



Preventie van grensoverschrijdend gedrag

Gedragsregels opstellen voor je sportclub

Als club wil je duidelijke regels hebben over wat gewenst gedrag is in de omgang met elkaar. Het kan lastig zijn om te bedenken welke regels je precies op moet stellen.

Van gedragscode naar gedragsregels

NOC*NSF en de sportbonden hebben gedragscodes opgesteld voor functionarissen (waaronder bestuurders), trainer-coaches, topsporttrainer-coaches, begeleiders, scheidsrechters, officials en sporters. Bij topsporters is er extra aandacht in de gedragscode voor matchfixing en doping. Deze regels zijn onderdeel van het sporttuchtrecht. Dat betekent dat ze voor iedereen gelden. Als club moet je dus de gedragscodes van de bond overnemen (dit kan per sportbond verschillen).

Een verdieping op de gedragscodes zijn de gedragsregels. Hiermee kan je specifieke regels toevoegen voor jouw sportclub. Immers is een schaakclub niet te vergelijken met een judoclub. Wellicht heb je ook specifieke regels al vastgesteld in de AV – zoals regels over gedrag langs de lijn,

telefoongebruik in de kleedkamers of direct contact tussen trainer-coaches en sporters buiten de training. Kortom: gedragsregels zijn een aanvulling op de verplichte gedragscode. Het is belangrijk dat deze goed vindbaar en zichtbaar zijn op de sportclub. Dan is het voor iedereen die verbonden is aan de club helder welk gedrag acceptabel is en waar de club voor staat.

Twee werkvormen: wat voor regels heeft jouw club nodig?

Hieronder zie je twee werkvormen. Ze helpen je om te bedenken wat voor regels nodig zijn. Voer de werkvorm uit met een groepje, bijvoorbeeld met actieve leden of ouders. Vervolgens legt een commissie of het bestuur de gedragsregels vast die in het groepsgesprek zijn besproken. Voor de werkvormen is een begeleider nodig die het groepsgesprek leidt.

Werkvorm 1: Stellingenspel 'Gedragsregels op de club'

Werkvorm: Begeleid groepsgesprek

- Doel: Samen gedragsregels formuleren
- Duur: 90 minuten
- Benodigdheden: Bord met krijt of flap-over met stift, stellingen op papier

Werkwijze

Start (5 minuten)

De begeleider vertelt de deelnemers dat het belangrijk is dat iedereen zich prettig voelt op de club. Daarom worden er een paar

situaties besproken. Zo kan met elkaar worden bepaald wat leuk is en wanneer het niet meer plezierig is.

Stellingen bespreken (30 minuten)

De begeleider verdeelt de deelnemers in groepjes. Ieder groepje krijgt een stelling. De deelnemers wisselen binnen de groepen hun standpunten uit over de stelling en over situaties waarin zij de stelling aanvaardbaar of onaanvaardbaar vinden. Vervolgens

Bezoekadres

Papendallaan 60, Arnhem

Postadres

Postbus 302, 6800 AH Arnhem

Telefoon

+31 (0)26 483 44 00

Email

info@nocnsf.nl

Web

nocnsf.nl



ontwerpt iedere groep voorwaarden of een regel om dergelijke onaanvaardbare situaties te voorkomen en aan te pakken. Bij bijvoorbeeld de stelling: 'Mag je dan helemaal niks zeggen over hoe iemand eruit ziet?' komt de volgende regel: 'Wij zeggen alleen positieve dingen over iemands kleding.' Of bij de stelling 'Een beetje stoeien hoort erbij' komen deze regels: 'We stoeien alleen als de ander dat ook wil. En we raken elkaar bij het stoeien niet bewust aan bij billen, borsten en kruis.' Ieder groepje presenteert zijn standpunt over de stelling, inclusief de situatie waarin zij die aanvaardbaar en onaanvaardbaar vinden en het voorstel voor een regel.

Gedragsregels vaststellen (45 minuten)

De begeleider schrijft alle gedragsregels op. Door middel van stemmen worden afspraken gemaakt over de definitieve

gedragsregels. Als er discussie ontstaat over één of meer regels die door de subgroepjes zijn ingebracht, kunnen de volgende vragen helpen:

- Hoe zou jij in deze situatie reageren?
- Wordt je reactie bepaald door het feit dat je degene die je lastigvalt kent?
- Wat zou de consequentie kunnen zijn als je er iets van zegt?
- Wat is de consequentie als je er niets van zegt?
- Wat verwacht je van de anderen (trainer, leden, bestuur) als dit met jou zou gebeuren?

Afsluiting (10 minuten)

Ter afsluiting wordt gekeken hoe de gedragsregels binnen de club zichtbaar gemaakt kunnen worden.

Voorbeeldstellingen (je kunt er zelf meer verzinnen)

- Een beetje dollen met elkaars spullen (afpakken, overgooien, verstoppen, ongevraagd lenen) moet kunnen.
- Als een meisje nee zegt, bedoelt ze ja.
- Roddelen doen we toch allemaal?
- Bijnamen kunnen echt heel grappig zijn. En, hij is toch een Turk?!
- Agressie hoort nou eenmaal een beetje bij sport.
- Als iemand met 'homo' scheldt, wordt daar verder niets vervelends mee bedoeld.
- Mag je dan helemaal niks zeggen over hoe iemand eruit ziet?
- In een appgroep pesten is minder erg dan in het echt. • Als iemand niet ophoudt met plagen, mag je hem best een dreun geven.
- Een beetje stoeien hoort erbij.
- Het is toch leuk als iemand zegt dat je een lekker kontje hebt.
- Maar als je nou verliefd wordt op iemand die je traint, kan je daar toch niets aan doen?
- Als ik een naaktfoto van iemand ontvang, laat ik die aan mijn vrienden zien.

Werkvorm 2: Groepsgesprek 'Onze manieren binnen de club'

Werkvorm: Begeleid groepsgesprek aan de hand van situatieschetsen

- Doel: Deelnemers zelf gedragsregels laten formuleren
- Duur: 90 minuten

- Benodigheden: Situatieschetsen, elk apart op een stevig A4 geschreven/geprint, bord met krijt of flap-over met stift



Werkwijze

Start (5 minuten)

De begeleider vertelt de deelnemers dat het belangrijk is dat iedereen zich prettig voelt op de club. Daarom worden er een paar situaties besproken. Zo kan met elkaar worden bepaald wat nog leuk is en wanneer het niet meer plezierig is.

Situatie introduceren (2 minuten)

De begeleider neemt een situatie en leest deze hardop voor, bijvoorbeeld de situatie waarin roddelen centraal staat. De begeleider hangt de situatiebeschrijving op of legt deze neer, zodat de situatie duidelijk leesbaar is. De begeleider vraagt de deelnemers om ieder voor zich na te denken wat zij hiervan vinden. De begeleider let daarbij op de nuancerings: 'Roddelen is niet aardig, maar wat als iemand nu echt heel vervelend doet?'

Denken in tweetallen (10 minuten)

De begeleider vraagt de deelnemers om in tweetallen na te denken over afspraken die

ze met elkaar kunnen maken om het samen prettig te houden. Een voorbeeld: 'Roddelen NEE: wij zeggen aardige dingen over elkaar'.

Noteren bedachte regels (5 minuten)

De begeleider schrijft alle bedachte regels op de flap-over of het bord.

Stemmen (5 minuten)

De deelnemers kiezen de regel waar ze zich allemaal aan kunnen en willen houden. Nieuwe situatieschets (circa 25 minuten per situatieschets) Vervolgens wordt een nieuwe situatieschets voorgelegd, waarbij hetzelfde proces tot en met het stemmen wordt doorlopen. Bespreek zo verschillende situaties, net zolang tot de tijd bijna op is of er voldoende situaties zijn doorgesproken.

Afsluiting (10 minuten)

Ter afsluiting wordt gekeken hoe de gedragsregels binnen de club zichtbaar gemaakt kunnen worden.

Mogelijke situatieschetsen

- Een paar vrouwelijke sporters maken grapjes over de naam van een van de mannen op de club.
- In de kleedkamer wordt een vrouw 'dikke' en 'varken' genoemd.
- Twee jongens maken regelmatig opmerkingen over 'dat lekkere kontje' van een meisje.
- Een begeleider komt heel erg dichtbij staan om te praten.
- Een team gaat altijd samen wat drinken na afloop van het sporten. Eén van de teamleden wordt nooit meegevraagd. • Een jongen wil ook eens met de basketbal spelen. Maar hij krijgt de bal niet. Dan bijt hij de jongen die de bal heeft keihard in zijn arm.
- De trainer loopt vaak onverwachts de kleedkamer binnen.
- Een meisje heeft voor het eerst een vriendinnetje en wordt daar door haar teamgenoten mee gepest.
- Een trainer bespreekt zijn adviezen vaak een-op-een in de kleedkamer met sporters.
- Er gaat op de club een foto rond van één van de leden waarop zijn piemel te zien is.