

# CONTROLLEREND COACHEN EN GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG IN DE GYMNASTIEK

SAFE-Sport: voor een veilig sportklimaat in Vlaanderen

Hoe vaak komt grensoverschrijdend gedrag voor in de gymnastiekwereld?  
 Wat is de link tussen controllerend coachen en grensoverschrijdend gedrag?  
 Hoe beïnvloedt dit het zelfvertrouwen en de competitie-angst van een atleet?

## DEELNEMERS

549 Vlaamse (ex-)gymnasten op competitief niveau



Toestelturnen

Trampoline

Tumbling

Acro

Ritmiek

Rope skipping

Gymnasten zijn gemiddeld 22 jaar oud, (range: 14 - 43 jaar)  
 33% is nog een actieve competitie-gymnast  
 92% van de deelnemers is vrouwelijk

## CONTROLLEREND COACHEN

### Gebruik van beloningen

Enkel beloningen beloven wanneer een atleet doorzet.

### Intimidatie

Atleten vernederen, bang maken.

### Overdreven persoonlijke controle

Zich bemoeien met keuzes van atleten in hun persoonlijk leven.

### Voorwaardelijke aandacht

Atleten die zijn gefaald in de ogen van de coach negeren.

## GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG

### Psychisch

Patroon van opzettelijke, langdurige, herhaalde, contactloze negatieve interacties binnen een machtsrelatie.

### Fysiek

Ervaren van niet-accidenteel trauma of lichamelijk letsel dat de sporter schaadt.

### Instrumenteel

Prestatie-gerelateerde psychische en fysieke gedragingen (bv. verder trainen met overtraining).

### Seksueel

Elk gedrag van seksuele aard, waarbij geen toestemming wordt of kan gegeven worden.

## MEEMAKEN GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG



9 op 10

gymnasten geeft aan reeds grensoverschrijdend gedrag te hebben meegemaakt.\*

\*Wat niet wilt zeggen dat ze zichzelf 'slachtoffer' noemen.

Seksueel



Fysiek



Instrumenteel



Psychisch



Alle 4 de vormen meegemaakt



## LINK MET ZELFVERTROUWEN EN COMPETITIE-ANGST

Grensoverschrijdend gedrag

Controlerend coachen

Zelfvertrouwen

Competitie-angst

Het meemaken van negatieve ervaringen zorgt voor

- een lager zelfvertrouwen
- meer competitie-angst.

## ROL PERFECTIONISME



Atleten met hoog perfectionisme zijn extra kwetsbaar om lager zelfvertrouwen en hogere competitie angst te krijgen, als ze grensoverschrijdend gedrag hebben meegemaakt.

## ROL OUDERLIJKE DRUK

Ons onderzoek toonde aan dat ook te veel (negatieve) ouderlijke druk zorgt voor een lager zelfvertrouwen en meer angst.



# DE ROL VAN HET ETHISCH CLUBKLIMAAT

## SAFE-Sport: voor een veilig sportklimaat in Vlaanderen

**Wat is de relatie tussen ethisch klimaat en psychisch grensoverschrijdend gedrag? Kan ethisch klimaat een buffer zijn voor de relatie tussen controlerend coachen en psychisch grensoverschrijdend gedrag?**

### Morele gevoeligheid

In mijn club is er bewustzijn over goed en fout gedrag.  
In mijn club is er medelijden wanneer iemand onterecht wordt behandeld.

### Moreel karakter

In mijn club nemen ze verantwoordelijkheid voor fouten.  
In mijn club zijn ze behulpzaam voor iedereen.

## ETHISCH KLIMAAT

### Moreel oordeel

In mijn club is het eigen voordeel van het grootste belang.  
In mijn club streeft men naar het goede voor iedereen.

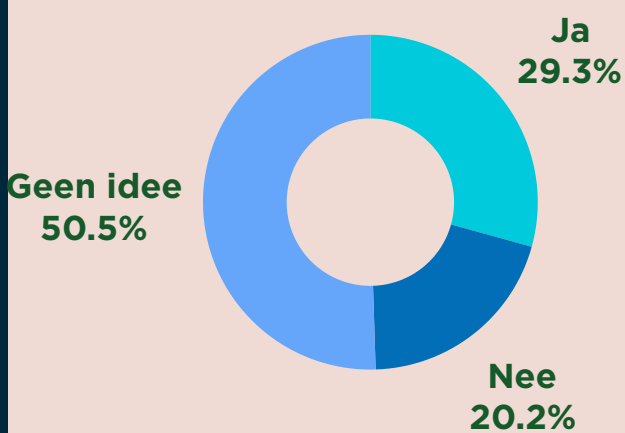
### Morele motivatie

Macht is belangrijker dan eerlijkheid in mijn club.  
Mensen zijn in staat de regels te overtreden om te kunnen opklimmen in mijn club.

## AANWEZIGHEID AANSPREEKPUNT INTEGRITEIT (API OF VERTROUWENSPERSOON) EN ETHISCHE CODE

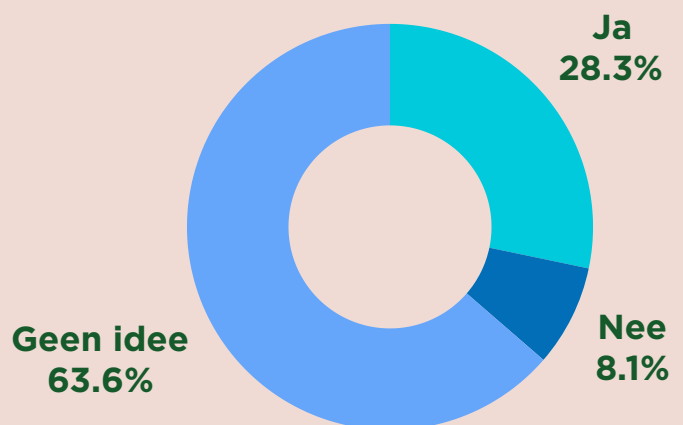
### API

Ja Nee  
Geen idee



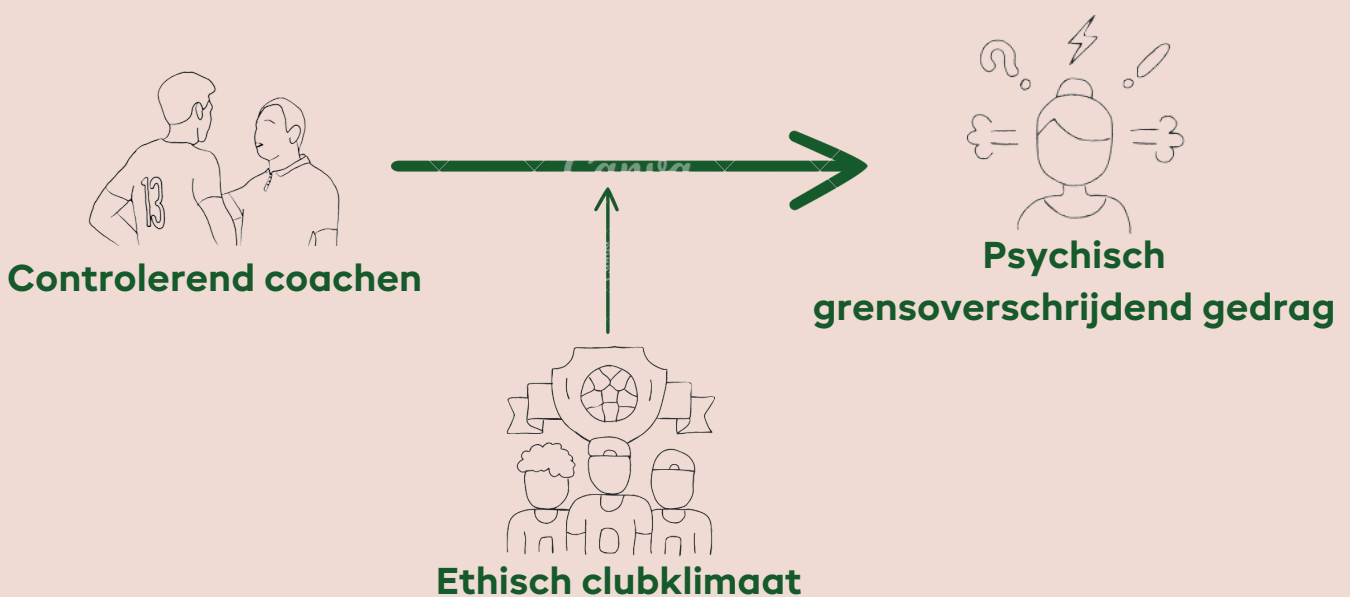
### Ethische code

Ja Nee  
Geen idee



De beschermende maatregelen zijn niet voldoende gekend.

## LINK ETHISCH KLIMAAT, CONTROLEREND COACHEN EN GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG



Indien er zowel controlerende coachinggedragingen als psychisch grensoverschrijdend gedragingen aanwezig zijn, zal het hebben van een positief ethisch clubklimaat een beschermende rol spelen.

## NORMALISATIE?



*“Op het moment zelf dacht ik dat hun gedrag normaal was. Ik was toen ook nog erg jong (tussen 7 en 12 jaar) waardoor ik minder besef had van ‘goed en fout’. Misschien heeft het onbewust meegewerkt aan de ontwikkeling mijn huidige faalangst.”*

Een gymnast getuigt dat deze negatieve ervaringen als ‘normaal’ werden beschouwd.

Zowel gymnasten zelf, als trainers, ouders, bestuursleden lijken dit negatieve gedrag ‘normaal’ te vinden, en laten dit gebeuren. Vaak wordt dit aanzien als dé manier om de top te halen, maar is dat ook zo?

Bij reeds gestopte gymnasten:

Meer controlerend coachen  
Meer psychisch grensoverschrijdend gedrag  
Negatiever ethisch clubklimaat

Gewenning en vorm van ‘normaliteit’ zolang men dezelfde rol blijft hebben in de sportwereld?

**ACTIEF VS GESTOPTE GYMNASTEN**

# SAFE-SPORT: VOOR EEN VEILIG SPORTKLIMAAT IN VLAANDEREN

## CONCLUSIE

- Grensoverschrijdend gedrag (GG) is een veelvoorkomend fenomeen, vaak niet beperkt tot het meemaken van 1 vorm.
- Grensoverschrijdend gedrag hangt sterk samen met controlerend coachen (CC). De coach speelt dus een heel belangrijke rol!
- Het meemaken van negatieve ervaringen (GG of CC) leidt tot minder zelfvertrouwen en meer competitie-angst.
- Een positief ethisch clubklimaat kan een atleet beschermen tegen het ervaren van negatieve ervaringen (GG of CC).
- Extra beschermende maatregelen (ethische code of een API) zijn weinig gekend door atleten.

## BELEIDSAANBEVELINGEN

### Bewustmaking stimuleren

Resultaten van bijvoorbeeld deze studie verder bekendmaken.

### Coaches en atleten informeren

Interne en externe opleidingen organiseren en volgen.

### Atleten sterker maken

Ethische codes installeren.

Bekendmaking API vergroten, zodat atleten ook sneller bij hun terecht kunnen.

### Coaches en clubbesturen monitoren

Monitoring met bijvoorbeeld scan van de motiverende stijl.



## MEER INFO?

Check de volgende websites voor meer tools en opleidingen:

- Centrum voor Ethiek in de Sport: alles rond preventie van grensoverschrijdend gedrag, inclusief API en omstaandersgedrag
- Vlaamse Sportfederatie: check Clubgrade voor alles rond motiverend bestuur
- Vlaamse Trainersschool: opleidingen en zelfscan rond motiverend coachen

