

# Fysieke en psychische integriteit van het individu

Prof. Marc Maes – voorzitter ICES

Sophie Cools – Beleidsmedewerkster VSF

Sportfederaties: VAL, VLP, VKF, KVV, FROS, VRB, VSnookerF, VVO

Sportclub: Korfbalclub KGO Aalst



# Integriteit: betekenis 1

Integriteit is een fundamentele ethische notie die borg staat voor het beschermen, het waarderen en het respecteren van de ander en zichzelf.

Respect opbrengen voor, of rekening houden met de integriteit van het individu betekent:

het individu in ongeschonden toestand laten, “heel” laten, “gaaf” of “intact” laten.

zowel fysiek als psychisch



## Integriteit: betekenis 2

In de zin van integer handelen, een integere persoon; iemand die onkreukbaar, rechtschapen of onschendbaar is.

De wijze waarop iemand met iemand anders omgaat moet integer zijn, met respect voor de integriteit van de ander.

Integriteit vergroot de kwaliteit van het handelen, waarbij de ander “heel” gelaten wordt, gaaf en ongeschonden.



# Fysieke en psychische integriteit van het individu

- Fysieke integriteit
  - ▣ Overtraining, aangepaste oefenvormen, fysieke straffen, geweld, ...
  - ▣ Seksueel grensoverschrijdend gedrag
- Psychische integriteit
  - ▣ Hiërarchisch (trainer – bestuurder – scheids - ...)
  - ▣ Onderling



# Fysieke integriteit: specificiteit jongeren

Men moet de jongeren benaderen, rekening houdend met hun “zijn”, hun ontwikkelingsniveau. Jongeren zijn geen volwassenen in “zakformaat”.

- Rekening houden met:
  - ▣ hun fysieke mogelijkheden
  - ▣ hun begaafdheden
  - ▣ hun strevingen
  - ▣ hun behoeften



# Fysieke integriteit: specificiteit jongeren

- Volgende aspecten binnen de sportsituatie moeten bijzondere aandacht krijgen:
  - leeftijdscategorieën - neigingsgroepen
  - tijdstip competitie
  - tijdstip specialisatie
  - oefening- training: kwantiteit – kwaliteit – intensiteit
  - lichamelijke veiligheid
  - fysieke straffen – lijfstraffen
  - geweld



# Fysieke integriteit: leeftijd vs. ontwikkelingsgraad

- Leeftijdscategorieën

- ▣ maturiteit – talent

- ▣ biologische leeftijd (tot 5 jaar verschil)

=> Oplossing: indelen volgens ontwikkelingsgraad  
“neigingsgroepen”

Maximale bewegingskansen geven aan ALLE  
kinderen



# Fysieke integriteit: tijdstip competitie

- Tijdstip competitie (volwassenen)
  - ▣ reële behoefte: vanaf 15 à 16 jaar
  - ▣ ludieke wedstrijdvormen
  - ▣ geen klasseringen van bijvoorbeeld 6-jarigen
- Voortijdige competitie:
  - ▣ enkel de vroegrijpen komen aan bod
  - ▣ laatrijpen krijgen geen kans = drop-out/kick-out
  - ▣ frustratie en stress
  - ▣ vreugdebeleving?



# Fysieke integriteit: tijdstip specialisatie

- Voortijdige specialisatie
  - ▣ maximale kansen creëren in zo divers mogelijke bewegingssituaties en disciplines
  - ▣ onderzoek: Olympische kampioenen – definitieve keuze
  - ▣ omnisportclubs
  - ▣ tussenoplossing
  - ▣ keuze na puberteit
  - ▣ uitzondering sommige “open” sporten
  - ▣ flexibiliteit – lenigheid



# Fysieke integriteit: oefening-training

- Training – oefening
  - ▣ oefening: voor puberteit
  - ▣ training: na puberteit
    - kwaliteit: aanpassen aan mogelijkheden van de jongeren, gevoeligheidsmomenten.
    - kwantiteit: rekening houden met evenwicht tussen inspanning en ontspanning. Arbeid- rust
    - intensiteit: overuse-syndroom



# Fysieke integriteit: lichamelijke veiligheid

- Veiligheid
  - ▣ veiligheid materiaal
  - ▣ veiligheid omstandigheden
    - helpen en bijstaan
    - verantwoordelijkheid voor zichzelf en anderen
- Veiligheid – bescherming bij verplaatsingen



# Fysieke integriteit: fysieke straffen

- Fysieke straffen- lijfstraffen
  - ▣ grondwet verbiedt iedere schending van de fysieke integriteit van het kind
  - ▣ slaan gaat in tegen de menselijke waardigheid
  - ▣ geweld als opvoedingsmethode (de pedagogische tik) is zinloos & er bestaat een groot gevaar voor escalatie
  - ▣ risico voor lichamelijke letsels
  - ▣ psychologische schade: verlies van zelfvertrouwen, relationele problemen, onveiligheidsgevoel, ...



# Fysieke integriteit: geweld

- Fysieke straffen- lijfstraffen
  - ▣ geweld leidt tot geweld
  - ▣ creëert de indruk dat geweld een gepast antwoord is op ongewenst gedrag
  - ▣ lijfstraffen verboden sinds 1949
  - ▣ fysieke straffen in de sportsituatie



# Fysieke integriteit:

## Seksueel grensoverschrijdend gedrag

- Seksueel grensoverschrijdend gedrag
  - ▣ Toestemming (vb. trainer die steeds lichamelijk contact zoekt)
  - ▣ Vrijwilligheid (vb. trainer dreigt met niet-selectie)
  - ▣ Gelijkwaardigheid (vb. bestuurslid staat meestal boven sporter)
  - ▣ (Context!)
  - ▣ (Zelfrespect)
  - ▣ (Ontwikkelingsfase)



# Seksueel misbruik

- Is een vorm van seksueel grensoverschrijdend gedrag
  - ▣ Duidelijk geen toestemming
  - ▣ Seksueel gedrag, afgedwongen d.m.v. geweld, dreiging, chantage, ...
  - ▣ Groot leeftijdsverschil of machtsonevenwicht (!)
  - ▣ Ervaringen die bijna zeker pijn, angst of kwetsuren veroorzaken (al dan niet zichtbaar)



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag

## Juridisch

### □ Niet beschreven

Toestemming = sleutelwoord

» Toestemmen i.v.m. seksuele contacten kan pas vanaf 16 jaar

- Aanranding van de eerbaarheid
- Verkrachting
- Openbare schennis van goede zeden



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag

- ❑ Psych. gevolgen (= dus symptomen)
  - Seksualisatie: kind verbindt seks met negatieve emoties
  - Stigmatisatie + laag zelfbeeld: kind voelt zich als slachtoffer beschadigd, schuldig en onrein
  - Verraad: kind voelt zich bedrogen, gemanipuleerd en niet gesteund
  - Machteloosheid: kind ervaart afhankelijkheid en onmacht om zichzelf te beschermen
- ❑ Psychosomatische gevolgen: hoofdpijn, eetstoornissen, hyperventilatie, verslavingen
- ❑ Lichamelijke gevolgen: verwondingen, geslachtsziektes, ...



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: SPORT!

- Sportcontext kan het risico vergroten (Noors onderzoek)
  - ▣ Lichamelijk contact
  - ▣ Losse sfeer, douches, ...: méér mogelijkheden
  - ▣ Macht trainer/bestuurder neemt toe naarmate de sporter ambitieuzer wordt
  - ▣ Sportclub is een “tweede” familie
  - ▣ “Prijs van succes”



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: SPORT!

- ❑ Niet ernstig en toelaatbaar

Vb. meer aandacht voor 1 atleet instructiegerelateerd, complimenten of commentaar over kledij, intieme relatie met atleet +18, atleet lift geven met auto

- ❑ Grijs zone

Vb. komt in kleedkamer voor tijd, op dezelfde kamer slapen tijdens wedstrijden, bevragen over menstruatie, koosnaampjes

- ❑ Zeer ernstig en ontoelaatbaar

Vb. flirten, relatie met -18j. atleet, onnodige aanrakingen, bekijkt atleet tijdens douchen, uithoren over seksleven, op mond kussen, ...



(mening van 222 vrouwelijke atleten met mannelijke trainer, onderzoek Prof. Vanden Auweele, 2006)

# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: STIMULEER MELDEN!

## □ Drempels:

- gedwongen geheimhouding
- denken dat ze het verdienen
- denken dat niemand zal helpen
- denken niet geloofd te worden
- bang voor represailles van de dader
- bang voor reactie van ouders, trainers, andere kinderen, ...
- denken dat het zo hoort
- denken zelf uitgelokt te hebben
- schaamte
- denken dat ze de enige zijn die dit overkomt

STIMULEER MELDEN, o.a. door als federatie/clubs deze drempels weg te werken!!

- » Links op website
- » Ombudspersoon
- » Regelmatig (pos.) aandacht besteden aan het thema



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: wat doen als direct betrokkenene?

## □ Bij vermoeden:

- Stel open vragen (uitnodigen zelf vertellen, geen dwang)
  - Geen suggestieve/sturende of beschuldigende vragen
- Als het kind (plots) niet (meer) wil praten: ok, maar maak duidelijk dat het altijd bij jou terecht kan.

## □ Ben je ongerust:

- Vraag advies bij een VK (vertrouwenscentrum kindermishandeling), CLB, CAW, arts, ...
- Het kan nodig zijn de ouders in te lichten



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: wat doen als direct betrokkenene?

## □ Bij melding

- Reageer rustig en ondersteunend, niet geschokt, boos of paniekerig
- Vraag duidelijk naar het wat, wanneer, wie, niet naar het waarom (kinderen kunnen een verkrachting omschrijven als een knuffel)
- Maak duidelijk dat je het verhaal geloof
- Maak duidelijk dat het kind geen schuld treft, wat de dader ook gezegd heeft
- Vertel het kind dat dit vaker voorkomt
- Beloof geen geheimhouding, maar zeg dat je je best zal doen om het misbruik te stoppen
- Schets wat er verder nog allemaal kan of zal gebeuren



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: wat doen als direct betrokkenene?

## □ Bij melding

Als burger: geen meldingsplicht of beroepsgeheim, wel discretieplicht

### □ -18j: meldingsplicht voor niet-hulpverleners

- Officieel: bij parket
- Algemeen aanvaard: bij VK

### □ +18j: bij ernstige feiten: melden (schuldig verzuim)

- Sensoa, VK, ... of (ernstig) parket

□ Weet je niet wat doen? Neem contact op met VK, CLB, CAW of arts. (na overleg ev. parket)



ICES



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: Waar kan ik terecht?

## □ Kinderen

- CAW (centrum algemeen welzijnswerk)
- CGG (centrum geestelijke gezondheidszorg)
- Kindertelefoon

## □ Begeleiders, federaties

- VK (Vertrouwenscentra Kindermishandeling)
- CAW (centrum algemeen welzijnswerk)

– Child Focus

– Sensoa



ICES



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: belangrijke info voor clubs

## ❑ Rol VK:

- Ernst situatie inschatten
- Bestaande noden inschatten
- Beslissing: advies verlenen OF ondersteuning bieden OF zelf hulp verlenen

## ❑ Als VK zelf hulp verleent:

- Slachtoffer, ouders, en eventueel andere betrokkenen uitnodigen voor gesprek(ken)
- Opvolging slachtoffer en gezin
- Ev. aangifte bij parket



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag: belangrijke info voor clubs

- ❑ Wat na klacht indienen bij politie?
  - Politie maakt PV op en brengt procureur des Konings op de hoogte
  - Dan:
    - OF voorlopige maatregelen (vb. trainer schorsen)
    - OF opsporingsonderzoek + bewijzen verzamelen + verhoor + onderzoek arts
  - Na onderzoek:
    - OF seponeren
    - OF Bemiddeling (bij niet ernstige feiten)
    - OF doorverwijzing naar de rechtbank



# Seksueel grensoverschrijdend gedrag

- Voor algemene info:
  - [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be) (seksuele en relationele vorming, basisinfo, ...)
  - [www.kindermishandeling.org](http://www.kindermishandeling.org) (emotionele en lichamelijke mishandeling, seksueel misbruik, ...)
  - [www.watisjouwgrens.nl](http://www.watisjouwgrens.nl) (NOC\*NSF, specifieke gedragsregels en tips voor jongeren, trainers, ouders en vertrouwenspersonen/adviseurs)



# Psychische integriteit

- Hiërarchisch
  - ▣ Trainers/begeleiders
  - ▣ Bestuurders
  - ▣ Ouders
  - ▣ Scheidsrechters
- Onderling



# Psychische integriteit: hiërarchisch: Trainers - begeleiders

- ▣ Baseren zich op de behoeften van het kind
- ▣ Dwingen het kind niet om kost wat kost bepaalde doelen te bereiken
- ▣ Creëren geen stress
- ▣ Creëren geen frustraties
- ▣ Doen niet aan projectie



# Psychische integriteit: hiërarchisch: Bestuurders

- ▣ Zien af van competitiedrift te creëren bij jongeren
- ▣ Respecteren en verwelkomen alle jongeren, talentrijke en (schijnbaar) minder talentrijke, vroegrijpen en laatrijpen
- ▣ Leggen geen druk, noch bij trainers , noch bij ouders, noch bij jongeren
- ▣ Competitierangschikking van categorieën onder de 14 jaar worden niet opgesteld noch gecommuniceerd (o.a. kantine)



# Psychische integriteit: hiërarchisch: Ouders

- ▣ Zetten hun kinderen niet onder druk om bepaalde doelen te realiseren
- ▣ Laten zich inlichten op een correcte wijze over de mogelijkheden en evolutie van hun kinderen
- ▣ Respecteren de beslissingen van de begeleider
- ▣ Respecteren de beslissingen van de scheidsrechter



# Psychische integriteit: hiërarchisch: Scheidsrechters

- ▣ Hebben oog voor plezierbeleving
- ▣ Oefenen geen onnodige druk uit op de jongeren
- ▣ Kunnen het gedrag van de ouders in goede banen leiden



# Psychische integriteit: onderling: pesten

- Onderling: pesten (geestelijk pesten)
- 6 fasen
  - 1) Lidmaatschap verborgen agenda's? bestaande vriendengroep?
  - 2) Fase van structuur responsabiliseren groepsleden
  - 3) Fase van stabilisering normen, gedragsregels, omgang, ...
  - 4) Afwijking van de norm te laat, te ambitieus, kledij, oogappel...
  - 5) Conflict 1-malig of langdurig
  - 6) Herstel door overleg, door einde seizoen, door drop-out, ...



# Psychische integriteit: pesten: wat kun je doen?

- Preventie belangrijk, incidentieel ingrijpen als moet!
- Preventief
  - Gedragsregels: kinderen hebben nood aan expliciete normen
  - Bij afwijken norm/gedragsregels, inschatten:
    - Gevaar voor normvervaging
    - Gevaar voor kind zelf => groter risico op pesten
  - + hou rekening met thuissituatie, andere factoren
  - Autoritair leiderschap => onderlinge vijandigheid en zondebokmechanismen: responsabiliseer je groep!
  - Organisatie trainingen: niet altijd wedstrijdjes, groepjes kiezen, neigingsgroepen/niveaugroepen, ...



# Psychische integriteit: pesten: wat kun je doen?

- Als er gepest wordt, weet trainer vaak van niks
  - ▣ Waar: pester, slachtoffer, rest van de groep (stilzwijgers) + trainer en ouders (onwetenden)
  - ▣ Waar: 1) psychologisch samenzweringsmechanisme, 2) omstandersdilemma en 3) schuldig achten slachtoffer
  - ▣ Onwaar: niet willen zien
- **Signalen:** niet meer zo leuk vinden, vaker afwezig, blijft als laatste over, krijgt schuld mislukte oefening, mindere prestaties, hangt aan trainer, lager zelfbeeld ...



# Psychische integriteit: pesten: wat kun je doen?

- Ouders (slachtoffer/pester) contacteren? Voor-/tegenstanders
- Ouders pester
  - Raak niet in paniek
  - Straf niet “fysiek” (vb. ook niet weghouden van de club)
  - Probeer kind gevoelig te maken voor wat het aandoet
  - Zoek oorzaak pesten
  - Corrigeer agressieve buien
  - Besteed aandacht aan je kind



# Oplossingen: hoe ga je aan de slag als federatie?

## □ Preventief

- Code of conduct/gedragsregels/policy/contract/...
- Ombudspersoon (club/federatie)
- Jeugdcommissie/ledencommissie (club/federatie)
- Spelvormen/impliciet inbouwen in trainingen
- Contracten sponsors
- Wijzen op bestaande diensten
- Bespreekbaar maken
- In opleiding scheidsrechters

## □ Curatief

**Focus op positieve preventie, curatief klaarstaan als het moet.**



# Oplossingen: hoe ga je aan de slag als federatie?

## Preventief

### □ Gedragscode: wat?

Geheel van afspraken over het gedrag van mensen in een bepaalde situatie. Verplichting die een groep mensen vrijwillig aangaan (vrijwillig engagement, wettelijk geen verplichting)

### □ Gedragscode: waarom?

- Bevorderen sportiviteit en onderling respect in vereniging
- Voorkomen van ongewenst gedrag
- Creëren van een positief klimaat
- Responsabiliseren van bepaalde groepen betrokkenen (sociale controle)



# Oplossingen: hoe ga je aan de slag als federatie?

## Preventief

### □ Gedragscode: hoe?

- Met en door groep (sancties kunnen afgesproken worden)
- Draagvlak van alle betrokkenen
- Weten – doen – willen
- Concreet gedrag
- Duidelijk vastleggen (poster, website, ...)
- Gebruik de gedragscode (niet star, aanpasbaar, kenbaar maken, elk lid kopie geven, ...)
- Feedback op handelen
- Vast onderdeel van het beleid



## Samen werk maken van een gedragscode voor

- Sporters
  - Ouders
  - Trainers
  - Bestuurders
  - Scheidsrechters
  - Supporters
- 
- Op niveau van federatie en club (voorbeeld aanreiken)



# Oplossingen: hoe ga je aan de slag als federatie?

## Preventief

- Gedragscode: basisafspraken
  - 1) Respecteer de regels van je sport en club
  - 2) Respecteer je mede- en tegenstanders in de sport
  - 3) Behandel alle deelnemers gelijkwaardig
  - 4) Gebruik geen (fysiek, mentaal en verbaal) geweld
  - 5) Zorg met respect voor jezelf, de ander & omgeving
  - 6) Samen staan voor een faire sport



# Communiceren van gedragscodes: verschilt per groep

- Sporters: briefje, contract, op gadget, in kleedkamer, via spelvorm, poster, website, ...
- Ouders: infoboekje, website, briefje, ...
- Trainers: vergadering, sociale controle, ...
- Bestuurders: vergadering, contract, ...
- Scheidsrechters: opleiding federaties, op shirt, ...
- Supporters: spandoek, briefje bij match, silence day, ...



# Wat nu?

- Zelf aan de slag! Succes!!
- [www.ethicsandsport.be](http://www.ethicsandsport.be)
- [www.vlaamsesportfederatie.be](http://www.vlaamsesportfederatie.be)

