Position Statement

'Sportpsychologen voor een veilig sportklimaat'

Voorbereid door dr. Karin de Bruin (SPORTPSYCHOLOOG VSPN®), Frans de Laat (klinisch psycholoog, (sport)psychotherapeut) & Mark Schuls (SPORTPSYCHOLOOG VSPN®)

Sporten dient zowel het fysiek als het psychisch en mentaal welzijn van mensen (Penedo & Dahn, 2005). In het oude Rome sprak men al van "*mens sana in corpore sano*", een gezonde geest in een gezond lichaam. Daarnaast heeft de sport zich ontwikkeld tot een bezigheid waar het gaat om prestaties en het wedijveren met anderen. Echter, sport dient daarvoor in een omgeving plaats te vinden waar welzijn en prestatie in balans zijn. Dit geldt zowel voor de breedtesport als topsport. Helaas blijkt uit veelvuldig wetenschappelijk onderzoek dat er in de praktijk regelmatig sprake is van grensoverschrijdend gedrag in de sportcontext, zoals dwang, chantage, geweld, pesten of seksueel grensoverschrijdend gedrag, waardoor een veilig sportklimaat wordt belemmerd.

Het meest recente onderzoek uit 2019 naar de prevalentie van grensoverschrijdend gedrag in de sport dat NOC*NSF als vervolg op het onderzoek van Commissie de Vries uit 2017 heeft laten uitvoeren, laat vergelijkbare getallen zien als eerder onderzoek van Vertommen et al. (2016). Meer dan twintig procent van de Nederlanders in de leeftijd van 18 tot en met 50 jaar heeft in de jeugdjaren tijdens het sporten ernstig emotioneel grensoverschrijdend gedrag meegemaakt. Ruim dertien procent heeft te maken gehad met lichamelijk grensoverschrijdend gedrag en ongeveer zeven procent met seksueel grensoverschrijdend gedrag. Bijna 72 procent geeft aan in hun jeugd minimaal eenmaal grensoverschrijdend gedrag in de sport te hebben meegemaakt; ruim 48 procent geeft aan dat de gebeurtenis ook echt indruk heeft gemaakt (Mulder et al., 2020). Ook op volwassen leeftijd hebben sporters, maar ook stafleden, nog te maken met grensoverschrijdend gedrag, blijkend bijvoorbeeld uit een onderzoek in de wielersport (Van Wijk, Hardeman, Esseveld & Olfers, 2018) of de 'Culture Health Check' van UK Sport (2018). Ook is er recent nieuw anekdotisch bewijs naar voren gekomen in de media voor grensoverschrijdend gedrag naar aanleiding van de Netflix-documentaire '*Athlete A*' en getuigenissen van trainers en sporters in het turnen (De Hoog, 2020; Knippen, 2020).

Onder grensoverschrijdend gedrag zou gedrag kunnen worden verstaan waarmee iemand anders schade op fysiek, mentaal of emotioneel vlak wordt toegebracht. Vaak heeft grensoverschrijdend gedrag ook te maken met machtsmisbruik. Dit gedrag kan opzettelijk, maar ook onopzettelijk zijn. Het kan zijn dat dergelijk gedrag zelfs niet kwetsend bedoeld is en dat de dader niet beseft dat anderen er aanstoot aan nemen. Degene die ermee wordt geconfronteerd kan het alsnog als ongewenst ervaren. Iets valt onder grensoverschrijdend gedrag als het gaat om handelingen die niet geaccepteerd worden door de betrokken personen of de maatschappij. Zowel slachtoffers als daders van grensoverschrijdend gedrag

kunnen mensen zijn van alle leeftijden, seksen, opleidingsniveaus en mensen in diverse functies en verantwoordelijkheden (Mulder et al., 2020; Vertommen et al., 2016).

Onder grensoverschrijdend gedrag valt een veelheid aan gedragingen, waarbij de meest voorkomende zijn: pesten, seksuele intimidatie, discriminatie, fysiek of verbaal geweld en stalking. Elke vorm van grensoverschrijdend gedrag kan variëren in ernst, van ogenschijnlijk lichte vormen tot de meest ernstige vormen als verkrachting, mishandeling en doodslag. In het Rapport van de Onderzoekscommissie De Vries (2017) naar seksuele intimidatie en misbruik in de sport wordt bijvoorbeeld een groot scala van ongewenste seksuele gedragingen aangegeven, van nafluiten en roepen tot aanranding en verkrachting. Naast de ernst, wordt ook onderscheid gemaakt in de frequentie (eenmalig of regelmatig) waarin het is voorgevallen en of het al dan niet indruk heeft gemaakt (Mulder et al., 2020). Het is goed om te beseffen dat deze maat van ogenschijnlijke ernst nog niets zegt over hoe een slachtoffer dit beleeft en over de effecten op lange termijn. De beleving en de effecten hebben bijvoorbeeld ook te maken met de weerbaarheid van een slachtoffer, diens persoonlijkheidsstructuur, kwetsbaarheid, leeftijd, de relatie tot de dader maar ook met de mate waarin een slachtoffer gehoord, erkend, gesteund en opgevangen is.

Grensoverschrijdend gedrag in de bovengenoemde vormen laat diepe sporen na in het leven van het slachtoffer. Dit kunnen fysieke gevolgen betreffen, maar ook gevolgen op emotioneel en neurobiologisch vlak als gevolg van chronische stress of op psychisch- en sociaal-maatschappelijk gebied. Mountjoy et al. (2016) maken onderscheid in gevolgen van intimidatie en misbruik in de sport (van psychologische, fysieke, seksuele aard en verwaarlozing) voor de sporter op fysiek, cognitief, emotioneel, gedrag, psychische gezondheid, relationeel en financieel vlak en besteden aandacht aan de impact voor sportorganisaties. Uit onderzoek van Nicolai (2009) blijkt bijvoorbeeld dat seksueel misbruik kan leiden tot verminderd zelfvertrouwen, laag zelfbeeld, verstoringen in sociale relaties, verstoring van hechtingspatronen, verinnerlijking van daderschap, beschadiging van het vermogen tot zelfregulatie en een verlies van vertrouwen in de wereld en haar vertegenwoordigers.

Emotionele mishandeling of misbruik door een coach heeft op korte termijn voor sporters allerlei gevoelens tot gevolg. Uit onderzoek van Gervis en Dunn (2004) blijkt dat ze zich dom, waardeloos en overstuur voelen. Ook hebben ze minder zelfvertrouwen voelen ze zich vernederd, somber, angstig en boos. Verbale mishandeling heeft een sterk afbrekend effect op de zelfwaarde en opmerkingen worden geïnternaliseerd (Stirling & Kerr, 2008). Het bewust onthouden van aandacht en steun door coaches, zoals bewust langdurig negeren, weggestuurd of uitgesloten worden van de training, blijkt de meeste negatieve effecten te hebben van alle soorten mishandeling, meer nog dan verbaal of fysiek geweld, omdat er sprake is van volledige ontkenning en uitsluiting (Stirling & Kerr, 2008). Dit wordt ook erkend in de algemene literatuur over kindermishandeling: iets van aandacht, zelfs al is het negatief, heeft minder effect op een kind dan geen enkele aandacht krijgen (Stirling & Kerr, 2008; Beck, 2017; Strathearn et al., 2020).

De verregaande gevolgen van emotionele mishandeling tonen zich ook op de lange termijn (Beck, 2017). Zo blijkt uit een recente cohortstudie die 20 jaren beslaat, dat van alle soorten

mishandeling, psychologische mishandeling (emotioneel misbruik en/of verwaarlozing) samengaat met het grootste aantal negatieve uitkomsten op gezondheidsgebied en iemands ontwikkeling op de lange termijn (Strathearn et al., 2020). Emotioneel misbruik blijkt onder meer gelinkt aan cognitieve ontwikkelingsachterstanden en falen in onderwijs, drugsgebruik, maar ook de kans op psychoses, ervaringen met grensoverschrijdend gedrag op latere leeftijd en zelfs astmatische klachten bleken groter voor dit type misbruik (Strathearn et al., 2020). Bij oud-sporters die slachtoffer zijn geweest van emotioneel misbruik door hun coaches, worden op latere leeftijd correlaties met negatieve zelfwaardering, depressie, angst, eetstoornissen en moeilijkheden in interpersoonlijke relaties gevonden (Stirling & Kerr, 2014). Langdurige en herhaaldelijke blootstelling aan mishandeling en verwaarlozing binnen een sportcontext, waarin je aan iemands zorg bent toevertrouwd, valt ook te scharen onder complex trauma. Dergelijke ervaringen leiden tot stressreacties, zelfbeschadiging en problemen met het vertrouwen van mensen en de aanvaarding van hulp, en dus ook met verminderd succesvolle behandeluitkomsten (Luyten et al., 2020).

Grensoverschrijdend gedrag kan zichzelf middels een sportcultuur in stand houden. Diegenen die het grensoverschrijdend gedrag ondergaan ontwikkelen het besef “zo hoort dit kennelijk, dit is de beste weg naar de top” en kunnen later bijvoorbeeld als coach deze principes weer overbrengen op nieuwe generaties. Het gaat hierbij om psychologische processen van betekenisgeving binnen sporters, maar ook binnen coaches, ouders en bestuurders waarmee misstanden worden gelegitimeerd, gerechtvaardigd en geïnternaliseerd (Knoppers, Smits en Jacobs, 2015). Het risico is dat het slachtoffer zo dadergedrag ontwikkelt of op zijn minst een cultuur blijft doorgeven waarin grensoverschrijdend gedrag wordt genormaliseerd. Factoren als een jonge leeftijd waarop een slachtoffer ongewenst gedrag ervoer, persoonlijke kwetsbaarheid, een lange duur van het ondergaan van ongewenst gedrag en een nauwe band met de dader maken de kans op omzetting van slachtoffer- naar dadergedrag groter (World Health Organization, 2007).

Wanneer er op inadequate manier met daders van grensoverschrijdend gedrag wordt omgegaan, is de kans op hertraumatisering van slachtoffers en recidive groot. Hertraumatisering betekent het herbeleven van symptomen van trauma, naar aanleiding van een gebeurtenis of interactie, die slachtoffers herinneren aan voorgaande traumatische ervaringen (Dallam, 2010). In de sportwereld kunnen ontmoetingen met de dader, geconfronteerd worden met zijn of haar naam, maar ook een bepaalde toon in de bejegening van anderen die veel gelijkenis vertoont, triggers zijn voor hertraumatisering. In reactie daarop kunnen slachtoffers gaan dissociëren, de dader of sport in zijn totaliteit gaan vermijden. Als gevolg van de hertraumatisering weet een slachtoffer dikwijls de nieuwe situatie niet hanteerbaar te maken en wordt hij of zij overdonderd door het oude patroon van emoties, gevoelens van onmacht. Het is daarom wenselijk om vermeende daders van grensoverschrijdend gedrag op non-actief te stellen, zo lang er officiële aanklachten lopen. Hertraumatisering kan ook voorkomen in strafrechtelijke en tuchtrechtelijke processen, wanneer het proces of de uitkomst anders loopt dan gewenst en daarmee dubbele victimisatie ontstaat. Daarom is het belangrijk om een slachtoffer goed voor te lichten over- en voor te bereiden op dergelijke procedures.

De rol van de sportpsycholoog

Sportpsychologen hebben een belangrijke taak in het onderkennen van deze situaties, het signaleren hiervan, het aan de orde stellen en een gericht antwoord te vinden. Op basis van dit position statement hebben wij de volgende pijlers voor sportpsychologen opgesteld:

1. Sportpsychologen dienen primair het welzijn van de cliënt binnen de context van zijn of haar sportbeoefening. Dit betekent dat zij een onafhankelijke positie moeten kunnen hebben, ongeacht of zij wel of niet in dienstbetrekking staan bij een opdrachtgever, zoals de vereniging, club, bond, nationale sportkoepel of wat dies meer zij. Daarnaast is de prestatie een wezenlijk onderdeel van de sport en zijn sportpsychologen specialistisch bedreven in het ondersteunen van de mentale aspecten van de te leveren prestatie, zo lang dit hand in hand gaat met het welzijn van de cliënt.
2. Constructies waarin een sportpsycholoog ondergeschikt is aan het prestatieve belang of aan de vertegenwoordigers van het prestatieve belang kunnen derhalve een belemmering betekenen voor de onafhankelijke positie van de sportpsycholoog. Onafhankelijk in de zin dat zijn of haar enige loyaliteit gelegen is bij het welzijn van de cliënt. Wanneer de opdrachtgever zorgt voor het financiële inkomen- en beslist over de toekomst van de sportpsycholoog komt onafhankelijkheid in het geding wanneer er uitspraken moeten worden gedaan over onveiligheid of over een schadelijk systeem. In de opleiding en nascholing van sportpsychologen moet meer aandacht komen hoe een ingebedde positie als practitioner kan blijven samengaan met de ethische uitgangspunten en regels van ons vak en de ontwikkeling van ethische weerbaarheid van sportpsychologen.
3. Gezien de aard en omvang van het probleem van grensoverschrijdend gedrag binnen de sport is het noodzaak dat sportpsychologen zich op dit gebied blijven scholen, zoals aangeraden door Kerr & Stirling (2019) en ook gebeurt in de postgraduate opleiding tot praktijksportpsycholoog aan de Vrije Universiteit Amsterdam, en dat sportpsychologen het onderwerp actief ter sprake brengen in intervisiebijeenkomsten en tijdig supervisie inroepen als dit in het werk gevraagd wordt.
4. Slachtoffers van grensoverschrijdend gedrag en naastbetrokkenen hebben recht op laagdrempelige toegang tot onafhankelijke, specialistische (sport)psychologische hulp. Een sportpsycholoog zal daarbij de afweging moeten maken of hij/zij deze hulp zelf gaat aanreiken of dat hij/zij hierbij verwijst naar een specialist. Hier wordt een makkelijk te bereiken, openbaar netwerk van hulpverleners voor opgezet. Binnen de beroepsvereniging voor sportpsychologen, de VSPN, zal duidelijker worden wie wel en niet zijn toegerust voor deze specialistische hulp, waar men expertise in heeft en beschikbaar voor is (voor ondersteuning van zowel cliënten, hun omgeving als voor intercollegiale ondersteuning).
5. Gezien de onafhankelijke positie van de sportpsycholoog kunnen ook (vermeende) daders van grensoverschrijdend gedrag zich wenden tot sportpsychologen. Ook hier geldt: een sportpsycholoog zal daarbij de afweging moeten maken of hij/zij deze hulp zelf gaat aanreiken of dat hij/zij hierbij verwijst naar een specialist.

6. Sportpsychologen zullen betrokkenen stimuleren anderen aan te spreken op grensoverschrijdend gedrag of zelf daarin de verantwoordelijkheid te nemen, met inachtneming van het vertrouwelijke karakter van de werkrelatie met een cliënt.
7. Sportpsychologen hebben naast signalering en ingrijpen ook een rol in voorlichting over- en agendering van grensoverschrijdend gedrag binnen sportclubs en -bonden, maar ook in andere prestatieomgevingen waarin zij werkzaam zijn, zoals de dans- en muziekwereld.
8. Er dient een specifieke meldcode voor sportpsychologen te komen gericht op grensoverschrijdend gedrag in de sport, gebaseerd op de Meldcode Huiselijk geweld en kindermishandeling (https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/huiselijk-geweld/meldcode), die verdergaat dan de reeds bestaande meldplicht voor begeleiders bij seksuele intimidatie en misbruik (https://centrumveiligesport.nl/doelgroepen/bestuurders-en-begeleiders/seksuele-intimidatie-en-misbruik/meldplicht-voor-bestuurders-en-begeleiders) en de stap naar het tucht- of strafrecht vergemakkelijkt.

Literatuur

Beck, J.G. (2017). Editor Special Issue on the long-term effects of childhood adversity and trauma. *Clinical Psychology. Science and Practice, 24*(2), 107-217.

Dallam, S.J. (2010). *A model of the retraumatization process: a meta-synthesis of childhood sexual abuse survivors' experiences in healthcare.*

Gervis, M. & Dunn, N. (2004). The emotional abuse of elite child athletes by their coaches. *Child Abuse Review, 13*, 215-223.

Hoog, M. de (2020). Turnen is gelegaliseerde kindermishandeling. *De Correspondent*. https://decorrespondent.nl/11630/turnen-is-gelegaliseerde-kindermishandeling/1027023958950-30a6f08e

Kerr, G., & Stirling, A. (2019). Where is Safeguarding in Sport Psychology Research and Practice?. *Journal of Applied Sport Psychology, 31(4)*, 367-384.

Knippen, M. (2020). 'Ik kan het niet', stamel ik. Hij ontploft, schreeuwt: 'Dat maakt me niks uit, je doet het gewoon verdomme'. *Noordhollands Dagblad.*

https://www.noordhollandsdagblad.nl/cnt/dmf20200724_97136498/ik-kan-het-niet-stamel-ik-hij-ontploft-schreeuwt-dat-maakt-me-niks-uit-je-doet-het-gewoon-verdomme

Knoppers, A., Smits, F., & Jacobs, F. (2015). *Turnonkruid: gemaaid maar niet gewied'. Onderzoek naar het dames (sub)turntopsportklimaat. In opdracht van de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (KNGU) en het Veilig Sport Klimaat (VSK).* Utrecht.

Luyten, P., Campbell, C., & Fonagy, P. (2020). Borderline personality disorder, complex trauma, and problems with self and identity: A Social-communicative approach. *Journal of Personality, 88*, 88-105.

Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M, et al. (2016). International Olympic Committee consensus statement: harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine, 50*, 1019-1029.

Mulder, J., Cuelenaere, B., Elshout, M., Farzan, K., & Zandvliet, R. (2020). *Grensoverschrijdend gedrag in de Nederlandse sport. Prevalentieonderzoek gebaseerd op jeugdervaringen. In opdracht van NOC*NSF en het ministerie van VWS. Tilburg.*

Nicolai, N (2009). Kennis over vroegkinderlijke traumatisering. *Cogiscope, 6*(4), 8-17.

Penedo, F.J., & Dahn, J.R. (2005). Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current opinion in psychiatry, 18*(2), 189-193. DOI: 10.1097/00001504-200503000-00013

Stirling A.E. & Kerr, G.A. (2008). Defining and categorizing emotional abuse in sport. *European Journal of Sport Science, 8*(4), 173-181.

Stirling A.E. & Kerr, G.A. (2014). Initiating and sustaining emotional abuse in the coach-athlete relationship: an ecological transactional model of vulnerability. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma, 23*(2), p. 116-135.

Strathearn, L., Gianotti, M., Mills, R., Kisely, S., Najman, J., Abajobir, A. (2020). Long-term Cognitive, Psychological, and Health Outcomes Associated with Child Abuse and Neglect. *Pediatrics, 146*(4), 389-403.

UK Sport (2018). 2017 Culture Health Check Report. https://www.uksport.gov.uk/-/media/files/chc-report-final.ashx?la=en&hash=20E4161D1B0243126D9F079A4983AF61

Vries, K. de, Ross-Van Dorp, C., & Myjer, E. (2017). Rapport van de Onderzoekscommissie seksuele intimidatie en misbruik in de sport. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Vertommen, T., Schippers-van Veldhoven, N., Wouters, K., Kampen, J. K., Brackenridge, C.H., Rhind, D.J.A., Neels, K., & Van Den Eede, F. (2016). Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse and Neglect, 51,* 223-236.

Wijk, A. van, Hardeman, M. Esseveld, J. van & Olfers, M. (2018), Opschakelen. Onderzoek naar ongewenste gedragingen in de wielersport. Bureau Beke, Arnhem

World Health Organization (2007). The cycles of violence. The relationship between childhood maltreatment and the risk of later becoming a victim or perpetrator of violence. https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/98783/E90619.pdf