

voor leerlingen die later taal alleen voor het dagelijks gebruik nodig hebben.

Het gevolg van een te hoge lat (te moeilijke beweeg-, lees- of rekenactiviteiten) is dat een hele groep leerlingen op de basisschool steeds ervaren dat ze niet goed genoeg zijn. Door een hoge lat ontstaan er lagere leerverwachtingen. Met een lage lat worden de leerverwachtingen dat wat je zou kunnen leren, juist hoger omdat je een succes ervaart.

### Het gevaar van vroeger beginnen met sporten

De dalende achteruitgang van het beweegniveau kan in de toekomst gevolgen hebben voor de gezondheid, daarom heeft de overheid ruim geïnvesteerd in meer en betere mogelijkheden om na schooltijd te bewegen en sporten. Vroeger moest je tien jaar oud zijn voordat je op voetbal mocht, nu zijn vierjarigen al welkom. Veel basisschoolkinderen zitten op een of twee sporten of doen aan naschoolse sportactiviteiten. De verwachting was dat door dit extra sporten het beweegniveau zal stijgen, maar dat blijkt voor de mindere leerders niet het geval. Waarom? Waarschijnlijk omdat de lat in de sportcultuur hoger ligt dan in het onderwijs. Eindeloos proberen zonder succes over een hoge lat te springen zorgt niet voor leerresultaat, eerder voor demotivatie. Mogelijk heeft de enorme toename van de jeugdsport ervoor gezorgd dat de kinderen op oudere leeftijd wel klaar zijn met sporten en de sportvereniging verlaten. Ofwel 'meer van hetzelfde' en 'vroeger beginnen' is niet altijd de beste oplossing voor het dalende beweegniveau.

### Hoge verwachtingen

De nieuwe beweegcultuur biedt wel een nieuwe oplossing. Het nieuwe aanbod van sportactiviteiten is eenvoudiger dan het oude sportaanbod. Bijvoorbeeld padel is een vereenvoudiging van tennis, freerunning is een vereenvoudiging van turnen, snooken is een vereenvoudiging van biljart. De activiteiten die op een sportschool gedaan worden zijn zo eenvoudig dat iedereen kan meedoen. Zeg niet tegen een padelspeler dat het een

eenvoudige sport is, want ze leggen direct uit dat het wel moeilijk kan worden. Zo is het ook in de sportschool of in een klimhal, iedereen kan makkelijk meedoen en het zo moeilijk maken als die zelf wil. Blijkbaar hebben mensen de neiging om dat wat makkelijk is moeilijker te maken. Ook kinderen hebben die neiging, ze zijn vaak op zoek naar grenzen en proberen van alles uit. De onderwijzer mag daarom hoge verwachtingen hebben van wat kinderen kunnen leren.

Deze hoge verwachtingen zijn zichtbaar bij skaters en freerunners die elkaar helpen om beter te worden. Bijvoorbeeld op de skateparken waren vroeger alleen kinderen met skateboards, maar nu zijn er ook jonge kinderen op stepjes die heen en weer rijden en allerlei trucjes uitproberen. Het begint met stepjes en dan komt de fiets, de skates en de skateboards. Als de lat laag ligt dan ontstaan de hoge verwachtingen. Dit vraagt om vertrouwen in het leervermogen van kinderen. Maar dit leervermogen heeft wel voeding nodig en die voeding is niet een hoge lat, maar een lage lat waar je met gemak overheen komt. Als dat vaak genoeg lukt, zullen de meeste mensen (en zeker kinderen) op zoek gaan naar nieuwe uitdagingen.

Durf dan als onderwijzer even te wachten voordat je te snel met je eigen verwachtingen aankomt. Het wachten op de leervraag van de leerder staat in contrast met het leerlingvolgsysteem van de onderwijzer die wil scoren of een kind beter geworden is. Natuurlijk moet de onderwijzer weten dat de lat op den duur omhoog mag, omdat iedereen dan groot en goed genoeg is om succesvol te zijn (de lat te halen). Want als een leerling vol vertrouwen vaak over de lage lat springt, zal deze ondertussen zo ruim eroverheen springen dat de gewenste hoogte al lang gehaald is, zonder de lat te verhogen. Als de onderwijzer ziet dat het kind de hoogte al aankan dan is het prima om de lat te verhogen, door de externe druk zal het in het begin nog even mislukken, maar de onderwijzer heeft de verwachting dat de leerling de hoogte kan halen.

### Lage lat en hoge verwachting bij lezen

Door de invloed van de beeldcultuur in onze maatschappij zullen kinderen steeds minder gaan lezen. Het luisterboek zorgt ervoor dat het lezen van een boek niet meer nodig is of de podcast geeft mij zonder lezen nieuwe informatie. Zwakke lerenden zullen vooral op hun mobiel korte berichten blijven lezen. Zwakke lezers zullen moeite hebben om 'officiële teksten' te lezen, maar die worden door korte zinnen en tekeningen steeds beter leesbaar. Dit wil niet zeggen dat het onbelangrijk is om te leren lezen. Lezen blijft net zoals bewegen een noodzaak, maar de vraag is met welk doel? Leren lezen om later op de middelbare school de leerstof van de havo te begrijpen is voor 40 procent van de basisschoolleerlingen niet nodig. Goed leren brugzwaaien is ook niet meer nodig, maar leren schommelen wel, omdat die activiteit het mogelijk maakt om beter te worden en samen met anderen het leven te vieren. Zo is het ook met lezen. Lezen is nodig om de taal van anderen beter te begrijpen en om in de eigen taal te vertellen en anderen aan te spreken. ●



#### Contact

ca.hazelebach@planet.nl

#### Tekening

John Körver

#### Kernwoorden

meetlat, verwachtingen, leesvaardigheid, beweegvaardigheid

# Seksuele integriteit in de gymles, waar begin je?

**Seksuele opmerkingen, elkaar aanraken of uitgemaakt worden voor viezerik; de één bespreekt het gemakkelijk en de ander vermijdt gesprekken hierover liever. Toch zijn het onderwerpen die structureel aandacht behoeven op school en in de gymles, zowel met leerlingen als met collega's. Want waar trek je de grens? Hoe bevorder je veilige, gewenste en positieve omgangsvormen? En hoe ga je het gesprek aan met leerlingen en je collega's als het gaat om seksuele integriteit en veiligheid?** | Esther van der Steeg en Marije Gerritsen-de Laat

Dit artikel is geschreven naar aanleiding van de afgelopen twee jaar waarin Esther van der Steeg en Marije Gerritsen-de Laat veel LO-docenten (in po en vo) en alo-docenten hebben getraind en gesuperiseerd in competenties aangaande seksuele integriteit. Onder seksuele integriteit verstaan we het bewust, respectvol en verantwoordelijk omgaan met de eigen seksualiteit en die van de ander met het doel bij te dragen aan plezier, ontwikkeling, weerbaarheid en veiligheid van (jonge) mensen (Van der Steeg e.a., 2021).

### Wat is eigenlijk het probleem?

We weten inmiddels dat seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksueel geweld overal voorkomen: op straat, achter de voordeur, in sportverenigingen, in het uitgaansleven, op de werkvloer en ook op school (RCSGG&SG, 2023). Het aantal jongeren dat aangeeft dat ze ooit seksuele grensoverschrijding hebben meegeemaakt, is de afgelopen jaren gestegen. Vier procent van de jongens en twintig procent van de meiden geeft aan weleens gedwongen te zijn tot seksuele handelingen die zij niet wilden. In 2017 was dat nog respectievelijk twee en twaalf procent. Ruim de

helft van de meiden (54 procent) en één op vier jongens (23 procent) heeft te maken gehad met fysieke seksuele grensoverschrijding: van ongewenste aanrakingen tot allerlei vormen van seks tegen de wil (De Graaf e.a., 2024). Bij de vertrouwensinspecteurs nemen de meldingen van seksuele intimidatie en misbruik in het onderwijs toe. Dit betekent niet per se dat er vaker grenzen worden overschreden, wel dat er meer gemeld wordt. Zowel medeleerlingen als schoolmedewerkers gaan over seksuele grenzen van leerlingen (Onderwijsinspectie, 2024). Kortom, seksueel grensoverschrijdend gedrag is geen incidenteel maar een structureel en maatschappelijk probleem en de oplossing ligt bij ons allemaal (RCSGG&SG, 2023).

### Meer aandacht maakt nog niet veiliger

De afgelopen jaren is er steeds meer aandacht in de samenleving voor seksuele integriteit en preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Daarmee samenhangend zien we in de praktijk dat er een bepaalde alertheid of gevoeligheid is ontstaan bij zowel docenten als leerlingen. We zien dat een aanzienlijke groep LO-docenten op eieren loopt als het gaat om aanraken, kleedkamergedrag en andere omgangsvormen die te

maken hebben met seksualiteit. Veel docenten vermijden het gesprek hierover met collega's en/of leerlingen uit schaamte, handelingsverlegenheid of uit angst om over grenzen te gaan (De Looze e.a., 2023). Ondanks de welwillendheid en bereidheid bij LO-docenten om een sociaal veilig klimaat te bewerkstelligen, hebben voorzichtigheid, vermindering en alertheid ten aanzien van seksuele integriteit niet geleid tot (de ervaring van) meer sociale veiligheid in en om de gymles. We concluderen hieruit dat een structureel probleem als seksueel grensoverschrijdend gedrag nieuwe, structurele oplossingen nodig heeft.

### Wat betekent dit voor LO?

We zien dat er veel betrokkenheid is bij LO-docenten rond het thema seksuele integriteit. Ze zien het belang ervan, maken zich er vaak ook zorgen over en zoeken handvatten. Want iedereen wil dat leerlingen, studenten en docenten veilig kunnen bewegen, leren en werken. Wij stellen drie innovaties voor, die bijdragen aan de professionalisering ten aanzien van seksuele integriteit en daarmee een sociaal veiliger klimaat in de kleedkamer en in de gymles. Deze innovaties worden ondersteund door onderzoek (Caldeborg, 2022; Caldeborg e.a., 2023; Van der Steeg e.a., 2021).

### 1 Agenderen: erkennen en herkennen van seksuele integriteit

Het start bij bewustwording, kennis en attitudevorming bij docenten en LO-secties met betrekking tot seksuele integriteit. Wat zijn kansen en risico's waar het gaat om seksuele integriteit in LO op deze school? Agendeer het onderwerp seksuele integriteit en ga erover in gesprek, bijvoorbeeld aan de hand van een recente praktijksituatie met

reflectievragen of door met het team een workshop over seksuele integriteit te volgen.

Docenten die we spreken tijdens de workshops zien vooral risico's waardoor zij bepaalde keuzes maken: het niet meer aanraken van leerlingen, kleedkamers mijden, kritiek op kleding van leerlingen (want 'te bloot') en uit het contact gaan bij negatieve uitingen van leerlingen zoals 'pedo', 'hij keek!' of 'viezerik'.

De innovatie die ons inziens nodig is, gaat over erkennen en herkennen van seksuele integriteit als beroepstaak en als ontwikkeltaak voor leerlingen. Dit gaat over verschillende aspecten, zoals kennis van de seksuele ontwikkeling van leerlingen, bewustwording en reflectie op eigen bagage en betekenisverlening, van perspectief kunnen wisselen, veelvoorkomende misvattingen en mythes rond seksualiteit herkennen en weerleggen en bewustwording van kansen voor seksuele vorming van leerlingen in LO-contexten (Van der Steeg, 2022a).

Praktijksituatie: een collega is van plan het onderdeel 'salto met minitrampoline' uit het curriculum te halen, na een gerucht onder een groep leerlingen dat ze ongewenst waren aangeraakt tijdens het oefenen van de salto.

Reflectievragen in de vakgroep naar aanleiding van deze praktijksituatie:

- Herken je deze situatie bij jezelf of bij collega's?
- Welke betekenissen van 'aanraken' spelen hier?
- Kun je het perspectief van zowel de docent als de leerlingen begrijpen?
- Met welke motieven raak je aan in LO?
- Wat raak je (niet) aan? Hoe raak je aan?
- In welke context?
- Waar liggen grenzen?
- Welke afspraken kun je maken zodat aanraken gewenst, vrijwillig en veilig is?
- Hoe praat je met leerlingen over aanraken?
- Als er grenzen worden overschreden, wat kun je doen?

## 2 Implementeren: vaardig den ten aanzien van seksuele integriteit

Voor een beroep waarbij lichamelijk contact, kleedkamersituaties en samen sporten en bewegen dagelijkse praktijk zijn, is kunnen reflecteren op en stimuleren van een sociaal veilige en seksueel integere LO-omgeving van groot belang. Daarnaast is het noodzakelijk om voorbereid te zijn op seksueel grensoverschrijdend gedrag, zodat je adequaat weet te handelen. Je krijgt er vroeg of laat mee te maken. Er is nog altijd veel handelingsverlegenheid, waardoor overreageren of bagatelliseren van de situatie op de loer liggen. Beide zijn potentieel schadelijke strategieën voor betrokkenen. Er wordt vaak gedacht dat wanneer we over seksuele integriteit praten het risico op seksuele grensoverschrijding groter wordt. Dit is echt een misvatting. Leerlingen geven aan dat wanneer hun docent hier gewoon het gesprek over voert en luistert naar leerlingen, dit bijdraagt aan een veilige omgeving (Caldeborg, 2022; Cense e.a., 2019). Dit gesprek kun je leren voeren, ook kun je leren seksueel gedrag te duiden en de grens leren trekken tussen aanvaardbaar/gezond seksueel gedrag en seksueel grensoverschrijdend gedrag. Er zijn effectieve methoden die je voor het ontwikkelen van deze vaardigheden kunt gebruiken, onder andere de materialen van School & Veiligheid en het Vlaggensysteem Sport met Grenzen (ICES, 2019).

Praktijksituatie: een voorbeeld van het belang van competenties ten aanzien van seksuele integriteit lees je in verhaal van Joeri, zie QR-code. Joeri is LO-docent op een vo-school. In een post op Instagram wordt de indruk gewekt door een leerling dat hij op een seksuele manier naar meiden kijkt. Deze praktijksituatie laat zien hoe belangrijk reflectie- en gespreksvaardigheden zijn. De betreffende LO-docent loopt het risico gecancelled te worden door een groep leerlingen en gaat vervolgens het gesprek met hen aan over hun online gedrag en de ervaren veiligheid bij hem als docent. Hij luistert naar hun perspectief en

vice versa. Zo creëert hij bewustwording over de impact van bepaald gedrag vanuit verschillende perspectieven, laat hij zien dat hij zijn leerlingen serieus neemt en respecteert en maakt zichzelf en de leerlingen verantwoordelijk voor bouwen aan sociale veiligheid op school.

Scan of klik [hier](#) naar het artikel over deze praktijksituatie



## 3 Borgen: het ontwikkelen van een visie en beleid

Door een gedeelde visie en beleid ten aanzien van seksuele integriteit, ontwikkeld door je vakgroep in afstemming met leerlingen (bijvoorbeeld met de leerlingenraad), sta je er niet alleen voor. Het wordt een thema waar je samen aan werkt, discussies over hebt en gezamenlijk op reflecteert. Door een visie en beleid te ontwikkelen die aansluiten bij de schoolvisie creëer je erkenning en rugdekking voor seksueel integer handelen in LO. Werk dit concreet uit tot een praktisch aanraak- en kleedkamerbeleid dat antwoord geeft op de vraag 'Hoe is lichamelijk contact respectievelijk kleedkamergedrag in de LO-context veilig, gewenst en vrijwillig voor iedereen?'. Ontwikkel daarnaast een stappenplan of protocol in het geval van seksueel grensoverschrijdend gedrag (Van der Steeg e.a., 2022d; Stichting School & Veiligheid, 2024). Mariette Hamer zei hierover: "Een goede behandeling van meldingen van seksueel grensoverschrijdend gedrag helpt bij de heling, bij het gevoel van rechtvaardigheid, bij erkenning, bij bewustwording en bij sociale veiligheid in de organisatie" (RCSGG&SG, 2023).

Vaak heb je ruimte voor dergelijk beleid in je vakwerkplan. Op deze manier ligt het aanraakbeleid, kleedkamerbeleid en een stappenplan na seksuele grensoverschrijding voor iedereen vast en kun je het ook met leerlingen (en ouders) bespreken. Het



is belangrijk om het document up-to-date te houden, met nieuwe collega's door te nemen en hier als team regelmatig op te reflecteren.

## Gedragen en professionele schoolcultuur

Seksueel integer gedrag betekent niet alleen iets voor de gymles, het betekent iets voor de gehele school. Uit onze gesprekken met LO-docenten blijkt dat wanneer zij zich gesteund voelen door hun directie dit helpt bij een open en veilige schoolcultuur. Dus werk niet alleen binnen je vakgroep aan seksuele integriteit maar ook in je team. Zo kan er een cultuur van openheid, communicatie en reflectie ontstaan waarin gevoel van competentie overheerst (Stichting School en Veiligheid, 2024). Wanneer hier tijd en aandacht aan wordt besteed binnen de school spreken we van een open schoolcultuur. Je kunt hierbij denken aan regels en afspraken rondom seksuele integriteit. Maar ook dat het een onderwerp is waar regelmatig over gesproken en op

gereflecteerd wordt. Op het moment waarin er openheid is rondom het thema is dit ook wat je leerlingen meegeeft, waarover ze vragen mogen stellen en waarin ze zich kunnen ontwikkelen.

## Tot slot

Het antwoord op de alertheid rondom seksualiteit is niet het vermijden van het gesprek en voorzichtiger handelen. Het antwoord is het ontwikkelen van kennis, attitude en vaardigheden, het maken van gedragen afspraken en deze borgen in beleid. ●

## Meer verdieping in seksuele integriteit?

Voor de reeks van vier artikelen over dit onderwerp uit 2022 scan of klik [hier](#) gebundeld in één document



Bron

Scan of klik [hier](#) naar de bronnen



Contact

[info@seksuelegezondheidamersfoort.nl](mailto:info@seksuelegezondheidamersfoort.nl)  
[marije@educatiefmetmarije.nl](mailto:marije@educatiefmetmarije.nl)

**Esther van der Steeg** en **Marije Gerritsen-de Laat** zijn experts op het gebied van seksuele integriteit en geven regelmatig workshops aan gymdocenten of maken een veilige schoolcultuur bespreekbaar in de school. Zij begeleiden LO-secties en individuele LO-docenten bij de professionalisering beschreven in dit artikel.

Tekening

John Körver  
Kernwoorden

seksuele integriteit, seksueel grensoverschrijdend gedrag, aanraken