

# Omstandergedrag kan je leren

MOEV Apotheose

An De Kock – SPORTIEQ vzw  
25/06/2024

1

Intro

# Gezond en Ethisch Sporten

## Fusie 28 maart



# Onze missie

We willen dat iedereen sport zorgeloos kan beleven. Daarom ondersteunen we de hele Vlaamse sportsector bij het realiseren van een gezond en ethisch sportklimaat. Van recreatieve sporter tot topatleet, van mens tot organisatie. Zo beschermen we de fysieke, psychische, sociale en seksuele integriteit van iedereen.

# Kennismaking

Jouw naam en gekozen kaartje?

# Doel van vandaag

- Kennismaking met kant-en-klare workshop voor jongeren
- Train-de-teacher

# Achtergrond workshop?

- Europees project Safe Sport Allies: [www.safesportallies.eu](http://www.safesportallies.eu)
- Focus: stimuleren van positief omstandergedrag bij sporters, trainers, ouders en clubbestuurders
- Draaiboek sporters herwerkt naar draaiboek voor leerlingen i.s.m. MOEV



# Reactief omstandergedrag

Steunt  
Versterkt  
Moedigt aan

Kijkt weg  
Komt niet tussen

Stopt het gedrag  
Leid pleger af  
Zoekt hulp  
Wijst pleger terecht  
Ondersteunt slachtoffer  
Volgt nadien op

De beslissing van een omstander om iets te doen wordt beïnvloedt door reactie van peers, de sportorganisatiecultuur en hun zelfredzaamheid





# En: Werkt het?

DISCLAIMER: WORKSHOP LEERLINGEN NIET GETEST, ENKEL WORKSHOP SPORTERS

- ✓ Significant meer kennis over toestemming, grenzen, informeren en melden aan een volwassene **NA** de workshop
- ✓ Positieve stijging in **intentie** om 'agressie' gedrag te melden aan een volwassene => positieve impact op positief omstandergedrag
- ✓ Significante daling in intentie om 'outsider' gedrag te stellen (negatief omstandergedrag)
- Geen significant effect op 'verdediger' gedrag of 'agressie' gedrag

- ✓ 72% vond workshop interessant
- ✓ 67% gaf aan dat ze veel leerden
- ✓ 71% zou de workshop aanraden aan medesporters

- 11% jongesporters
- 64% jongesporters
- Atletiek, darts, voetbal, hockey, squash, gevechtssport

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

# Sleutelcompetenties?

- **Lichamelijke en geestelijke gezondheid**
  - Bouwsteen Veilig gedrag
- **Sociaal-relacionele competenties**
  - Bouwsteen Pesten op school aanpakken
- **Burgerschap**
  - Bouwsteen Identiteit
  - Bouwsteen Leerlingen gaan in dialoog
  - Bouwsteen Deel zijn van onze samenwerking
- **Zelfbewustzijn**

# Enkele afspraken

- We laten elkaar uitspreken en **luisteren** naar elkaar.
- We hebben **respect voor elkaars mening en standpunt**.
- **Iedereen is anders**, en dat is oké.
- **Je kiest zelf** welke informatie je wil delen.
- Er zijn geen juiste of **foute** antwoorden.
- Alles wat in deze groep gezegd wordt, is en blijft vertrouwelijk. **Verhalen die vandaag worden besproken blijven onder ons**.

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

## 2. Wat is grensoverschrijdend gedrag?

# Vakkenspel

- Teams van 3-5 leerlingen
- 7 verschillende situaties

**Opdracht 1:** bespreek welke vorm van grensoverschrijdend gedrag het kan zijn. Na 20 sec loop je naar de het antwoord van jouw groep.

**Opdracht 2:** bespreek hoe ernstig jullie dit vinden (0= niet ernstig, 10 = zeer ernstig)

# Vakkenspel: Deel 1

- A. Een mannelijke sporter (16 jaar) geeft weleens een tik op de billen van een meisje (16 jaar) tijdens de LO-les. Seksueel
- B. Sofie, de hoofdtrainster, maakt geregeld opmerkingen over het gewicht van een jonge sporter (14 jaar) terwijl de medesporters dit kunnen horen. Psychisch
- C. Bart (21 jaar), een sporter die regelmatig komt lopen op de gemeentelijke atletiekpiste, staart een groepje meisjes (15 jaar) aan die deelnemen aan de LO-les. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen. Seksueel
- D. Een groep leerlingen (16 jaar) sluiten systematisch een sporter uit in hun WhatsApp-groep en activiteiten. Ze roddelen en maken grapjes over hem in de WhatsApp-groep. Psychisch/pesten
- E. Een ouder scheldt haar zoon uit voor loser en nietsnut na zijn loopwedstrijd voor de scholencompetitie omdat die volgens haar niet zijn best heeft gedaan. Psychisch
- F. Frank, een 40-jarige LO-leerkracht, vraagt Lia (16 jaar) om toch deel te nemen aan de interscholencup ondanks haar knieblesure. De kinésitherapeut raadt dit sterk af omdat dit haar blessure kan verergeren. Fysiek
- G. Ismail krijgt de vraag van de trainer om volop te focussen op diens sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school. Verwaarlozing



Verwaarlozing	Psychisch grensoverschrijdend gedrag	Fysiek grensoverschrijdend gedrag	Seksueel grensoverschrijdend gedrag zonder contact	Seksueel grensoverschrijdend gedrag met contact
Onvoldoende ondersteuning	Vernederen, body shaming	Fysieke oefeningen als vorm van straf	Seksuele opmerkingen	Kussen
Onvoldoende medische zorg	Bedreigen, verbaal geweld	Fysiek schadelijke inwijdingsrituelen	Seksuele blikken	Seksuele aanrakingen
Onvoldoende begeleiding	Negeren of buitensluiten	Dopinggebruik	Seksuele beelden (ontvangen, vervaardigen, doorsturen)	Aanranding
Gebrek aan geschikt materiaal	Geen waardering geven voor sportprestaties	Gedwongen spelen bij ziekte, uitputting, blessure	Gedwongen uitkleden	Genitaal, oraal, anale penetratie (en poging)
School verwaarlozen	Onrealistisch hoog verwachtingspatroon	Lichamelijke mishandeling	Exhibitionistisch gedrag ervaren (offline of online)	Seksueel schadelijke inwijdingsrituelen
Onveilige sportomstandigheden	Psychisch schadelijke inwijdingsrituelen			 <b>SAFE SPORT ALLIES</b>

# Definitie grensoverschrijdend gedrag

Grensoverschrijdend gedrag wordt gezien als het niet respecteren van de grenzen, waarden en normen van zichzelf en een ander. Dit is voor iedereen verschillend: gedrag kan voor de ene persoon helemaal ok zijn en voor iemand anders over de grens gaan. Als diegene die het gedrag ondergaat, vindt dat diens grenzen worden geschonden, dan spreken we van grensoverschrijdend gedrag.

# Definitie psychisch grensoverschrijdend gedrag

Psychisch grensoverschrijdend gedrag gaat over de geest van een individu, het mentale. Zo kunnen bepaalde uitspraken over de persoonlijke grens van iemand gaan en ervoor zorgen dat deze persoon gekwetst wordt. Voorbeelden zijn opmerkingen zoals: 'jij bent lelijk' of 'jij bent dik'. Andere voorbeelden van psychisch grensoverschrijdend gedrag zijn het dwingen tot dopinggebruik, isoleren, negeren, inconsistent aandacht geven, leerlingen aanzetten om tegenstanders te blesseren, enz.

# Definitie fysiek grensoverschrijdend gedrag

Er wordt gesproken van fysiek grensoverschrijdend gedrag, wanneer het gaat over fysieke handelingen die over de persoonlijke grens gaan van iemand. Dit zijn handelingen die betrekking hebben op het lichaam. Voorbeelden zijn: slaan en schoppen.

# Definitie seksueel grensoverschrijdend gedrag

Seksueel grensoverschrijdend gedrag bij kinderen of jongeren gaat over alle seksuele handelingen die over de grens van één van de betrokkenen gaat en waarbij een kind of jongere gedwongen, verleid, overgehaald, verplicht, gemanipuleerd of gechanteerd wordt om seksuele handelingen te doen, te zien, te ondergaan of toe te staan die hij of zij niet wil of waar hij of zij geen toestemming voor geeft. Voorbeelden zijn: ongewenste seksuele opmerkingen, ongepaste aanrakingen, verkrachting\*.

\*Verkrachting is iemand met geweld of bedreiging dwingen tot doen of laten gebeuren van seksuele handelingen aan de binnenkant van het lichaam. Zoals het ongewenst binnendringen van de vagina anus of mond met een penis, vingers of een voorwerp.

# Definitie verwaarlozing

Verwaarlozing houdt in dat de omgeving onvoldoende verantwoordelijk is om de jongere te voorzien in zijn/haar basis behoeften in relatie met gezondheid, opleiding, emotionele ontwikkeling, voeding, accommodatie en veiligheid. Enkele voorbeelden: de sporter laten trainen met een blessure, weigeren psychologische zorg te verlenen wanneer een sporter het nodig heeft, een sporter aan zijn lot overlaten tijdens een wedstrijd.

# Laddercompetitie

- Teams van 3-5 leerlingen
- Zelfde situaties vakkenspel

**Opdracht 1:** Leg de situaties op volgorde van ernst volgens jullie beoordeling

**Opdracht 2:** Bespreek de reflectievragen

- 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?

# Laddercompetitie: rangschik de situaties

- A. Een mannelijke sporter (16 jaar) geeft weleens een tik op de billen van een meisje (16 jaar) tijdens de LO-les.
- B. Sofie, de hoofdtrainster, maakt geregeld opmerkingen over het gewicht van een jonge sporter (14 jaar) terwijl de medesporters dit kunnen horen.
- C. Bart (21 jaar), een sporter die regelmatig komt lopen op de gemeentelijke atletiekpiste, staart een groepje meisjes (15 jaar) aan die deelnemen aan de LO-les. Dit zorgt ervoor dat ze zich ongemakkelijk voelen.
- D. Een groep leerlingen (16 jaar) sluiten systematisch een sporter uit in hun WhatsApp-groep en activiteiten. Ze roddelen en maken grapjes over hem in de WhatsApp-groep.
- E. Een ouder scheldt haar zoon uit voor loser en nietsnut na zijn loopwedstrijd voor de scholencompetitie omdat die volgens haar niet zijn best heeft gedaan.
- F. Frank, een 40-jarige LO-leerkracht, vraagt Lia (16 jaar) om toch deel te nemen aan de interscholencup ondanks haar knieblessure. De kinésitherapeut raadt dit sterk af omdat dit haar blessure kan verergeren.
- G. Ismail krijgt de vraag van de trainer om volop te focussen op diens sportcarrière en zo weinig mogelijk tijd te verspillen aan huiswerk voor school.





# Definitie toestemming

**Toestemming** geven is een belangrijk aspect wanneer het gaat over je grenzen aangeven. Je lichaam is van jou en als je je niet comfortabel voelt, mag je dit altijd zeggen. Jij beslist waarmee jij akkoord gaat. Toestemming betekent dat jij beslist wie je lichaam aanraakt en op welke manier. Als jij een bepaalde aanraking niet leuk vindt, dan mag je dit duidelijk aangeven aan die persoon of als dit te moeilijk is voor je, laat je dit weten aan je ouders of een andere volwassene die je vertrouwt.

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

# 3.

## Stellingenspel

# Stellingenspel

- Teams van 3-5 leerlingen (mag zelfde team, kan ook wisselen)

**Opdracht 1:** Maak een drietal situaties met de kaartjes

**Opdracht 2:** Bespreek de reflectievragen in kleine groepjes

- *Waarom is dit gedrag oké/niet oké voor jou?*
- *Wat zou jij doen als je in zo'n situatie zit?*
- *Zou je dit voor jezelf houden of tegen wie zou je dit vertellen? Waarom?*
- *Wat zou jij doen als je zo'n situatie opmerkt?*

**Opdracht 3:** Stel de meest opvallende situatie voor aan je medeleerlingen

# Stellingenspel: voorbeeld

**Wie?**

**Wat?**

**Met wie?**

**WAAR/  
WANNEER?**

Een 18 jarige  
leerling/sporter

dwingt ... tot seksuele  
spelletjes

Een 14-jarige  
leerling/sporter

in de kleedkamer

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

# 4. Nee is oké



# Nee is oké

- 2 leerlingen staan tegenover elkaar

Opdracht 1: Ze stellen een vraag aan elkaar. De persoon tegenover hen, antwoordt met Ja (stap naar voor) of Neen (armen kruisen voor de borst)

Opdracht 2: Bespreek de reflectievragen

- *Hoe voelt het om 'nee' te zeggen?*
- *Hoe voelt het als iemand 'nee' tegen jou zegt?*
- *Zou je om het even wat doen als iemand iets aan je vraagt?*
- *Tegen wie of wanneer zou jij graag 'nee' zeggen?*
- *Hoe zou je op een duidelijke manier 'nee' kunnen zeggen?*
- *Zijn er mensen tegen wie het moeilijker is om neen te zeggen? Waarom?*

# 5. Wat zou jij doen?

# Wat zou jij doen?

- Alle leerlingen staan aan 1 zijde van het lokaal

**Opdracht 1: Wat zou jij doen? Loop naar de reactie die het beste past bij jou.**

- 1) Tot het eerste potje: ik vind de situatie/het gedrag oké en hoef dus niets te ondernemen
- 2) Tot het tweede potje: ik heb mijn twijfels of deze situatie/gedrag oké of niet oké is en weet niet goed of ik hierin iets kan ondernemen
- 3) Tot het derde potje: ik vind de situatie/het gedrag niet oké maar zou als omstander niets ondernemen
- 4) Tot het vierde potje: ik vind de situatie/het gedrag niet oké en zou als omstander reageren en zou als omstander zeker reageren

**Opdracht 2: Overloop de reflectievragen per situatie**

- *Waarom zou je wel/niet reageren?*
- *Wat zou je doen?*
- *Welke impact kan deze situatie op de leerling hebben als niemand iets doet?*

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

# Inhoud workshop

inhoud	Tijd
Welkom en toelichting workshop + kennismaking	5'
<b>Vakkenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vakkenspel</li><li>- Laddercompetitie</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Stellingenspel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stellingenspel</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Nee is oké</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ronde 1</li><li>- Reflectievragen</li><li>- Ronde 2: omstanderperspectief</li><li>- Reflectievragen</li></ul>	25'
<b>Kennismaking API/Vertrouwenspersoon/CLB</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oefening: wie is de API/ Vertrouwenspersoon op school</li></ul>	5'
<b>Afronding</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Take home message</li></ul>	5'

Tot slot

# Check-Out

Wat is jouw eerste indruk over de workshop?  
Feedback/suggesties => post-it!

# Interessante websites

- [https://www.ethischsporten.be/tools\\_pagina/safe-sport-allies-toolbox/](https://www.ethischsporten.be/tools_pagina/safe-sport-allies-toolbox/)
- [www.grenswijs.be](http://www.grenswijs.be)
- [www.allesoverpesten.be](http://www.allesoverpesten.be)
- <https://www.vlaanderen.be/vlaams-meldpunt-grensoverschrijdend-gedrag>



# Bedankt voor jullie aandacht!

[info@sportieq.be](mailto:info@sportieq.be)

[an@ethischsporten.be](mailto:an@ethischsporten.be)

[www.sportieq.be](http://www.sportieq.be)



**SPORTIEQ**  
slim & verantwoord sporten

