b>	Doorheen het draaiboek zal je belangrijke aandachtspunten tegenkomen. <b>Hou ze goed in de gaten!</b>

## Vorbereiding van de workshop

<b>Doelgroep</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 5 – 15 trainers (minstens 16 jaar) van één sportclub</li></ul>
<b>Duur</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Live workshop van +/- 90 minuten</li></ul>
<b>Doelstellingen</b>	<p>Na de workshop ...</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. is de trainer in staat om de verschillende vormen van grensoverschrijdend gedrag te benoemen,</li><li>2. kan de trainer aangeven dat de grenzen bij iedereen (collega-trainers, sporters) anders liggen,</li><li>3. is de trainer bewust van het belang van het geven van toestemming door zijn/haar sporters,</li><li>4. rapporteert de trainer aan de club API in situaties van grensoverschrijdend gedrag.</li></ol>
<b>Inhoud</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Oefeningen die vooral interactie en discussie stimuleren</li><li>▪ Voorbeelden van zowel fysiek, psychisch als seksueel grensoverschrijdend gedrag in de sport</li></ul>
<b>Benodigdheden</b>	<p>De lesgever gaat voor de start van de workshop even na of hij/zij over al het materiaal beschikt.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kaartjes met situaties (laddercompetitie)</li><li>▪ Beamer en projectiescherm (indien aanwezig in de club)</li><li>▪ Powerpoint met casusmateriaal</li></ul>

## Inhoud van de workshop

Inhoud	Doelstelling	Tijd
<b>1. Welkom en toelichting workshop + kennismaking</b>		5'
<b>2. Introductie</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Inleidende vragen rond grensoverschrijdend gedrag (GG)</li></ul>	(1)	10'
<b>3. Laddercompetitie</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Rangschikken van gedragingen</li><li>Uitleg grenswijssysteem</li></ul>	(2), (3)	30'
<b>4. En wat zou jij doen?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Casusbeschrijvingen</li><li>Laat de groep de situatie inschatten</li><li>Sta als lesgever stil bij hoe de situatie kan aflopen, incl. impact op het slachtoffer</li></ul>	(2), (3), (4)	35'
<b>5. Kennismaking club-API</b>	(4)	5'
<b>6. Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Take home message</li></ul>	(1-4)	5'



# 1. Welkom, kennismaking en toelichting - (5 MIN)

## Benodigdheden

- Eventueel powerpoint

Start met het verwelkomen van de trainers. Stel jezelf kort voor en licht toe dat je er bent om te spreken over grensoverschrijdend gedrag.

In deze sessie wordt er tijd gemaakt om te praten over grensoverschrijdend gedrag en positief omstandergedrag in de sport. We zullen met elkaar hierover van gedachten wisselen. Het doel is om van elkaar te leren en dat wordt gestimuleerd door tijdens deze sessie met elkaar te praten. Zo leren we van elkaar welke waarden en normen we belangrijk vinden, waar we zelf op letten en wat we gelijkaardig of anders doen dan onze collega-trainers.

## Kennismakingsrondje met de groep (optioneel)

*Je kan er voor kiezen om dit op een leuke/originale manier te doen. Denk er wel aan dat de trainers elkaar wellicht al goed kennen en hou daar rekening mee.*

- Naam
- Rol in de club
- Optioneel: Wat is jouw meest bijzondere sportmoment (als sporter of toeschouwer)?

## Afspraken met de groep

Voor je van start gaat met de oefeningen, maak je wat afspraken met de groep.

Vraag even aan de groep of er bepaalde zaken zijn die ze belangrijk vinden om afspraken rond te maken zoals bijvoorbeeld elkaar laten uitspreken, respect hebben voor elkaar,... Laat deze input vooral van hen komen.

Hieronder vind je een lijstje ter inspiratie:

- We laten elkaar uitspreken.
- We hebben respect voor elkaars mening en standpunt.
- Alles wat in deze groep gezegd wordt, is en blijft vertrouwelijk. Uit respect voor de leden van de club, worden er geen identificeerbare gegevens gedeeld tijdens deze sessies.
- Er zijn geen juiste of foute antwoorden.
- Je kiest zelf welke informatie je wil delen.
- Als er na de sessie bepaalde emoties en/of herinneringen naar boven komen, kan je terecht bij 1712 of de club-API (aanspreekpunt integriteit).

## 2. Introductie – (10 MIN)



### Oefening

- I. **Beoordeel of volgende voorbeelden grensoverschrijdend zijn.** (Ja vs. Neen)
  - Je vraagt de deelnemers om voor zichzelf te bepalen of ze de situatie grensoverschrijdend vinden.
  - Tijdens de live workshop kan je hen laten plaatsnemen op een denkbeeldige lijn waarbij het ene uiteinde het antwoord 'Ja' vertegenwoordigt en het andere uiteinde 'Neen'.
  - Nadat ze hun antwoord hebben gegeven, laat je enkele deelnemers aan het woord om uit te leggen waarom ze dit vinden.
  - Nadien kan je wat extra informatie geven waarom een situatie vanuit ons oogpunt al dan niet grensoverschrijdend is.

### Situaties:

- A. Mark (55 jaar) is een trouwe supporter van de tennisclub. Hij komt regelmatig naar de wedstrijden kijken, want hij heeft vroeger zelf lang getennist. Hij kijkt geregeld naar wedstrijden van Silke (16 jaar). Ze heeft het gevoel dat Mark haar de hele tijd zit aan te staren. Wanneer ze hem aankijkt, geeft hij haar wel eens een knipoog.

#### Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:

Bij dit voorbeeld primeert het gevoel van Silke en hoe zij dit ervaart. Silke voelt zich ongemakkelijk door het gedrag van Mark. Het gaat hier dus in de eerste plaats over haar gevoel en niet over de intentie van Mark.

- B. Viktor (10 jaar) heeft een blessure aan z'n knie en kan niet meedoen aan de voetbalwedstrijd. Hij stelt voor aan de trainer om in de goal te staan omdat dat wel zou moeten lukken, maar de trainer antwoordt: "Als je kan keepen, kan je ook sjotten. Ga maar in de tribune zitten!".

#### Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:

Het is belangrijk dat trainers op een goede manier duidelijk communiceren naar hun sporters waarom ze niet mogen deelnemen aan de wedstrijd. In dit geval wil de trainer ervoor zorgen dat Viktor niet speelt met een blessure zodat de blessure niet erger wordt. De trainer neemt dus zijn verantwoordelijkheid om de gezondheid van de sporter op de eerste plaats te zetten.

- C. Sara en James (allebei 17 jaar) sturen naaktfoto's naar elkaar en vinden dit leuk om te doen. Ze hebben beloofd aan elkaar om de foto's niet aan anderen te laten zien of door te sturen.



### Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:

Het versturen van naaktfoto's (sexting) tussen volwassenen (18+) is niet strafbaar, zolang beide partijen hiervoor de toestemming hebben gegeven. Het uitwisselen van naaktfoto's door jongeren van 16 en 17 jaar wordt eveneens niet strafbaar gesteld wanneer het gebeurt met onderlinge toestemming en er geen gebruik wordt gemaakt van een vertrouwens- of gezagspositie.

In dit geval hebben Sara en James dezelfde leeftijd en zijn ze gelijkwaardig. Ze hebben ook beiden toestemming gegeven om naaktbeelden te sturen en ontvangen. Zij doen dit volledig vrijwillig. Er is geen sprake van dwang of chantage. Er wordt hier dus geen strafbaar gedrag gesteld.

#### Opmerkingen:

- Sexting tussen minderjarigen jonger dan 16 jaar is strafbaar. Dit komt omdat het hier, wettelijk gezien, gaat over het maken en het verspreiden van misbruikbeelden van minderjarigen. De wet is er echter om kinderen en jongeren te beschermen, niet om hen te bestraffen als het onder 16 jaar toch met toestemming gebeurt. Ook onder 16 jaar gebeurt sexting, kan dat oké verlopen en is educatie belangrijk.
- Echter, het is mogelijk dat volwassenen hierover verschillende morele standpunten hebben. Dat is oké. Het is wel belangrijk om te benadrukken dan 1) dit gedrag niet strafbaar is en 2) dat dit erg gebruikelijk is bij jongeren vandaag.
- Meer informatie: <https://www.sensoa.be/sexting-bij-jongeren-feiten-en-cijfers>

- D. Fien (15 jaar) mist een 3-punter tijdens een belangrijke basketbalwedstrijd. Uit frustratie gooit haar vader zijn flesje water vanuit de tribune haar richting uit.



### Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:

De vader van Fien uit zijn frustraties rechtstreeks naar Fien in plaats van zijn dochter aan te moedigen om opnieuw te scoren. Hij heeft duidelijk zijn emoties niet onder controle en toont dit op een verkeerde manier.

II. **Ken jij nog andere voorbeelden van grensoverschrijdend gedrag die nog niet aan bod zijn gekomen?** (vrije input).

- Tijdens deze oefening laat je de deelnemers zelf nog voorbeelden geven van grensoverschrijdend gedrag.
- Eventueel kan je hen eerst voor zichzelf op post-its voorbeelden laten schrijven. Vervolgens kan je hun voorbeelden samen overlopen.



Deze tabel is illustratief voor de lesgever, maar kan wel gebruikt worden in de workshop om de brede waaier van grensoverschrijdend gedrag te bespreken. De voorbeelden van grensoverschrijdend gedrag die door de deelnemers gegeven worden, kunnen aangevuld worden door de lesgever met behulp van onderstaande informatie en tabel.

Verwaarlozing	Psychisch GG	Fysiek GG	Seksueel GG
Onaangepaste of onvoldoende medische zorg	Bedreiging, verbaal geweld	Fysiek schadelijke dooprituelen	Ongewenste blikken
Ontoereikende (mentale) begeleiding	Genegeerd of buitengesloten worden	Dopinggebruik	Seksuele beelden (ontvangen, vervaardigen, doorsturen)
Gebrek aan geschikt of veilig sportmateriaal	Geen waardering krijgen voor sportprestaties	Gedwongen spelen bij ziekte, uitputting, blessure	Gedwongen uitkleden
School verwaarlozen	Onrealistisch hoog verwachtingspatroon	Lichamelijke mishandeling	Ongewenste aanrakingen
Onveilige sportomstandigheden	Psychisch schadelijke dooprituelen		Betastingen van intieme lichaamsdelen
			Genitaal, oraal, anale penetratie (en poging)
			Seksueel schadelijke dooprituelen



**Belangrijk aandachtspunt**

Zorg ervoor dat alle vormen concreet aan bod komen (indien nodig met behulp van de tabel) en niet enkel de meest “bekende” vormen. Het is belangrijk dat de trainers zicht krijgen op de brede waaier van grensoverschrijdend gedrag, over alle vormen heen en in elke gradatie van ernst.

### 3. Laddercompetitie – (30 MIN)

#### Benodigheden

- Kaartjes met situaties (Bijlage 1 & 2)

#### Introductie

Grensoverschrijdend gedrag toont zich in verschillende vormen en gradaties. Waar precies de grens tussen aanvaardbaar en onaanvaardbaar gedrag ligt, is voor iedereen anders en kan ook doorheen de tijd wijzigen. Dat maakt het beoordelen van situaties van grensoverschrijdend gedrag best lastig. We zijn geneigd om eerst vanuit ons persoonlijk buikgevoel te reageren. Dat is echter niet betrouwbaar en erg verwarrend voor de betrokkenen, omdat het bij iedereen anders is. Zeker voor kinderen en jongeren is dit moeilijk, omdat zij dit vaak nog niet goed weten en soms grenzen gaan aftasten. Het is dus belangrijk om je bij het inschatten van grensoverschrijdend gedrag te baseren op een aantal vastgestelde criteria. Dat gaan we nu oefenen.



#### Oefening

- Verdeel de deelnemers in groepjes van 3 à 4 personen en geef elk groepje een bundeltje met kaartjes waarop een situatie beschreven staat. Geef hen de opdracht om de gedragingen te rangschikken naargelang de ernst (1 = minst ernstig tot 7 = meest ernstig).
- Wanneer alle groepjes klaar zijn met hun ranking, kan je de groepjes vragen om eens bij elkaar te gaan kijken. Komt hun ranking overeen? Wat zijn de grootste verschillen?
- Vervolgens breng je de discussie op gang met de hele groep aan de hand van de reflectievragen.

#### Situaties teamsporten:

- A. Eén van de sporters uit het team (16 jaar) knijpt wel eens in de billen van de meisjes (16 jaar) tijdens de trainingen.
- B. De hoofdtrainster maakt regelmatig een opmerking over het overgewicht van een jonge sporter/sportster (14 jaar) waar het hele team bijstaat.
- C. Bart (21 jaar), een sporter, staart een groep meisjes van de club (15 jaar) aan terwijl ze op het veld naast zijn team trainen. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen.
- D. Een groep sporters (16 jaar) sluit één teamlid uit in hun WhatsApp-groep.
- E. Enkele sporters van het thuisteam (14 jaar) die op de bank zitten tijdens de wedstrijd, gooien tijdens de pauze blikjes frisdrank in de richting van de tegenspelers.
- F. Frank (42 jaar) scheldt de volwassen speelsters/ spelers van zijn team uit wanneer ze een tegenpunt krijgen tijdens de bekerfinale.
- G. Aster (15 jaar) krijgt de vraag van de trainer om volop te focussen op zijn sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school.

## Situaties individuele sporten:

- A. Een mannelijke sporter (16 jaar) geeft weleens een tik op de billen van een meisje (16 jaar) met wie hij vaak samen traint.
- B. Sofie, de hoofdtrainster, maakt geregeld opmerkingen over het gewicht van een jonge sporter (14 jaar) terwijl zijn/haar medesporters dit kunnen horen.
- C. Bart (21 jaar), een sporter die regelmatig ook komt trainen in dezelfde sportzaal, staart een groepje meisjes van de club (15 jaar) aan. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen.
- D. Een groep sporters (16 jaar) sluiten systematisch een sporter uit in hun WhatsApp-groep en activiteiten. Ze trainen niet samen, maar zijn wel aangesloten bij dezelfde club.
- E. Een ouder scheldt haar zoon uit voor loser en nietsnut na zijn wedstrijd omdat hij volgens haar niet zijn best heeft gedaan.
- F. Frank, een 40-jarige coach, vraagt Lia (16 jaar) om toch deel te nemen aan de wedstrijd ondanks haar knieblesure. De kinésitherapeut raadt dit sterk af omdat dit haar blessure kan verergeren.
- G. Ismail krijgt de vraag van zijn trainer om volop te focussen op zijn sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school.

## Reflectievragen

Gebruik onderstaande vragen om samen met de groep te reflecteren over hun rangschikking. Vul aan of geef duiding waar nodig.

- Hoe hebben jullie dit beoordeeld?
- Waren er bepaalde criteria die je gebruikte om de rangschikking te maken?
- Wat maakt dat je iets meer of minder erg vond?
- Waar ligt voor jullie de grens?
- Zijn er bepaalde zaken die meer doorwegen bij de beoordeling dan andere voor jullie?
- Zijn jullie akkoord met de volgorde van de andere groep(en)? Waarom wel/niet?



### Belangrijke aandachtspunten

Geef hierbij ook aan dat het ervaren van grensoverschrijdend gedrag steeds heel subjectief is. Iedereen heeft dus een eigen inschatting van wat gepast en ongepast is, en waar die grens ligt. Ook kan het gedrag ernstiger of minder ernstig worden ingeschat afhankelijk van de situatie of de betrokken personen. Het is dan ook quasi onmogelijk om een universeel geldende rangschikking te maken voor alle vormen van grensoverschrijdend gedrag. Om je hierbij te helpen en begeleiden, ontwikkelden Sensoa, Pimento en Iocoba het grenswijssysteem. Dit werkt met zes criteria en vier kleuren en helpt om grensoverschrijdend gedrag 'objectiever' te beoordelen en op basis van je beoordeling een pedagogische reactie uit te werken.

Bij het gebruik van de reflectievragen vult de lesgever de gegeven antwoorden aan met behulp van de zes criteria van het grenswijssysteem.



## Achtergrondinformatie

Het Grenswijssysteem bevat zes criteria (<https://www.grenswijs.be/zes-criteria-om-te-schatten-gedrag-over-de-grens-gaat>) om in te schatten of gedrag al dan niet grensoverschrijdend is. De criteria helpen om specifiek gedrag bespreekbaar te maken, objectiever te bekijken en gepast te reageren.

### De zes criteria zijn:



1. **Individuele toestemming / maatschappelijk akkoord voor het gedrag:**  
In welke mate stemmen de betrokkenen toe met het gedrag of in welke mate is er een akkoord voor dit specifieke gedrag?
  - Enerzijds bekijk je op individueel niveau of de betrokkenen toestemming geven voor het gestelde gedrag. Stemmen ze toe? Hebben ze hier expliciet om gevraagd? Is het gewenst?
  - Anderzijds onderzoek je hoe er op maatschappelijk niveau naar dit gedrag gekeken wordt. In het contact met mensen bestaan er namelijk veel formele en informele regels en akkoorden over hoe je met elkaar omgaat. Het is belangrijk dat je weet wat de gangbare omgangsvormen, normen en waarden binnen de maatschappij én ze ook toepast.



2. **Vrijwilligheid:** Bij het criterium 'vrijwilligheid' gaat het erom dat je uit vrije wil in de situatie zit en dat je uit vrije wil in interactie gaat met de ander. Het betekent ook dat je op eender welk moment stop kan zeggen en uit de situatie kan stappen.
  - Er is geen vrijwilligheid wanneer iemand fysiek of psychisch gedwongen wordt om dingen te doen. Het kan gaan om manipulatie, chantage, misleiding, list, dreigementen of dwingen tot geheimhouding. De situatie wordt ernstiger naarmate je je moeilijker vrijwillig kan onttrekken aan de situatie.



3. **Gelijkwaardigheid:** Een situatie kan over de grens gaan zodra er een ongelijkwaardigheid is tussen de betrokkenen, in het nadeel van het doelwit. Dan is er sprake van een machtsoverwicht.
  - Ongelijkwaardigheid tussen de betrokkenen kan voorkomen in aantal, leeftijd, kennis, intelligentie, aanzien, macht, positie, levenservaring, rijpheid, status...
  - In peestsituaties is er altijd sprake van ongelijkwaardigheid in het nadeel van het slachtoffer. Ook in seksuele interactie zijn beide partijen best aan elkaar gelijkwaardig, zodat de een de ander niet overheerst.



4. **Ontwikkelings- of functioneringsniveau:** Van volwassenen verwachten we dat ze een minimum aan emotionele en gedragsmatige zelfsturing en maturiteit hebben om te kunnen functioneren in sociale en seksuele situaties. Bij kinderen en jongeren is dat gedrag meer afhankelijk van de ontwikkelingsfase waarin ze zich op dat moment bevinden.
  - We verwachten dat een volwassene in staat is in te schatten wat gezond en aanvaardbaar gedrag is voor zichzelf en voor de ander. Daarnaast beseft een bekwame volwassene het belang van het respecteren van grenzen, zowel van zichzelf als van anderen.
  - Maar soms zijn er redenen om aan te nemen dat de ander niet in staat is om die grenzen in te schatten of dat de zelfsturing verhinderd wordt:
    - Ziektebeeld of aftakeling zoals dementie
    - Verstandelijke beperking
    - Tijdelijke of permanente toestand zoals psychose, manische of depressieve periode, rouw, oververmoeidheid, verliefdheid,...
    - Intoxicatie
    - Trauma
    - Onmondigheid: onvoldoende taal om te spreken of onvoldoende de gewoontes en gebruiken leren kennen

Daarnaast kijk je bij mensen met een emotionele ontwikkelingsachterstand er minder snel van op als ze geagiteerd regeren of minder zelfcontrole vertonen, dat past dan

eerder bij hun emotioneel ontwikkelingsniveau.

Bij kinderen of jongeren is dat gedrag meer afhankelijk van in welke fase van de ontwikkeling het kind of de jongere zit. De lijst van welk gedrag je bij welke leeftijd kan verwachten vind je hier: <https://www.grenswijs.be/wat-mag-je-bij-welke-leeftijd-verwachten>



5. **Context:** Een moeder die haar kind hardhandig de stoep optrekt als er een auto met gierende banden aankomt, is iets anders dan wanneer de moeder hetzelfde doet omdat die een zakje chips aan de kassa van de supermarkt vraagt. Een collega apart negatieve feedback geven op een verwijtende toon of in het bijzijn van anderen?
  - Afhankelijk van de etiquette en spelregels wordt de situatie minder ernstig of is ze helemaal oké. Of omgekeerd: hoe minder passend het gedrag is in de desbetreffende context, hoe ernstiger de situatie wordt.



6. **Impact:** is er sprake van negatieve impact of schade voor betrokkenen (zowel voor de persoon die het gedrag initieert, de persoon die het gedrag ondergaat, als voor andere betrokkenen)? Schade kan zich op verschillende manieren uiten (bv. Fysieke schade, psychologische schade, sociale schade,..) en heeft een verschil in gradatie (bv. Herhaling en/of duur van het gedrag, intensiteit, besef en/of intentie van gedrag).

**Tip:** Voor meer informatie over het grenswijs ernst inschattend systeem kan je verwijzen naar de 'Sport met grenzen' vorming van het Centrum Ethiek in de Sport (ICES). ICES heeft daarnaast ook verschillende sportspecifieke situaties uitgewerkt voor de interactieve website [www.grenswijs.be](http://www.grenswijs.be). Je kan als trainer zowel het ernst inschatten oefenen alsook het bepalen van een goede reactie op de situatie.



## 4. En wat zou jij doen? – (35 MIN)

### Benodigheden

- Beamer en projectiescherm (indien dit aanwezig is kan je de casussen projecteren)
- Powerpoint met casussen

### Introductie

We weten nu wat grensoverschrijdend gedrag is en dat het in verschillende vormen en ernstgradaties kan voorkomen. Minstens even belangrijk is om over handvaten te hebben die je helpen om gepast te reageren wanneer je zo'n situatie opmerkt, vermoedt of iemand jou hierover inlicht. Op dat moment kom je in de positie van een omstander en is het belangrijk om juist te reageren. Daarom gaan we nu concreet aan de slag met enkele casussen.



### Oefening

- Elke casus beschrijft een situatie van grensoverschrijdend gedrag.
- Je leest de casus voor aan de groep en vervolgens bespreek je de casus met behulp van de voorziene reflectievragen.
- Sta vooral stil bij wat een trainer kan doen in zo'n situatie.



### Casus 1: Arthur

Fernando en Jonathan zijn twee trainers van de lokale club die geregeld jonge sporters van en naar de training brengen. Hierdoor spenderen ze, ook naast de trainingen, veel tijd met de jonge sporters en horen ze ook verschillende verhalen. In één zo'n verhaal gaat het over het uitsluitend van één van de sporters, Arthur. Blijkbaar wordt hij systematisch buitengesloten en niet uitgenodigd voor gezellige activiteiten die de teamgenoten doen. Hij weet het niet want ze maakten een Whatsapp-groepje zonder hem. Ook horen Fernando en Jonathan tijdens de autoritten dat de spelers ook wel eens wat kledij en spullen van Arthur hebben verstopt in de kleedkamer, terwijl hij onder de douche stond. Ze spreken ook af om niet tegen Arthur te spreken en geven hem wel eens een duw en een gemene tackle tijdens de training.

*Je vraagt de aanwezige trainers om zich in de plaats van Fernando en Jonathan te stellen. Gebruik de reflectievragen om de situatie in de groep te bespreken.*

### Reflectievragen

- *Wat vind je van deze situatie?*
- *In welke mate herken je in deze situatie pestgedrag?*
- *Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?*
- *Welke impact kan deze situatie hebben op de prestatie van de sporters en/of van het team als je niets zou doen?*
- *Wat zouden wel of geen redenen zijn om in te grijpen als trainer?*
- *Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie?*



## Achtergrondinformatie

### Extra advies voor de lesgever over CASUS 1 (gebaseerd op grenswijs):

Deze situatie gaat over pestgedrag. We spreken over pesten als er aan volgende criteria wordt voldaan:

- 1) Er is sprake van **herhaling** en het pestgedrag is steeds gericht naar dezelfde persoon: Arthur blijkt hier het mikpunt te zijn. De jongens stellen herhaaldelijk gedrag dat niet ok is (uitsluiten, spullen verstoppen, duwen,...) ten opzichte van hem.
- 2) Er is sprake van een **machtsverschil**: hoewel het hier gaat over jongens van dezelfde leeftijd, is er wel degelijk sprake van een machtsverschil, namelijk de groep ten aanzien van één persoon.
- 3) Het gedrag wordt gesteld om iemand te **kwetsen** of pijn te doen: de jongens willen Arthur raken door hun gedrag. De impact op Arthur kan groot zijn.

Aangezien het hier gaat over pesten, kan het zeker een goed idee zijn om als trainer meteen de club-API in te lichten en samen te bekijken hoe jullie dit aanpakken.

Vervolgens is het belangrijk om eerst met Arthur te praten om te bespreken waar hij nood aan heeft, hoe jullie hem kunnen helpen. Dit doe je best eerst vooraleer je de jonge sporters aanspreekt, want het is belangrijk dat Arthur mee wordt betrokken bij de verschillende stappen die jullie zetten en dat hij zich hier ook oké bij voelt.

- *Ga apart in gesprek met Arthur. Kies hiervoor best een gespreksruimte waar je niet gestoord wordt door anderen.*
- *Benoem wat je hebt opgevangen en luister naar wat Arthur zelf hierover te zeggen heeft. “Ik hoorde dat de andere sporters jouw kledij en spullen hebben verstoppt en dat ze jou buitensluiten. Kan je me hier wat meer over vertellen?”*
- *Luister naar Arthur zijn verhaal en geef ruimte aan emoties: “ik merk dat je overstuur bent. Hoe gaat het met je? Wat heb je nodig.”*
- *Geef aan dat er grenzen werden overschreden en dat je dit gedrag afkeurt.*
- *Bespreek samen de opties en welke stappen ondernomen kunnen worden. Probeer Arthur te overhalen om betrouwbare mensen in te schakelen (vb. ouders, vrienden, Awe!).*
- *Maak duidelijke afspraken over welke stappen je zal zetten. Vb: groepsgesprek, club-API inschakelen, ... en op welke manier je Arthur op de hoogte zal houden.*

### Enkele tips voor het gesprek met de jonge sporters:

- *Vermits de pestfeiten zwaar doorwegen kan je kiezen voor een confronterende aanpak. Je spreekt de sporters aan op hun kwetsende en grensoverschrijdende gedrag.*
- *Je geeft aan wat het gedrag onacceptabel maakte. Benoem de foute gedragingen ook duidelijk.*  
*“Ik hoor dat jullie Arthur uitsluiten en spullen van hem verstoppen in de kleedkamer.”*  
*“Het is niet oké om iemand uit te sluiten en aan iemands spullen te komen. Weet dat dit gedrag toelaat om sancties te nemen. We kiezen ervoor om dit eerst via een gesprek aan te pakken. Stopt jullie gedrag niet, dan heeft dit gevolgen.”*

### Bevraag waarom dat de sporters dit gedrag hebben gesteld:

- *“Wat maakt dat jullie dit gedrag hebben gesteld? Wat stel je voor dat we hiermee doen? Wat kunnen jullie doen om terug oké te functioneren in de groep?”*
- *“Welke engagement willen jullie aangaan om de situatie terug beter te maken?”*
- *Maak een volgende afspraak en spreek af hoe dat het gedrag zal worden opgevolgd en wat de consequenties zullen zijn indien dit grensoverschrijdend gedrag terugkeert.*

Voor meer informatie over pesten kan je verwijzen naar de website:

[www.allesoverpesten.be](http://www.allesoverpesten.be). Hierop kunnen begeleiders/lesgevers van jongeren advies en hulp vinden over hoe je pestgedrag kan aanpakken.



## Wat is een omstander of omstandergedrag?

Bespreek ook even de verschillende vormen van omstandergedrag na de casus van Arthur. Laat hen mee nadenken over verschillende voorbeelden.

**Tip:** Start eerst met de negatieve voorbeelden en eindig met de positieve voorbeelden.

*Vaak zijn er bij situaties waar er sprake is van grensoverschrijdend gedrag meer mensen betrokken dan enkel pleger(s) en slachtoffer(s). Als omstander kan je tijdens en na een incident van grensoverschrijdend gedrag invloed hebben, zowel in de goede als in de slechte zin.*

	<b>Reactief (tijdens of net na een incident)</b>	<b>Proactief (los van een incident)</b>
<b>Positief</b>	<p><b>Tijdens:</b> de situatie doen stoppen door in te grijpen</p> <p><b>Nadien:</b> slachtoffer opvangen, ouders contacteren, pleger aanspreken, ...</p>	Een opleiding volgen, het goede voorbeeld geven, jongeren inspraak geven
<b>Negatief</b>	<p><b>Tijdens:</b> Aanmoedigen, applaudisseren, zelf deelnemen</p> <p><b>Nadien:</b> niet geloven, bagatelliseren, ongeloofwaardig maken, ...</p>	Verspreiden van verkrachtingsmythes, genderongelijkheid stimuleren, vrouw of LGBTQI+ onvriendelijke grappen maken, geen inspraak dulden van jonge sporter, ...



## Casus 2: Lies

Lies is een 15-jarige hockeyspeelster en heeft een rugblessure opgelopen vlak voor een belangrijke wedstrijd. Jij, als trainer van de jongere hockeyspelers, hoort een gesprek tussen Lies en haar trainer Céline. Céline smeekt Lies om toch verder te trainen en mee te doen met de wedstrijd dit weekend. Trainer Céline vertelt Lies dat het team zonder haar geen kans maakt. De wedstrijd is immers cruciaal om over te gaan naar een hogere divisie volgend seizoen. Ze overtuigt Lies om door te zetten ondanks de pijn en het doktersadvies om rust te nemen in.

### Gebruik de reflectievragen om de situatie in de groep te bespreken.

#### Reflectievragen

- *Wat vind je van deze situatie?*
- *Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?*
- *Welke impact kan deze situatie hebben op de prestatie van de sporters en/of van het team als je niets zou doen?*
- *Wat zouden wel of geen redenen zijn om in te grijpen als trainer?*
- *Is het als trainer gemakkelijk om medetrainers aan te spreken als ze iets niet goed aanpakken volgens jou? Waarom wel/ niet? (indien er zowel jongere als meer ervaren trainers zijn, kan je ook de vraag stellen of dit verschillend is als je meer of minder ervaring hebt binnen een club als trainer).*
- *Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie?*



#### Achtergrondinformatie

In deze situatie raden we aan om als trainer-omstander direct actie te ondernemen. Indien je jezelf niet comfortabel voelt om trainer Céline aan te spreken, kan je meteen naar de club-API gaan. Al zijn we ons ervan bewust dat de drempel om in te grijpen en de beslissing van een collega-trainer in twijfel te trekken zeker geen evidente stap is.

Belangrijk in deze situatie is dat trainer Céline wordt aangesproken waarbij er duidelijk wordt gemaakt dat het niet oké is om speelsters tegen doktersadvies in toch te laten spelen.

Daarnaast is het ook een goed idee om met Lies zelf te praten over wat er gebeurd is. Je kan met Lies bespreken wat je hebt gehoord en dat het niet oké is dat haar trainster vraagt om een wedstrijd te spelen met blessures. Geef ook mee bij wie ze terecht kan indien dit nog zou gebeuren. Betrek Lies ook bij de stappen die je zet en hou haar op de hoogte.

Tot slot kan je in deze situatie ook de ouders van Lies contacteren vermits het hier toch over een vrij ernstig incident gaat en Lies minderjarig is. Het kan hier belangrijk zijn om de ouders mee te geven wat het standpunt is van de club zodat de ouders er ook over kunnen waken dat het advies van de dokter steeds wordt opgevolgd. Op die manier worden de ouders betrokken en kunnen zij in het oog houden dat hun zoon of dochter niet over de grens gaat. Als Lies zelf niet durft ingaan tegen de trainster, is het belangrijk dat ouders weten bij wie ze terecht kunnen om iets te melden.



### Casus 3: Emiel en Jonas (optioneel, indien je als lesgever tijd hebt)

**Het is mogelijk dat je op dit moment tijdens de workshop in tijdsnood komt. Het is oké om deze casus over te slaan. Daarbij is het belangrijk om zeker volgende achtergrondinformatie te vertellen:**

- Indien situaties heel ernstig zijn en er sprake is van strafbaar gedrag, schakel je hier best als trainer meteen de club-API in. In deze specifieke situatie zal de club-API hoogstwaarschijnlijk begeleid worden door de federatie-API.

Na de training van een gemengde groep van 12-jarigen zie je dat Emiel en Jonas richting de kleedkamers en douches van de meisjes lopen. Je besteedt er in eerste instantie niet veel aandacht aan, maar de volgende dag komt één van de meisjes naar jou toe. Ze vertelt dat Emiel en Jonas stiekem met hun gsm foto's aan het maken waren in de douches. De meisjes hebben gehoord dat de foto's naar de rest van het jongensteam in een Whatsappgroep zijn doorgestuurd. De meisjes zijn er ondersteboven van en zijn bang dat de foto's zullen verspreid worden naar anderen.

**Gebruik de reflectievragen om de situatie in de groep te bespreken.**

#### Reflectievragen

- *Wat vind je van deze situatie?*
- *Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?*
- *Welke impact kan deze situatie hebben op de prestatie van de sporters en/of van het team als je niets zou doen?*
- *Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie?*
- *Wie zou je betrekken om deze situatie aan te pakken?*



#### Achtergrondinformatie

Vermits deze situatie heel ernstig is en er sprake is van strafbaar gedrag, schakel je hier best als trainer meteen de club-API in. In deze specifieke situatie zal de club-API hoogstwaarschijnlijk begeleid worden door de federatie-API.

Je kan ook advies inwinnen bij 1712, de hulplijn voor vragen en hulp bij geweld, misbruik en kindermishandeling. Daarnaast is het ook een goed idee om contact op te nemen met Child Focus aangezien het hier gaat over verspreiden van foto's via sociale media. Zij kunnen helpen met het offline halen van deze beelden.

In deze situatie zal er zowel een gesprek met de meisjes, de jongens alsook de ouders moeten plaatsvinden. Dit gesprek wordt best begeleid door de club-API.

Daarnaast zal de club ook moeten communiceren met alle betrokkenen over de stappen die ze zet en zal zetten. Als trainer kan je dit best overlaten aan het bestuur. Zij zullen waarschijnlijk ook één contactpersoon aanduiden voor ouders, sporters en begeleiders.



#### Belangrijke aandachtspunten

- *Belangrijk om mee te geven dat in situaties van grensoverschrijdend gedrag of bij twijfel, om dan altijd de club-API mee in te lichten. Deze persoon is opgeleid om de situatie verder op te volgen, de juiste instanties te contacteren en eventueel de nodige stappen te ondernemen.*

## 5. Kennismaking club-API / VCP - (5 MIN)



### Vorbereitung

- Als de workshop via het Centrum Ethiek in de Sport (ICES) wordt georganiseerd, dan hebben zij op voorhand contact opgenomen met de club en nagevraagd of de club-API aanwezig kan zijn tijdens de workshop. Je wordt hierover geïnformeerd. Indien je dit voor de workshop nog niet hebt vernomen, vraag het dan even na.
- Organiseer je de workshop zelf, dan kan je de club-API contacteren met de vraag om aanwezig te zijn en zich voor te stellen aan de aanwezige trainers.

### Kennismaking

- De club-API stelt zichzelf en zijn/haar rol binnen de club voor en geeft een woordje uitleg. Het is belangrijk om mee te geven dat de club-API ook altijd beschikbaar is wanneer er vragen of bezorgdheden zijn.
- Indien er in de club geen club-API is, wordt er in overleg met het clubbestuur besproken of een ander persoon (jeugdverantwoordelijke, verantwoordelijke ethiek, federatie-API) uitgenodigd kan worden.

## 6. Afronding - (5 MIN)

### Benodigheden

- Powerpointpresentatie

Vraag aan de deelnemers wat ze zullen onthouden van de workshop en vul daarna aan met onderstaande boodschappen. Je kan aan elke deelnemer vragen om één take-away te delen met de andere aanwezigen.

### Take home messages

1. Grensoverschrijdend gedrag komt in verschillende vormen en gradaties voor.
2. Als omstander is het jouw taak om iets te doen. Vaak is het al voldoende om even van gedachten te wisselen met een collega of de club-API zodat je weet welke actie(s) je kan ondernemen als trainer.
3. Niets doen is altijd in het voordeel van diegene die grensoverschrijdend gedrag stelt.
4. Grensoverschrijdend gedrag ervaren is uiterst persoonlijk, en dus moeilijk helemaal objectief in te schatten. Toch is het belangrijk om de stem van de sporters hierin te horen en hen zelf te laten bepalen wat grensoverschrijdend is.
5. Met je sporter spreken over grenzen aangeven en respecteren, is de allerbeste manier om grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Duidelijke afspraken maken en een sfeer creëren waarin sporters durven spreken is een belangrijke taak voor elke trainer.
6. Soms zijn situaties van grensoverschrijdend gedrag erg ingewikkeld. Roep dan ook tijdig de hulp in van de club-API of een verantwoordelijke in het bestuur. De club-API is goed geplaatst en opgeleid om de juiste stappen te zetten.

**Tot slot:** Blijf nog even na de workshop aanwezig voor het geval er nog vragen zijn of een trainer iets met jou wil bespreken.

## Bijlage 1 – Situaties laddercompetitie – teamsporten

**Eén van de sporters uit het team (16 jaar) knijpt wel eens in de billen van de meisjes (16 jaar) tijdens de trainingen.**

**De hoofdtrainster maakt regelmatig een opmerking over het overgewicht van een jonge sporter/sportster (14 jaar) waar het hele team bijstaat.**

**Bart (21 jaar), een sporter, staart een groep meisjes van de club (15 jaar) aan terwijl ze op het veld naast zijn team trainen. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen.**

**Een groep sporters (16 jaar) sluit één teamlid uit in hun WhatsApp-groep.**

**Enkele sporters van het thuisteam (14 jaar) die op de bank zitten tijdens de wedstrijd, gooien tijdens de pauze blikjes frisdrank in de richting van de tegenspelers.**

**Frank (42 jaar) scheldt de volwassen speelsters/ spelers van zijn team uit wanneer ze een tegenpunt krijgen tijdens de bekerfinale.**

**Aster (15 jaar) krijgt de vraag van de trainer om volop te focussen op zijn sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school.**



## Bijlage 2 – Situaties laddercompetitie – individuele sporten

**Een mannelijke sporter (16 jaar) durft weleens een tik op de bil te geven van een meisje (16 jaar) met wie hij vaak samen traint.**

**Sofie, de hoofdtrainster, maakt geregeld opmerkingen over het gewicht van een jonge sporter (14 jaar) terwijl zijn/haar medesporters dit kunnen horen.**

**Bart (21 jaar), een sporter die regelmatig ook komt trainen in dezelfde sportzaal, staart een groepje meisjes van de club (15 jaar) aan. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen.**

**Een groep sporters (16 jaar) sluiten systematisch een sporter uit in hun WhatsApp-groep en activiteiten. Ze trainen niet samen, maar zijn wel aangesloten bij dezelfde club.**

**Een ouder scheldt haar zoon uit voor loser en nietsnut na zijn wedstrijd omdat hij volgens haar niet zijn best heeft gedaan.**

**Frank, een 40-jarige coach, vraagt Lia (16 jaar) om toch deel te nemen aan de wedstrijd ondanks haar knieblessure. De kinésithérapeut raadt dit sterk af omdat dit haar blessure kan verergeren.**

**Ismail krijgt de vraag van zijn trainer om volop te focussen op zijn sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school.**

**En zo zijn we aan het einde van de workshop gekomen. We hopen dat het voor iedereen een leuke en leerrijke ervaring was. Dankjewel om deze workshop in goeie banen te leiden!**

