



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



Safe Para Sport Allies

Samen werken aan een
veilig G-sportklimaat

Handleiding voor het uitvoeren van de 'Safe Para Sport Allies' workshop, een workshop voor trainers van sporters met een verstandelijke beperking of cerebrale parese 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: Helena Verhelle, Karolien Adriaens, Judith Debaere, Dieter Vandenbroucke en Tine Vertommen.

Het Safe Para Sport Allies consortium bestaat uit G-Sport Vlaanderen (BE), Thomas More Hogeschool (BE) en de Landelijke Federatie Belangenvereniging Onderling Sterk (NL).

Met de co-financiering van de Europese Unie via het Erasmus+ Small-Cooperation Partnerships 101090800.



Inhoudsopgave

INHOUDSOPGAVE	3
SITUERING EN WELKOM	4
ACHTERGRONDINFORMATIE WORKSHOP	5
VOORBEREIDING VAN DE WORKSHOP	7
INHOUD VAN DE WORKSHOP	8
WORKSHOP	9
1. WELKOM + KENNISMAKING – (10 MIN)	9
<i>Opstelling</i>	9
<i>Verwelkoming</i>	9
<i>Kennismakingsrondje met de groep (optioneel)</i>	9
<i>Maak afspraken met de groep</i>	10
2. INTRODUCTIE – (20 MIN)	11
<i>Introductie</i>	11
<i>Oefening</i>	11
3. LADDERCOMPETITIE – (40 MIN)	17
<i>Introductie</i>	17
<i>Oefening</i>	17
<i>Reflectievragen</i>	18
4. EN WAT ZOU JIJ DOEN? – (70 MIN)	23
<i>Introductie</i>	23
<i>Oefening</i>	23
<i>CASUS 1 – Arthur</i>	24
<i>CASUS 2 – Katrien</i>	28
<i>CASUS 3 - Fatima</i>	31
5. KENNISMAKING CLUB-API (5 MIN)	35
<i>Voorbereiding</i>	35
<i>Kennismaking</i>	35
6. AFRONDING WORKSHOP (5 MIN)	35
<i>Take home messages</i>	35

Situering en welkom

Welkom!

Welkom bij **Safe Para Sport Allies**! Safe Para Sport Allies (SPSA), is een samenwerkingsproject tussen G-Sport Vlaanderen (BE), Thomas More Hogeschool (BE) en Landelijke Federatie Belangenvereniging Onderling Sterk (NL).

Het SPSA-project werd co-gefinancierd door het Erasmus+ Small Collaborative Partnership programma van de Europese Unie en heeft als doel grensoverschrijdend gedrag tegen te gaan bij sporters met een verstandelijke beperking of cerebrale parese (CP).

Een subdoelstelling is G-trainers te ondersteunen om signalen van grensoverschrijdend gedrag te herkennen en om vervolgens gepast te reageren. Hiervoor werd een workshop ontwikkeld 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 G-sporters te leren inschatten. Ook laten we hen spreken 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 de workshop voor te bereiden en in goede banen te leiden.

Heb je nog vragen of feedback? Neem dan contact op met het Sportieq via info@sportieq.be

Achtergrondinformatie workshop

De workshop kan gegeven worden door club-API's, bestuurders, opgeleide lesgevers binnen het SPSA project of opgeleide lesgevers van Sportieq. De lesgever kan de workshop voorbereiden met behulp van dit draaiboek. De vorming is gemaakt om ongeveer 5 à 10 G-trainers te laten deelnemen.

Dit handboek is gebaseerd op het Safe Sport Allies handboek (gratis te downloaden via www.safesportallies.eu). Deze workshop is gericht naar trainers van sporters met een verstandelijke beperking of CP. Zowel sporters met verstandelijke beperking als sporters met CP zijn een zeer heterogene groep. We willen dan ook benadrukken dat niet alle cases van toepassing zijn op iedere sporter, maar ze kunnen wel een houvast bieden voor de deelnemende G-trainers.

Wil je graag deze workshop organiseren in je club? Contacteer dan info@sportieq.be

Structuur van het draaiboek

De workshop bestaat uit uit verschillende onderdelen waaronder opdrachten, discussiemomenten, kennisoverdracht enzoverder.

In dit draaiboek worden verschillende pictogrammen gebruikt zodat alle informatie makkelijk terug te vinden is.



Belangrijke aandachtspunten

Doorheen het draaiboek zal je belangrijke aandachtspunten tegenkomen. Hou ze goed in de gaten!



Opdracht

Doorheen de workshop zijn er verschillende opdrachten/oefeningen voor de deelnemers. De uitleg van de opdracht vind je ter hoogte van dit pictogram.



Vraag

Doorheen de workshop zijn er verschillende reflectievragen die aan bod komen. We accentueren de **vragen in het groen** die volgens ons best eerst aan bod komen. Uiteraard kan je, afhankelijk van de vraag ook ingaan op de andere vragen (vragen in het zwart).



Achtergrond- Informatie

Doorheen het draaiboek wordt bij sommige opdrachten achtergrondinformatie voorzien. Deze kunnen je helpen bij het begeleiden van de workshop. **Deze informatie is in de eerste plaats voor jou bedoeld.** Je hoeft ze niet letterlijk te overlopen met de deelnemers tijdens de workshop.

Voorbereiding van de workshop

<p>Doelgroep</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 5 tot 10 G-trainers (minstens 18 jaar) van sporters met een verstandelijke beperking of CP. - G-trainers van eenzelfde sportclub of van verschillende sportclubs
<p>Duur workshop</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 150 minuten
<p>Doelstellingen</p>	<p>Na de workshop ...</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) is de G-trainer in staat om de <u>verschillende vormen</u> van grensoverschrijdend gedrag te benoemen, (2) is de G-trainer bewust dat <u>grenzen</u> voor iedere sporter <u>verschillend</u> kunnen zijn, (3) kan de G-trainer een situatie <u>inschatten</u> als grensoverschrijdend gedrag aan de hand van <u>de zes criteria van het grenswijssysteem</u>, (4) kan de G-trainer zijn actieve rol benoemen als omstander in situaties van grensoverschrijdend gedrag en de daarbijhorende (re)acties, (5) rapporteert de G-trainer aan <u>de club-API</u> in situaties van grensoverschrijdend gedrag, (6) heeft de G-trainer zicht op de taken van een club-API en hoe men de club-API kan contacteren.
<p>Inhoud</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Oefeningen die vooral interactie en discussie stimuleren. - Voorbeelden van zowel fysiek, psychisch, verwaarlozing als seksueel grensoverschrijdend gedrag in de sport (G-sportcontext, sporters met een verstandelijke beperking of CP). - Gebaseerd op het Safe Sport Allies handboek voor trainers (www.safesportallies.eu).
<p>Benodigdheden</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kaartjes met situaties (oefening laddercompetitie) - Beamer en projectiescherm (indien aanwezig in de club) - PowerPoint met casusmateriaal - Naamkaartjes

Inhoud van de workshop

Tabel 1 Overzicht van de workshop

SPSA WORKSHOP		
Inhoud	Doelstelling	Duur
1. Welkom, toelichting + kennismaking		10'
2. Introductie grensoverschrijdend gedrag	(1), (2)	20'
3. Laddercompetitie <ul style="list-style-type: none">- Rangschikken van gedragingen- Grenswijssysteem	(1), (2), (3)	40'
4. En wat zou jij doen? <ul style="list-style-type: none">- Casus Arthur (1)- Casus Katrien (2)- Casus Fatima (3)	(1-5)	70'
5. Club API	(5), (6)	5'
6. Afronding <ul style="list-style-type: none">- Take home message	(1-6)	5'

Workshop

1. Welkom + kennismaking – (10 MIN)

Benodigheden

- PowerPoint (indien gewenst)
- Naamstickers
- Schrijfmateriaal

Opstelling

Afhankelijk van de ruimte kan je de trainers in een (halve) cirkel laten zitten, op die manier ziet iedereen elkaar goed wat de interactie ten goede komt.

Verwelkoming

Start met het verwelkomen van de trainers. Stel jezelf kort voor en licht toe dat je er bent om te spreken over de thema's grensoverschrijdend gedrag, omstandersgedrag en een veilig sport klimaat. Geef mee dat de workshop is ontstaan vanuit de noodzaak om te werken aan een veilig G-sportklimaat.

"In deze workshop wordt er tijd gemaakt om te praten over grensoverschrijdend gedrag, positief omstandergedrag in de sport en een veilig sport klimaat. We zullen met elkaar hierover van gedachten wisselen. Het doel is om van elkaar te leren en dat wordt gestimuleerd door tijdens deze workshop 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 ervoor kiezen om dit op een leuke/originele manier te doen (zie suggesties). Houd er rekening mee dat trainers elkaar niet of net wel al goed kennen en stel de kennismaking hierop af. Op voorhand zal je de samenstelling van de groep kennen.

- **Stellingenspel**

Je legt enkele stellingen voor aan de groep ter kennismaking met elkaar. Je kan meer of minder stellingen voorleggen afhankelijk van de beschikbare tijd en de groepssamenstelling. Men kan akkoord of niet akkoord gaan met de stelling. De aanwezige trainers kunnen hun antwoord op de stelling uitten op volgende manieren (zelf te kiezen): staan vs. zitten / een sportieve opdracht (op één been staan vs. squat houding,...).

Enkele stellingen die je kan gebruiken:

- Ik ben meer dan 5 jaar actief als trainer binnen deze club.
- De sport waar je training in geeft, is een teamsport.
- Ik ben naast trainer ook API.
- Ik heb als kind dezelfde sport gedaan waarin in nu training geef.
- Ik geef enkel training aan G-sporters.

- **Namenrondje**

- Naam
- Rol in de club
- Optionele vragen: Welke waarden wil je als trainer meegeven aan je sporters? Voor welke waarden ben je ambassadeur? Wat is jouw meest bijzondere sportmoment (als sporter of toeschouwer)?

Maak afspraken met de groep

- 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 workshop.
- Er zijn geen juiste of foute antwoorden.
- Je kiest zelf welke informatie je wil delen.
- Als er na de workshop bepaalde emoties en/of herinneringen naar boven komen, kan je terecht bij 1712 of de club-API (aanspreekpunt integriteit). Tijdens de workshop ben je ook vrij om de ruimte te verlaten.

2. Introductie – (20 MIN)

Benodigheden

- Post-its (optioneel voor deel II & III)

Introductie

De workshop start met een introductie rond het thema grensoverschrijdend gedrag aan de hand van enkele vragen en situaties. We maakten een tabel met situaties die van toepassing kunnen zijn op beide doelgroepen (verstandelijke beperking en CP). Voor elke situaties is er per doelgroep informatie voorzien die je kan meenemen tijdens de bespreking. Houdt hierbij rekening met de samenstelling van je groep (trainers van verstandelijke beperking en/of CP). De situaties kan je zelf nog aanpassen aan de sporttak van de aanwezige trainers om de herkenbaarheid te vergroten.



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.
- Nadat ze hun antwoord hebben gegeven, laat je enkele deelnemers aan het woord om hun antwoord toe te lichten.
- Nadien kan je wat extra informatie geven waarom een situatie vanuit ons oogpunt al dan niet grensoverschrijdend is.

Suggestie: Je kan de trainers laten plaatsnemen op een denkbeeldige lijn waarbij het ene uiteinde het antwoord 'Ja' vertegenwoordigt en het andere uiteinde 'Neen'.

SITUATIE MET BETREKKING TOT SEKSUEEL GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE
	VERSTANDELIJKE BEPERKING	CEREBRALE PARESE
<p>Mark (42 jaar) is trainer van de groep G-sporters binnen de club. Tijdens de training komt Silke (32 jaar), sporter met het syndroom van down, te pas en te onpas een knuffel geven aan Mark. Mark vindt dit soms vervelend omdat het de uitleg en demonstratie bemoeilijkt, maar ook omdat dit vaak zeer lichamelijke knuffels zijn.</p>	<p>Het gedrag van Silke is een uiting is van blijdschap en enthousiasme. Personen met een verstandelijke beperking voelen (lichamelijke) grenzen niet altijd goed aan en gaan zo soms onbewust een grens over. In dit geval is het knuffelen ongepast en bemoeilijkt het ook de uitleg. Als trainer is het belangrijk om grenzen te stellen. Begrens en leg uit waarom een knuffel tijdens het geven van de uitleg niet kan en bied een alternatief aan (bv. bij het afscheid na het sporten).</p> <p>Soms bestaat de misperceptie dat personen met een verstandelijke beperking steeds graag fysiek zijn en graag knuffelen. Sommigen vinden dit inderdaad fijn, maar anderen helemaal niet. Andersom kan het dus zijn dat trainers, supporters,... te pas en te onpas sporters met een verstandelijke beperking knuffelen door deze misperceptie. Het vragen van toestemming of het letten op signalen van toestemming is steeds belangrijk.</p>	<p>/</p>
<p>Chris (55 jaar) is een trouwe supporter van boccia. Hij komt regelmatig naar de wedstrijden kijken, want hij heeft zelf een zoon die boccia speelt. Hij kijkt geregeld naar wedstrijden van Emma (16 jaar, sporter met een beperking). 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.</p>	<p>/</p>	<p>Bij dit voorbeeld primeert het gevoel van Emma en hoe zij dit ervaart. Emma voelt zich ongemakkelijk door het gedrag van Chris. Het gaat hier dus in de eerste plaats over haar gevoel en niet over de intentie van Chris.</p> <p><i>Boccia is een paralympische sport die gelijkenissen vertoont met petanque. Boccia wordt beoefend door mensen met een ernstige fysieke beperking. Het doel van deze sport is om de lederen speelballen (zes blauwe en zes rode) zo dicht mogelijk bij de witte doelbal, genaamd 'jack', te gooien of te rollen.</i></p>

SITUATIE MET BETREKKING TOT PSYCHISCH GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE
<p>Conny (15 jaar, sporter met een beperking) gaat wekelijks naar de roeiclub (inclusieve werking). Conny moet sturen in de roeiboot en doet dit steeds naar de verkeerde kant. Als de andere roeiers (15 jaar, zonder beperking) links zeggen, dan stuurt Conny rechts. De boot raakt hierdoor uit koers. De teamleden worden boos op Conny: "Je kan er niets van, je moet echt dom zijn!". Conny komt niet meer terug naar de sportclub door deze ervaring.</p>	<p>VERSTANDELIJKE BEPERKING</p> <p>Niet alle personen met een verstandelijke beperking kunnen links en rechts van elkaar onderscheiden. Ze hebben ook niet altijd een voorkeurszijde of weten niet welke hun dominante zijde is (vb. met welke hand ze best hun racket vasthouden, of met welke voet ze best op een bal trappen). Dit lijken de teamleden niet goed te begrijpen, ze uiten hun frustratie op een verkeerde manier wat een negatieve impact heeft op Conny (komt niet meer terug). Binnen een inclusieve werking kan een gebrek aan kennis van de beperking en bijgevolg de acceptatie binnen een groep een extra risico vormen.</p>	<p>CEREBRALE PARESE</p> <p>Wanneer er hersenschade is opgetreden voor of tijdens de geboorte, of in het eerste levensjaar, spreekt men van een cerebrale parese (CP). De aard en ernst van de stoornis hangt af van het type hersenbeschadiging en de plaats van de beschadiging. Dit kan individueel erg verschillend zijn. In deze situatie kan het zijn dat de hersenschade een impact heeft op het verwerken van informatie of de motorische controle. Dit lijken de teamleden niet goed te begrijpen, ze uiten hun frustratie op een verkeerde manier wat een negatieve impact heeft op Conny (komt niet meer terug). Binnen een inclusieve werking kan een gebrek aan kennis van de beperking en bijgevolg de acceptatie binnen een groep een extra risico vormen.</p>
SITUATIE MET BETREKKING TOT FYSIEK GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE
<p>Fien (sporter met een beperking, 27 jaar) krijgt een timeout van de scheidsrechter tijdens een belangrijke wedstrijd wegens een overtreding. Hierna gaat het fluitsignaal, de wedstrijd is gedaan en het team van Fien heeft verloren. De emoties van Fien lopen hoog op en het lukt niet om deze onder controle te krijgen. Ze loopt weg en gooit haar drinkfles vanaf de zijkant naar een tegenstander (35 jaar).</p>	<p>VERSTANDELIJKE BEPERKING</p> <p>Sporters met een verstandelijke beperking zijn vaak heel open en eerlijk in het uiten van hun gevoelens. Ze beleven hun emoties intens, of hebben het net moeilijk om emoties te vatten, kunnen hier moeilijk mee om en begrijpen ze nog niet helemaal. Net zoals bij andere sporters hebben ook zij het moeilijk met verlies en zijn ze euforisch bij winst. In deze situatie krijgt Fien haar emoties niet onder controle en toont dit op een verkeerde manier.</p> <p>TIP: Herhaal regelmatig de spelregels (bv. niet gooien met materiaal) en leg ze uit. Denk op voorhand na over de consequenties en pas ze consistent toe.</p>	<p>CEREBRALE PARESE</p> <p>Sporters met CP kunnen moeite hebben met emotieregulatie (ongeveer een kwart tot de helft van de kinderen met CP blijkt last te hebben van emotionele en gedragsstoornissen). Een situatie zoals deze kan herhaaldelijk voorkomen. Vroegtijdig ingrijpen kan helpen om een escalatie te vermijden. In deze situatie zijn de emoties niet onder controle van Fien, ze toont dit op een verkeerde manier.</p> <p>TIP: Herhaal op voorhand de spelregels en leg ze uit, denk op voorhand na over consequenties en pas ze consistent toe.</p>

SITUATIE MET BETREKKING TOT VERWAARLOZING	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE	ZAKEN DIE JE ALS LESGEVER KAN MEENEMEN TIJDENS DE BESPREKING VAN DE SITUATIE
<p>Trainer Freddy (45 jaar) moet zich haasten en doet een onveilige transfer (van de rolstoel naar het zwembad) van sporter Mohamed (20 jaar, sporter met een beperking in combinatie met een fysieke beperking). Hierdoor heeft Mohamed schaafwonden opgelopen. Mohamed laat weten dat hij schaafwonden heeft als gevolg van de transfer. De trainer antwoordt: "Verplaats u in het vervolg dan maar zelf als het u niet aanstaat."</p>	<p>VERSTANDELIJKE BEPERKING</p> <p>Het is belangrijk dat de trainer in deze situatie stilstaat bij de eigen haastigheid. Komt dit vaker voor? Zo ja, heeft dit te maken met de eigen persoonlijkheid, de eigen privésituatie of ligt het aan de werkdruk? En wat valt hieraan te doen? Te weinig tijd of beperkte ervaring van een trainer kan een mogelijke risicofactor vormen voor het stellen van grensoverschrijdend gedrag. In deze situatie wordt de opmerking van Mohamed niet ernstig genomen en reageert de trainer ongepast, er is geen zelfreflectie.</p>	<p>CEREBRALE PARESE</p> <p>Het is belangrijk dat de trainer in deze situatie stilstaat bij de eigen haastigheid. Komt dit vaker voor? Zo ja, heeft dit te maken met de eigen persoonlijkheid, de eigen privésituatie of ligt het aan de werkdruk? En wat valt hieraan te doen? Te weinig tijd of beperkte ervaring van een trainer kan een mogelijke risicofactor vormen voor het stellen van grensoverschrijdend gedrag. In deze situatie wordt de opmerking van Mohamed niet ernstig genomen en reageert de trainer ongepast, er is geen zelfreflectie.</p>

- 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 enkele 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.
- III. Wat voor gedragingen vind je zelf op de grens van wel of niet grensoverschrijdend gedrag? (vrije input).



Achtergrondinformatie

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.

Grensoverschrijdend gedrag (GG) is elke vorm van gedrag waarbij de grenzen van één of meer betrokkenen overschreden worden. We onderscheiden strikt genomen vier vormen van grensoverschrijdend gedrag. Seksueel GG kan nog verder opgesplitst worden in non-contact en contact gedragingen.

Verwaarlozing	Psychisch GG	Fysiek GG	Seksueel GG
Onaangepaste of onvoldoende medische zorg	Bedreiging, verbaal geweld	Fysiek schadelijke (doop)rituelen	Non-contact
			Ongewenste seksuele blikken
Ontoereikende (mentale) begeleiding	Genegeerd of buitengesloten worden (pestgedrag)	Dopinggebruik	Ongewenste seksuele beelden (ontvangen, vervaardigen, doorsturen)
Gebrek aan geschikt of veilig sportmateriaal of accommodatie (bv. niet toegankelijk voor rolstoelgebruikers)	Geen waardering krijgen voor sportprestaties	Gedwongen spelen bij ziekte, uitputting, blessure	Contact
			Ongewenste seksuele aanrakingen
School verwaarlozen	Onrealistisch hoog verwachtingspatroon	Lichamelijke mishandeling	Ongewenste betastingen van intieme lichaamsdelen
Onveilige sportomstandigheden	Psychisch schadelijke (doop)rituelen	Agressie of woede uitbarsting (met fysiek geweld)	Ongewenst genitaal, oraal, anale penetratie (en poging)
Inspraak of autonomie van de sporter negeren of ondermijnen	Kleinerende opmerkingen of betutteling		



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.

Let op voor veralgemening, sporters met een verstandelijke beperking of CP zijn een zeer diverse groep.

3. Laddercompetitie – (40 MIN)

Benodigheden

- Kaartjes met situaties (bijlage 1)

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 altijd even betrouwbaar en kan verwarrend zijn voor de betrokkenen, omdat die reactie bij iedereen anders is. Situaties waarin personen met een beperking betrokken zijn geven soms een extra gevoeligheid. Het kan zijn dat iemand met een beperking het moeilijker heeft met het aangeven en inschatten van grenzen. Het is dus belangrijk om je bij het inschatten van grensoverschrijdend gedrag te baseren op een aantal vastgestelde objectieve criteria. Dat gaan we nu oefenen.



Oefening

- Verdeel de deelnemers in **groepjes van 2 à 3 personen** en geef elk groepje een bundeltje met kaartjes waarop een situatie beschreven staat. *Er werden situaties opgemaakt voor sporters met een verstandelijke beperking en voor sporters met CP, daarnaast maken we ook nog een onderscheid tussen team sport en individuele sport. Gebruik de situaties die het best aansluiten bij de trainersgroep.*
- Geef hen de opdracht om de gedragingen te rangschikken naargelang de ernst (1 = minst ernstig tot 6 = 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 (zie p18).

Situaties verstandelijke beperking

De sporter die wordt voorgesteld in elke casus heeft een verstandelijke beperking. Dit staat niet in elke casus uitdrukkelijk vermeld om de leesbaarheid van de casus te vergroten. Benoem dit duidelijk aan je deelnemers.

Situaties verstandelijke beperking	
Individuele sport	Team sport
A. Één van de sporters, Bo, knijpt wel eens in de billen van de andere sporters tijdens de training.	A. Één van de sporters uit het team, Bo, knijpt wel eens in de billen van de andere sporters tijdens de training.
B. Sam traint wekelijks met sporter Jef. Sam maakt tijdens de training geregeld kritische opmerkingen over het gewicht van Jef (bv. 'Heb je weer teveel koeken gegeten vorige week want het lukt niet zo goed vandaag?').	B. Sam is hoofdtrainster van een groepje sporters. Sam maakt geregeld een kritische opmerking over het gewicht van Jef in het bijzijn van het hele team. (bv. 'Heb je weer teveel koeken gegeten vorige week want het lukt niet zo goed vandaag?').
C. De vader van Sascha scheldt haar uit omdat ze volgens hem niet voldoende haar best heeft gedaan tijdens de wedstrijd en ze daardoor verloren zijn.	C. Het team van trainer Aster zitten in de supportertribune en tijdens de pauze schelden ze de tegenspelers uit.

D. Victoria gaat naar toilet in de gezamenlijke toiletten van de sporthal met open deur. Andere sporters kunnen haar zien zitten.	D. Een groepje sporters (zonder beperking) sluiten Charlie steeds uit in de activiteiten die ze organiseren naast de trainingen.
E. De trainer vraagt aan Billie om toch deel te nemen aan de wedstrijd ondanks een blessure.	E. Anthony, de trainer van een groepje sporters, informeert de verzorger/ouder van de sporters niet wanneer ze een blessure hebben opgelopen tijdens de training. Daardoor krijgen ze niet de juiste zorg.
F. Max stuurt na de training veel berichten naar de trainster. In sommige periodes zijn dit meer dan 10 berichten per dag.	F. Max stuurt na de training veel berichten naar de trainster. In sommige periodes zijn dit meer dan 10 berichten per dag.

Situaties cerebrale parese

De sporter die wordt voorgesteld in elke casus heeft CP. Dit staat niet in elke casus uitdrukkelijk vermeld om de leesbaarheid van de casus te vergroten.

Situaties cerebrale parese	
Individuele sport	Team sport
A. Sporter Joost zit in een rolstoel en krijgt hulp na de training met het douchen. Tijdens het douchen krijgt hij een stijve penis.	A. Aster, de trainer van Louis, geeft complimenten over zijn uiterlijk wanneer Aster hem uit de auto helpt.
B. Viktor traint wekelijks sporter Emiel. Viktor maakt tijdens de training geregeld kritische opmerkingen over de prestaties van Emiel. Emiel krijgt hierdoor een woedeaanval omdat hij zelf ook gefrustreerd geraakt.	B. Viktor, de trainer, maakt geregeld kritische opmerkingen over de prestaties van Emiel in het bijzijn van het hele team. Het is niet de eerste keer dat dit gebeurt. Emiel krijgt hierdoor een woedeaanval omdat hij zelf ook gefrustreerd geraakt.
C. De trainster laat Billie toch deelnemen aan de wedstrijd ondanks een blessure.	C. Anthony, de trainer van een groepje sporters, informeert de verzorger/ouder van de sporters niet wanneer ze een blessure hebben opgelopen tijdens de training. Daardoor krijgen ze niet de juiste zorg.
D. Sporter Max kreunt telkens erg luid wanneer Céline, een meisje uit de sportclub, in de buurt is. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelt.	D. De sporters van het G-team sluiten Charlie steeds uit in de activiteiten naast de trainingen omdat Charlie in een rolstoel zit.
E. De frustraties tussen de sporters lopen hoog op tijdens een wedstrijd. Sporter Sofian is verbaal niet sterk maar uit zijn frustraties door tegen de andere sporters te botsen.	E. De frustraties tussen de sporters lopen hoog op tijdens een wedstrijd. Sporter Sofian is verbaal niet sterk, maar uit zijn frustraties door tegen de andere sporters te botsen.
F. Sasha kan niet zelfstandig naar het toilet gaan. Tijdens een training wordt Sasha niet tijdig naar het toilet gebracht omdat de trainer wilde wachten tot na de training. Sasha heeft daardoor een ongelukje.	F. Sasha kan niet zelfstandig naar het toilet gaan. Tijdens een training wordt Sasha niet tijdig naar het toilet gebracht omdat de trainer wilde wachten tot na de training. Sasha heeft daardoor een ongelukje.



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 en waarom?*
- *Waar ligt voor jullie persoonlijk 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 Icoba het Grenswijs ernstinschattend systeem. Dit systeem bevat zes criteria die helpen 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 Grenswijs ernstinschattend systeem.



Achtergrondinformatie

Het Grenswijs ernstinschattend systeem 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.

In de workshop wordt er gefocust op een specifieke doelgroep, namelijk sporters met een verstandelijke beperking en/of cerebrale parese. Bij elk criterium wordt eerst de algemene uitleg gegeven, aangevuld met specifieke zaken voor de doelgroep sporters met een beperking. Dit is gebaseerd op een uitbreiding van het Sensoa Vlaggensysteem: Buiten de lijnen – Sensoa Vlaggensysteem voor kinderen en jongeren met bijzondere behoeften.

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?

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- Het geven van toestemming kan voor personen met een beperking een probleem vormen doordat ze over onvoldoende inschattingsvermogen beschikken.
- Het geven van toestemming kan voor personen met een beperking een probleem vormen doordat ze niet voldoende kunnen communiceren hierover.

- Om toestemming te kunnen geven moet iemand kennis hebben over de eigen grenzen en wensen. Personen met een beperking hebben hier soms te weinig kennis over.
- 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 zijn én ze ook toepast.

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- In de begeleiding van personen met een beperking gelden er soms formele/informele regels en akkoorden. Personen met een beperking hebben soms extra (fysieke) ondersteuning nodig (bv. hulp op toilet of hulp bij het wassen) en daardoor kan de persoonlijke ruimte niet altijd gerespecteerd worden.
- Het is als begeleider steeds belangrijk om aan te kondigen wat je gaat doen en toestemming vraagt, zeker als de betrokkene niet vertrouwd is met de begeleider. Als begeleider heb je een voorbeeldrol en kan je door zelf zoveel mogelijk toestemming te vragen, de doelgroep leren dat actief toestemming vragen belangrijk is.
- Daarnaast is het ook belangrijk dat de zelfredzaamheid van de persoon steeds gestimuleerd wordt en de persoon met de beperking ook de kans krijgt om zo zelfstandig mogelijk te handelen tot waar dat kan.



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.

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- Bij personen met een beperking moeten we ons afvragen of zij goed kunnen inschatten of ze gechanteerd, gemanipuleerd of misleid worden. Ze zijn vaak afhankelijk van anderen waardoor weigeren negatieve gevolgen voor hen kan hebben. Indien de betrokkenen verbaal beperkt zijn, zal de professional goed moeten kunnen observeren.



3. *Gelijkwaardigheid:*

Een situatie kan over de grens gaan zodra er iemand in het nadeel is ten gevolge van de ongelijkwaardigheid tussen de betrokkenen. Dan is er sprake van een machtsoverwicht.

- Ongelijkwaardigheid tussen de betrokkenen kan voorkomen in aantal, leeftijd, kennis, intelligentie, mate van autonomie, communicatiemogelijkheden, aanzien, macht, positie, levenservaring, rijpheid, status...
- In peetsituaties 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.

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- Het is niet altijd evident om in te schatten bij personen met een beperking in welke mate de intelligentie, ontwikkelingsniveau of motorische beperking een rol speelt in de machtsverhouding. Een ongelijke verhouding is niet per definitie problematisch. Pas wanneer er misbruik van gemaakt wordt van deze ongelijke verhouding, spreken we van een machtsoverwicht.
- Sommige personen met een beperking zoeken ongelijkwaardigheid op, omdat ze zich bedreigd voelen door volwassen personen en een betere aansluiting vinden bij jongere kinderen.



4. *Ontwikkelings- of functioneringsniveau:*

Ontwikkelingsniveau:

Bij kinderen en jongeren kan dat gedrag meer afhankelijk zijn van de ontwikkelingsfase waarin ze zich op dat moment bevinden. 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>.

Functioneringsniveau:

Voor volwassenen (met of zonder beperking) kijk je niet naar het ontwikkelingsniveau, maar het functioneringsniveau. Bij het functioneringsniveau is het belangrijk dat je het **gedrag** inschat tijdens het incident, en **niet de persoon**. Het is niet de bedoeling om bepaalde permanente kenmerken (verstandelijke beperking, dementie,...) mee te beoordelen, aangezien anders dit criterium nooit oké zou zijn.

Stel jezelf de volgende vragen:

- Is het gedrag aanvaardbaar binnen de algemeen geldende regels/normen?
- Kent de persoon de regels?
- Heeft de persoon zich aan de regels gehouden?

- Kent de persoon bijvoorbeeld de regels, maar heeft hij zich er niet aan gehouden? Dan is het criterium **niet oké**.
- Kent de persoon mogelijks de regels niet (goed), bijvoorbeeld door een verstandelijke beperking, dan is het criterium **niet oké**, en neem je dit mee in je reactie. Er is dan de noodzaak om die persoon de regels aan te leren en dit met een individuele aanpak. In dit geval speelt de verstandelijke beperking niet mee in je beoordeling (je kijkt puur naar het gestelde gedrag). Bij de aanpak en de reactie speelt de verstandelijke beperking wel een rol.



5. Context:

Regels kunnen veranderen naargelang de context. Afhankelijk daarvan 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.

- Een verzorger die hardhandig aan de arm van een sporter trekt omdat die zou vallen is iets anders dan wanneer deze dit zou doen omdat de persoon iets fout doet.

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- Voor personen met een beperking kan het behoorlijk onduidelijk zijn wanneer regels verschillen naargelang de context. Ze begrijpen niet altijd waarom hetzelfde gedrag thuis wel oké is en niet oké in een sportclub (bv. een knuffel geven aan de ouders is oké, maar een knuffel geven aan de trainer is niet altijd gepast).
- Contextfactoren kunnen het risico bij kwetsbare groepen verhogen. Er is meer toezicht nodig naarmate men meer verzorging nodig heeft. In zo'n situaties komen begeleiders vaker in je persoonlijke ruimte en kunnen grenzen vervagen. Hoe minder toezicht en/of hoe minder professionalisering, hoe meer kans op grensoverschrijdend gedrag.



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).

Specifieke aandacht voor personen met een beperking:

- Verstandelijk zwakke personen kunnen minder goed risico's voor zichzelf en anderen inschatten. Dit zorgt ervoor dat zij soms schade toebrengen aan zichzelf en anderen zonder dat zij deze intentie hadden.

Tip: Voor meer informatie over het grenswijs ernst inschattend systeem kan je verwijzen naar de 'Sport met grenzen' vorming van Sportieq. Sportieq heeft daarnaast ook verschillende sport specifieke situaties uitgewerkt op de interactieve website www.grenswijs.be. Je kan als trainer zowel oefenen met het inschatten van de ernst alsook het bepalen van een goede reactie op de situatie. Wil je specifieke situaties met personen met een beperking? Selecteer dan de doelgroep 'beperking'.

4. En wat zou jij doen? – (70 MIN)

Introductie

We weten nu wat grensoverschrijdend gedrag is en dat het in verschillende vormen en ernstgradaties kan voorkomen. Minstens even belangrijk is om 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 een casus.

In dit handboek werden drie casussen uitgeschreven (Arthur, Katrien & Fatima). Start met de casus die het beste bij je groep past. Wellicht zal je geen tijd hebben om alle casussen te bespreken.



Achtergrondinformatie

Wat is een omstander of omstandergedrag?

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

Positief omstandersgedrag:

- **Tijdens een situatie:** de situatie doen stoppen door in te grijpen
- **Na een situatie:** slachtoffer opvangen, ouders contacteren, pleger aanspreken,...
- **Los van een incident:** een opleiding volgen, het goede voorbeeld geven, praten over grenzen,...

Negatief omstandersgedrag:

- **Tijdens een situatie:** aanmoedigen, zelf deelnemen, applaudisseren
- **Na een situatie:** niet geloven, bagatelliseren, ongeloofwaardig maken,...
- **Los van een incident:** Verspreiden van verkrachtingsmythes, vrouw of LGBTQI-onvriendelijke grappen maken, ...



Oefening

- I. Je leest de casus voor aan de groep, de casus beschrijft een situatie van grensoverschrijdend gedrag.
- II. Bespreek vervolgens met de deelnemers de zes criteria van het vlaggensysteem.
- III. Vervolgens bespreek je de casus met behulp van de voorziene reflectievragen.
- IV. Sta vooral stil bij wat een trainer kan doen in zo'n situatie.






CASUS 1 – Arthur




I. Lees de casus voor aan de groep

Fernando en Jonathan zijn twee trainers van de lokale club die geregeld sporters (met en zonder een beperking; 14-18 jaar) van en naar de training brengen. Hierdoor spenderen ze, ook naast de trainingen, veel tijd met de sporters en horen ze ook verschillende verhalen. In één zo'n verhaal gaat het over het pesten van één van de sporters, Arthur (sporter met een beperking). Blijkbaar wordt hij systematisch buitengesloten en niet uitgenodigd door zijn teamgenoten voor een drankje na de training in de kantine. 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 verstoep 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.

II. Beoordeel of deze situatie al dan niet grensoverschrijdend is en bespreek dit aan de hand van de criteria van het grenswijs ernstinschattend systeem.

Overloop alle zes criteria en geef de bijhorende uitleg of laat hen eerst zelf nadenken over hoe ze de criteria zouden beoordelen.

Criteria	Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:
 <p>1. Individuele toestemming/ maatschappelijk akkoord</p>	<p>Er is geen duidelijke toestemming. Arthur kan geen toestemming geven want hij is niet op de hoogte dat hij wordt uitgesloten. Daarnaast geeft hij ook geen toestemming om zijn spullen kwijt te geraken of een tackle te krijgen. Hij geeft geen toestemming tot gedrag dat hem viseert.</p> <p>Daarnaast is er een maatschappelijk akkoord dat iemand uitsluiten of pesten niet oké is.</p>
 <p>2. Vrijwilligheid</p>	<p>Arthur wordt in deze casus niet onder druk gezet. Daarnaast is er ook geen sprake van chantage of dwang. Dit criterium is oké.</p>
 <p>3. Gelijkwaardigheid</p>	<p>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. Daarnaast kan, afhankelijk van de ernst en uiting van de beperking, er sprake zijn van een groter machtsverschil door een ongelijkheid in autonomie/communicatievaardigheden/..</p>

		In pestsituaties is er altijd sprake van ongelijkwaardigheid, in het nadeel van het slachtoffer.
	4.Ontwikkelings- of functioneringsniveau	Het is normaal dat niet iedereen met iedereen bevriend is, maar dat betekent niet dat je iemand respectloos kan behandelen. 14-18 jarigen zouden moeten weten dat iemand uitsluiten, iemands spullen verstoppen,... geen oké gedrag is. Ze kennen wellicht de regels maar respecteren ze niet.
	5.Context	De situatie is niet gepast voor de context. De teamgenoten sluiten Arthur uit en respecteren hem niet. Tot een sportcontext behoren net waarden als samenhangigheid en respect.
	6.Impact	Uitsluiting en pestgedrag kunnen grote negatieve gevolgen hebben voor het psychisch welzijn van Arthur. Daarnaast is er ook sprake van herhaling, dit kan de impact verhogen. Ook voor de plegers van het gedrag kan er sprake zijn van een mogelijke negatieve impact door bijvoorbeeld imagoschade of de straf die ze ervoor krijgen.



III. Bespreek de casus met behulp van de voorziene reflectievragen.

Je vraagt de aanwezige trainers om zich in de plaats van Fernando en Jonathan te stellen. Verdeel hen in kleine groepjes (2 à 3 personen) en laat hen reflecteren a.d.h.v. de reflectievragen.

- *Wat zijn voor jullie mogelijke signalen van pestgedrag in deze situatie?*
- *Welke impact kan deze situatie hebben op het functioneren van de sporter of op de groepsdynamiek van het team als je niets zou doen?*
- *Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie? (link naar III.)*
- *Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?*
- *Wat zouden wel of geen redenen zijn om in te grijpen als trainer?*

TIP: Laat de trainers eerst zelf nadenken over de vraag 'Wat zou je doen als trainer in deze situatie?' (eventueel neerschrijven op post-it). Maak daarna de brug naar deel IV.

IV. Sta stil bij wat men als trainer kan doen in zo'n situatie

Welke stappen kan je ondernemen als trainer?

- 1) Aangezien het hier gaat over pesten, is het zeker een goed idee om als trainer meteen de **club-API in te lichten** en samen te bekijken hoe jullie dit aanpakken.
- 2) **Betrek Arthur (en zijn ouders/begeleiders)** in dit proces. Indien mogelijk bespreek waar hij nood aan heeft, hoe kunnen jullie hem helpen? **Dit doe je best vooraleer je de andere 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 (en zijn ouders/begeleiders)**. Indien Arthur niet goed kan communiceren, ga dan op zoek naar alternatieven (bv. visuele tools). Maar als je het gesprek aangaat, doe dit dan in een **rustige gesprekruimte** waar je niet gestoord kan worden 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 verstopt en dat ze jou buitensluiten. Kan je me hier wat meer over vertellen?"
 - **Luister** naar Arthur zijn verhaal en geef ruimte aan emoties. Bv: "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**.
 - **Maak duidelijke afspraken** over welke stappen je zal zetten. Bespreek eerst de opties en welke stappen ondernomen kunnen worden binnen de club. Vb.: groeps gesprek (No Blame methode), club-API inschakelen, ... en op welke manier je Arthur op de hoogte zal houden.
 - Probeer Arthur te overhalen om **betrouwbare mensen in te schakelen** (vb. ouders,

Enkele tips voor het gesprek met de andere 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 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. Hierop kunnen begeleiders/lesgevers van jongeren advies en hulp vinden over hoe je pestgedrag kan aanpakken.

Tips over het betrekken van ouders:





- Betrek ouders of begeleiders bij situaties die ernstig zijn (zie criteria grenswijs). Bij cases die minder ernstig zijn, maak je zelf een inschatting indien het betrekken een meerwaarde kan betekenen voor de sporter en het oplossen/voorkomen van de situatie. Je kan hiervoor onderstaande tips meenemen als houvast.
- Indien de sporter **minderjarig** is, is het aangeraden om ook de ouders of begeleiders te betrekken.
- Indien je werkt met **volwassen** sporters, vertrek dan altijd vanuit hun beleving. Ze zijn volwassen en hebben dus hun eigen beleving en hun rechten. Afhankelijk van de uiting en aard van de beperking zal je bij volwassen sporters met een beperking sneller de ouders moeten betrekken (bv. een zware verstandelijke beperking).
- Bespreek met de sporter hoe je de ouders/begeleider kan betrekken indien je dit nodig acht. Wat kunnen én willen ze zelf aan hen zeggen?
- Betrek ouders als partners en bekijk welke rol zij kunnen spelen (bv. Zijn er factoren die thuis een rol spelen? Relevante zaken die je nog niet wist? Hoe communiceren zij met de sporter?).
- Als ouders een negatieve aanpak hanteren (bv. consequenties die niet in verhouding staan tot het gedrag); houd stand bij de opbouwende aanpak die je hanteert en geef dit mee aan de ouders. Ga eventueel samen in dialoog over de consequenties die je zal afspreken met de sporter.

**I. Lees de casus voor aan de groep**

Katrien (35 jaar, sporter met een beperking) gaat wekelijks naar de club waar ze training krijgt van trainster Mara (25 jaar, zonder beperking). Je bent de trainer van de recreatieve groep en Mara is trainster van de competitieve groep. De trainingen sluiten aan op mekaar waardoor je vaak contact hebt met Mara en haar groep. Vorig seizoen merkte je dat Katrien sterk toenadering zocht tot trainster Mara. Dit uitte zich in lang willen napraten na de training, heel veel complimenten geven, veel persoonlijke vragen stellen,... Dit seizoen zoekt Katrien ook vaak telefonisch contact buiten de trainingsuren. Mara vertelt je dat ze vorige week bijna dagelijks een berichtje krijgt van Katrien. De berichten zijn soms flirterig van aard ('Ik moet vaak aan je denken', 'Je bent een hele toffe coach', 'Je had een mooie outfit aan gisteren op training', ...). Indien Mara niet meteen antwoordt, kan het ook zijn dat Katrien haar belt. Mara vroeg reeds om haar enkel te contacteren bij dringende zaken, maar dit heeft weinig effect.

II. Beoordeel of deze situatie al dan niet grensoverschrijdend is en bespreek dit aan de hand van de criteria van het grenswijs ernstinschattend systeem.

Overloop alle zes criteria en geef de bijhorende uitleg of laat hen eerst zelf nadenken over hoe ze de criteria zouden beoordelen.

Criteria	Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:
 1. Individuele toestemming/ maatschappelijk akkoord	De trainster geeft geen toestemming voor het flirterig gedrag en vindt de toenadering van Katrien niet fijn. Er is dus geen sprake van individuele toestemming.
 2. Vrijwilligheid	Katrien zet Mara onder druk om te antwoorden door haar meteen te bellen. De vrijwilligheid in deze situatie is dus niet helemaal oké.
 3. Gelijkwaardigheid	In deze situatie is de ongelijkwaardigheid geen specifiek aandachtspunt omdat Mara, als trainer, in een machtspositie zit ten aanzien van Katrien. De initiatiefnemer van het gedrag heeft dus geen machtspositie, integendeel.
 4. Ontwikkelings- of functioneringsniveau	Het gedrag dat Katrien stelt is niet oké (ongeacht de beperking), het is niet acceptabel dat trainster Mara ook buiten de uren wordt gecontacteerd met flirterige berichten. De aanpak van trainster Mara richting Katrien kan wel verschillen naargelang de aard en uiting van de beperking. Dat Katrien toenadering zoekt tot haar trainster kan mogelijks gekaderd worden binnen haar beperking. Katrien kent mogelijks wel de normen maar kan ze in de praktijk niet altijd even goed inschatten.

 <p>5.Context</p>	<p>Dat Katrien toenadering zoekt binnen de club tot de trainster is zeker oké binnen de context maar dit wordt wat té persoonlijk en het contact vindt ook meer en meer plaats buiten de sportclub.</p>
 <p>6.Impact</p>	<p>Mara voelt zich soms oncomfortabel, maar het gedrag van Katrien heeft slechts in beperkte mate een negatieve invloed op Mara haar functioneren.</p> <p>Wanneer Katrien aangesproken wordt op het flirterig gedrag kan ze mogelijks liefdesverdriet ervaren of het gevoel hebben afgewezen te zijn. Dit kan tijdelijk lastig zijn voor haar.</p>



III. Bespreek de casus met behulp van de voorziene reflectievragen.

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

- *Welke impact kan deze situatie hebben op het functioneren van de sporter/trainster Mara?*
- *Welke impact kan dit hebben op de groepsdynamiek?*
- *Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie?*
- *Wat zouden wel of geen redenen zijn om in te grijpen als trainer?*
- *Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?*
- *Zou jou reactie als trainer veranderen indien Katrien geen beperking had?*

IV. Sta stil bij wat men als trainer kan doen in zo'n situatie.

Gebruik onderstaande tips om de acties van een trainer te bespreken. De communicatie verloopt bij iedere sporter anders, sta daarom ook stil **hoe je als trainer communiceert** met je sporters.

Welke stappen kan je ondernemen als trainer?

Het is belangrijk dat je **actie onderneemt** en dat het **gedrag van Katrien stopt**. Probeer met trainster Mara in gesprek te gaan over hoe ze dit gaat aanpakken gezien ze de rechtstreekse trainster is van Katrien. Indien je niet weet hoe je dit dient aan te pakken, **vraag dan raad bij de club API**.

- **Ga apart in gesprek met Mara**, doe dit in een rustige gespreksruimte waar je niet gestoord kan worden. Benoem je bezorgdheid en vraag hoe Mara zich bij de situatie voelt. *“Je vertelde me dat Katrien ook vaak contact zoekt buiten de trainingsuren, hoe voelt je je daarbij? Ik ben bezorgd dat dit een belasting voor je vormt.”*
- **Luister naar Mara**, vat samen en vraag door om een beter zicht te krijgen op de situatie. *“Hoeveel berichten krijg je gewoonlijk?”, “Hoelang is dit al gaande?”*
- **Benoem dat het gedrag moet stoppen**, bespreek samen welke stappen Mara kan zetten. *“Zoals je zelf aangaf, dient dit gedrag te stoppen. Hoe kan je ervoor zorgen dat het gedrag van Katrien zal stoppen?”, “Hoe kan je het gesprek met Katrien aangaan?”, “Hoe kan ik helpen?”*

Enkele tips die je aan Mara kan meegeven voor het gesprek met Katrien:

- **Ga apart in gesprek met Katrien.** Zoek hiervoor een **rustige plek** waar je niet gestoord kan worden door anderen.
- **Leg uit waarom je met haar wil praten:** *“Ik zou graag met jou iets bespreken. Ik weet dat je graag complimenten geeft, en het is soms ook leuk om complimenten te krijgen maar, maar de laatste tijd zijn dit er heel veel en stuur je mij ook veel berichtjes na de training.*
- Vraag **waarom** Katrien zoveel berichten stuurt.
- Geef aan dat het **gedrag** moet **stoppen** en **stel een duidelijke grens**. Het is bij personen met een beperking net extra belangrijk om grensgevoel te stimuleren, maar dit is niet eenvoudig. *“De laatste tijd geef je mij teveel complimentjes en stuur je me teveel berichten na de training. Ik voel me niet goed, ik wil dat je dit niet meer doet.”*
- Het is op zich oké om toenadering te zoeken, flirten mag maar als het voorwerp van bewondering er niet mee gediend is of in een hogere positie staat is het niet meer oké.
- Het kan zijn dat Katrien zich niet bewust is van de grens die overschreden is. Stem je aanpak hierop af en **zoek naar wat wel nog kan binnen je grenzen**. *“Bellen of een sms dient enkel voor dringende zaken of als je een vraag hebt over de training.”*
- Geef aan wat de **consequenties** zijn als dit niet stopt. (Bv. Je zal moeten trainen bij iemand anders).



V. Extra reflectievragen

Vragen die je kan gebruiken om stil te staan bij hoe je als trainer communiceert met je sporters:

- **Hoe kan je emoties bespreekbaar maken in een sportcontext? Hoe zorg je voor een sportcontext waarbij emoties bespreekbaar zijn?**
- **Hoe kan je op een goede manier communiceren met je sporters** (ook indien die minder verbale vaardigheden hebben)?
- Hoe kan je toch erkenning geven aan de beleving en daar bijhorende gevoelens van je sporter?
- Wanneer betrek je de ouders en/of begeleiders en op welke manier?
- **Open vraag:**
 - Hoe doen jullie dit?
 - Hebben jullie ideeën om dit aan te pakken?
 - Bij wie kan je terecht (binnen of buiten de club) om samen te zoeken naar een oplossing?





CASUS 3 - Fatima





In de zomer gaat de G-sportclub op stage. Fatima (16 jaar, sporter met een beperking) zit reeds één jaar bij de sportclub en gaat voor de eerste keer mee. Je bent de vaste trainer van Fatima en krijgt ondersteuning van trainer Fred en An. Ze kennen de groep niet goed, maar ter gelegenheid van de stage springen ze in bij de groep van Fatima. Bij een oefening gebeurt het vaak dat Fatima de andere sporters hindert doordat ze naar de verkeerde richting beweegt of een beweging te laat uitvoert. Trainster An legt de oefening meermaals opnieuw uit, maar zonder weinig vooruitgang. De frustraties lopen op naarmate de stage vordert. Dit uit zich eerst in opmerkingen richting trainer Fred: ‘De beweging van Fatima is weer verkeerd, dat is toch niet mogelijk, was mijn uitleg nu weer onvoldoende?!.’ An en Fred kijken elkaar aan en grinniken. Daarnaast merk je dat trainster An meermaals Fatima naar de kant trekt, dit gebeurt hardhandig waardoor er een blauwe plek ontstaat.

I. **Beoordeel of deze situatie al dan niet grensoverschrijdend is en bespreek dit aan de hand van de criteria van het grenswijs ernstinschattend systeem.**

Overloop alle zes criteria en geef de bijhorende uitleg of laat hen eerst zelf nadenken over hoe ze de criteria zouden beoordelen.

Criteria	Zaken die je als lesgever kan meenemen tijdens de bespreking van de situatie:
 1. Individuele toestemming/ maatschappelijk akkoord	<p>Fatima zal dit gedrag (opmerking, grinniken en het naar de kant trekken) vermoedelijk ondergaan, maar heeft door haar beperking en leeftijd geen echte mogelijkheid om toestemming te kunnen geven (of niet te geven).</p> <p>Daarnaast geeft Fatima geen toestemming om naar de kant te worden getrokken, ze wordt er door overvallen. Dit criterium is dus niet oké.</p>
 2. Vrijwilligheid	<p>Er is geen druk of dwang wanneer An een opmerking maakt richting Fatima en beide trainers (Fred en An) grinniken.</p> <p>Trainster An legt door haar onvrijwillig aan de kant te trekken enige druk op Fatima. Ze dwingt haar met fysieke kracht om naar de kant te gaan. Dit gedrag is dus niet oké.</p>
 3. Gelijkwaardigheid	<p>Er is een ongelijkwaardigheid in positie (trainster vs. sporter). Daarnaast kan de beperking mogelijks ook voor ongelijkwaardigheid zorgen (bv. niet dezelfde communicatievaardigheden), dit hangt af van de ernst en uiting van de beperking van Fatima.</p>
 4. Ontwikkelings- of functioneringsniveau	<p>De uiting van frustratie (de opmerking en het grinniken) horen niet in de context van een gezonde coaching stijl, An en Fred zijn opgeleide trainers en dienen dit te kennen. Het gedrag is daarom niet oké. Mogelijks zijn An en Fred niet vertrouwd met sporters met een beperking, educatie omtrent sporters met een beperking kan noodzakelijk zijn in dat geval.</p>

 5.Context	Zowel het handhandig beetpakken van een sporter als het maken van gefrustreerde opmerkingen en grinniken onder trainer passen niet in de context van het coachen.
 6.Impact	<p>De impact van de opmerking en het grinniken is onbekend, dit kan mogelijks wel wantrouwen opwekken bij Fatima en een gevoel van onveiligheid.</p> <p>Uit de casus weten we dat er licht negatieve impact is bij Fatima, nl. een blauwe plek. We weten niet of dit emotioneel ook gevolgen heeft. Bijvoorbeeld de angst om volgende keer opnieuw hardhandig beetgepakt te worden.</p> <p>De trainster kan mogelijks imagoschade oplopen.</p>

II. Bespreek de casus met behulp van de voorziene reflectievragen.

Je vraagt de aanwezige trainers om zich voor te stellen dat ze deze situatie zien gebeuren. Gebruik de reflectievragen om de situatie in de groep te bespreken.

- Wat zou er gebeuren als je niets zou doen als trainer in deze situatie?
- Wat zouden wel of geen redenen zijn om in te grijpen als trainer?
- Welke impact kan deze situatie hebben op het functioneren van de sporter of de groepsdynamiek?
- Wat zou jij zelf doen als trainer in deze situatie?

III. Sta stil bij wat men als trainer kan doen in zo'n situatie.

Gebruik onderstaande tips om de acties van een trainer te bespreken. Het kan voorvallen dat je het gedrag van medetrainers afkeurt, sta daarom ook stil **hoe je als trainer communiceert** met je **medetrainers** en omgaat **met onwetendheid omtrent de beperking van de sporters**.

Welke stappen kan je ondernemen als trainer?

Het is belangrijk dat je actie onderneemt en dat het gedrag van An stopt. Gezien Fred ook betrokken is en geen gepaste reactie vertoont (mee grinniken), dient het gedrag van Fred ook te stoppen. Schakel de club-API in indien je niet weet hoe je moet omgaan met de situatie.

- 1) Ga apart in gesprek met Fatima, doe dit in een rustige gespreksruimte waar je niet gestoord kan worden.
 - Benoem je bezorgdheid en vraag hoe Fatima zich bij de situatie voelt. *“Ik zag dat je nogal hard werd vastgegrepen door An en een blauwe plek hebt. Hoe voel je je daarbij?”*.
 - Geef aan dat dit gedrag niet oké is en dat je An en Fred hierop zal aanspreken. Indien het gedrag van An en Fred niet stopt, zullen er sancties volgen (bv. ze kunnen voor een

- Geef mee dat je dit ook zal bespreken met haar **ouders/begeleiders** en waarom.
- Blijf bereikbaar voor Fatima en haar ouders/ begeleiders, houd een extra oogje in het zeil hoe Fatima zich gedurende de komende training gedraagt en voelt.

1) Ga **in gesprek met An en Fred** (bij voorkeur apart), doe dit in een rustige gespreksruimte waar je niet gestoord kan worden.

- Benoem wat je gezien hebt en vraag waarom dit is voorgevallen. *“Ik zag dat Fatima een blauwe plek heeft door het hardhandige vastgrijpen, kan je me even uitleggen hoe het komt dat dit gebeurde?”*.
- Geef aan dat dit gedrag niet kan en moet stoppen. *“Ik snap dat het niet fijn is als je uitleg niet de gewenste effecten heeft, maar het is niet oké om je frustratie uit te werken op de sporter zelf. Hardhandig vastgrijpen hoort niet bij een goede coaching stijl. Dit kan angst opwekken bij onze sporters.”*.
- Zoek naar een manier waardoor dit voorkomen zal worden in de toekomst. *“Hoe zal er voor zorgen dat dit niet meer gebeurt? Hoe kan je je frustratie onder controle krijgen?”, Hoe kunnen we je hierbij helpen vanuit de club?”*.

2) **Betrek de club-API**

- Indien het gedrag van An en Fred zich blijft herhalen is het belangrijk dat de club-API verdere stappen kan ondernemen.
- Indien blijkt dat Fatima meer ondersteuning nodig heeft (bv. is zeer angstig in de komende trainingen, komt niet meer terug,..);
- In **geval van twijfel of je weet niet hoe je de situatie moet aanpakken**, betrek dan steeds de club-API. Deze persoon is opgeleid om de situatie verder op te volgen, de juiste instanties te contacteren en eventueel de nodige stappen te ondernemen.

3) Als trainer had je beter al eerder ingegrepen aangezien de situatie al eerder opgemerkt werd. Weet dat het belangrijk is om in dergelijke situaties **snel in te grijpen**. Op die manier had het hardhandig naar de kant trekken misschien vermeden kunnen worden.

Tips omtrent de communicatie met medetrainers:

- Bevraag waarom bepaald gedrag heeft plaats gevonden (Komt dit door onwetendheid? Voelt de trainer zich niet goed in zijn vel?).
- Keur het gedrag af en niet de persoon (Wel: het gedrag die je stelde is niet correct, Niet: jij bent een slechte trainer).
- Leg uit waarom bepaald gedrag niet kan en geef duidelijk aan dat het gedrag moet stoppen.
- Zoek samen naar een oplossing waardoor je dit gedrag voorkomt en de bepaal de bijhorende consequenties indien het gedrag niet stopt. Indien de trainer zelf niet meedenkt, stel dan zelf een oplossing en consequenties voor.
- Gebruik dit moment om te groeien en geef medetrainers de ruimte om aan hun gedrag te werken.
- Betrek de club-API indien het gedrag blijft aanhouden of je niet weet hoe je om moet gaan met de situatie.



IV. Extra reflectievragen

Vragen die je kan gebruiken om stil te staan bij hoe je als trainer communiceert met je medetrainers en om stil te staan als trainer bij het fysieke aspect (aanraken) binnen een sportcontext:

- Hoe spreek je medetrainers aan op hun (foutieve) gedrag op een opbouwende manier?
- Hoe ga je om met medetrainers die weinig ervaring hebben met sporters met specifieke noden?
- Dienen jullie sporters vaak aan te raken? (bv. in functie van de ondersteuningsnood) Hoe zorg je dat je sporter zich hierbij veilig voelt? Hoe stimuleer je het grensgevoel in zo'n situaties?

5. Kennismaking club-API (5 MIN)

Vorbereiding

- Contacteer de club-API met de vraag om aanwezig te zijn en zich voor te stellen aan de aanwezige trainers.

Kennismaking

- De club-API stelt zichzelf en de 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 workshop (5 MIN)

Vraag aan de deelnemers wat ze zullen onthouden van de workshop en vul daarna aan met onderstaande boodschappen (*take home messages*).

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. De zes criteria van het grenswijs ernstinschattend systeem kunnen een houvast bieden om de situatie in te schatten.
5. Het belangrijk om de stem van de sporters hierin te horen en hen zelf te laten bepalen wat grensoverschrijdend is. **Bij sporters met een beperking is het belangrijk het grensgevoel te stimuleren.**
6. Met je G-sporters 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.
7. 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

Bronnen

- Handboek Safe Sport Allies. Draaiboek voor lesgevers over de workshop 'Leren reageren op grensoverschrijdend gedrag als trainer'. Te raadplegen via www.safesportallies.eu
- De criteria van het grenswijssysteem. Te raadplegen via <https://www.grenswijs.be/zes-criteria-om-te-schatten-gedrag-over-de-grens-gaat>
- Informatie over pesten. Te raadplegen via www.allesoverpesten.be
- Sensoa Vlaggensysteem: Buiten de lijnen – Sensoa Vlaggensysteem voor kinderen en jongeren met bijzondere behoeften

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!

