



## BIJLAGE 4 Signaleringslijst

### Signaleringslijst GOAL!: Signalen in de sportclub die zorgwekkend kunnen zijn

Als begeleider bij sportactiviteiten kun je signalen opmerking op grond waarvan je je zorgen maakt over de ontwikkeling of het welzijn van een kind of jongere. Je hebt het gevoel dat er iets aan de hand is met het kind of de jongere, met de ouders, het gezin of met een sportbegeleider. Je kan gebruik maken van deze signaleringslijst<sup>1</sup> en van de signaleringskaart voor (vrijwillige) sportbegeleiders om signalen, maar ook uitzonderingen of tegen voorbeelden, te ordenen.

Mogelijke signalen worden in de lijst geclusterd rond acht thema's:

1. Lichamelijk welzijn;
2. Gedrag en emotie;
3. Gedrag tegenover andere kinderen en jongeren;
4. Gedrag tegenover ouders en andere volwassenen;
5. Gedrag dat kan wijzen op seksueel misbruik;
6. Signalen bij ouders;
7. Signalen van seksueel grensoverschrijdend gedrag door vrijwilligers in de club;
8. Signalen van seksueel grensoverschrijdend gedrag door jongeren onderling.

Bij het gebruik van de signaleringslijst is het belangrijk te beseffen dat de context, de frequentie en de combinatie van signalen belangrijk zijn voor het begrijpen van signalen:

- Eén signaal is geen signaal;
- Meerdere signalen zijn nodig om een beeld te kunnen vormen;
- Signalen kunnen elkaar tegenspreken;
- Er is zelden een eenduidig of rechtstreeks verband tussen een signaal en een bepaald probleem.

---

<sup>1</sup> Deze signaleringslijst is gebaseerd op de signalenlijsten die je vindt op de website van [Nederlands Jeugd Instituut](#).



Kleding niet passend bij het weer:  
bv. in de winter trainen in korte broek  
en geen winterjas dragen

Kind is hongerig

Slechte eetlust

Altijd hetzelfde aan, gaten in de kleding of schoenen,  
heeft regelmatig smerige kleren aan

Geen eten bij hebben

Als eerste en heel veel nemen bij het buffet

Groeiachterstand

Letsels: blauwe plekken, brandwonden,  
botbreuken, snij-, krab- en bijtwonden

Achterblijvende  
motoriek

Niet zindelijk op een leeftijd dat het hoort  
(rond 6 jaar oud)

**Signaleren bij kind en jongere: lichamelijk welzijn**

*Dit zijn signalen die aanleiding kunnen geven tot bezorgdheid  
of een 'niet pluis' gevoel.  
Context, frequentie en leeftijd zijn belangrijk!*

Kind ruikt niet fris

Vaak spullen niet compleet of  
niet bij zich

Altijd mee-eten met anderen

Ziektes herstellen slecht

Wallen onder de ogen

In sportkledij aankomen en  
weer vertrekken

Regelmatig buikpijn, hoofdpijn of  
flauwvallen

Schrokken in de kantine

Vaak ziek of afwezig

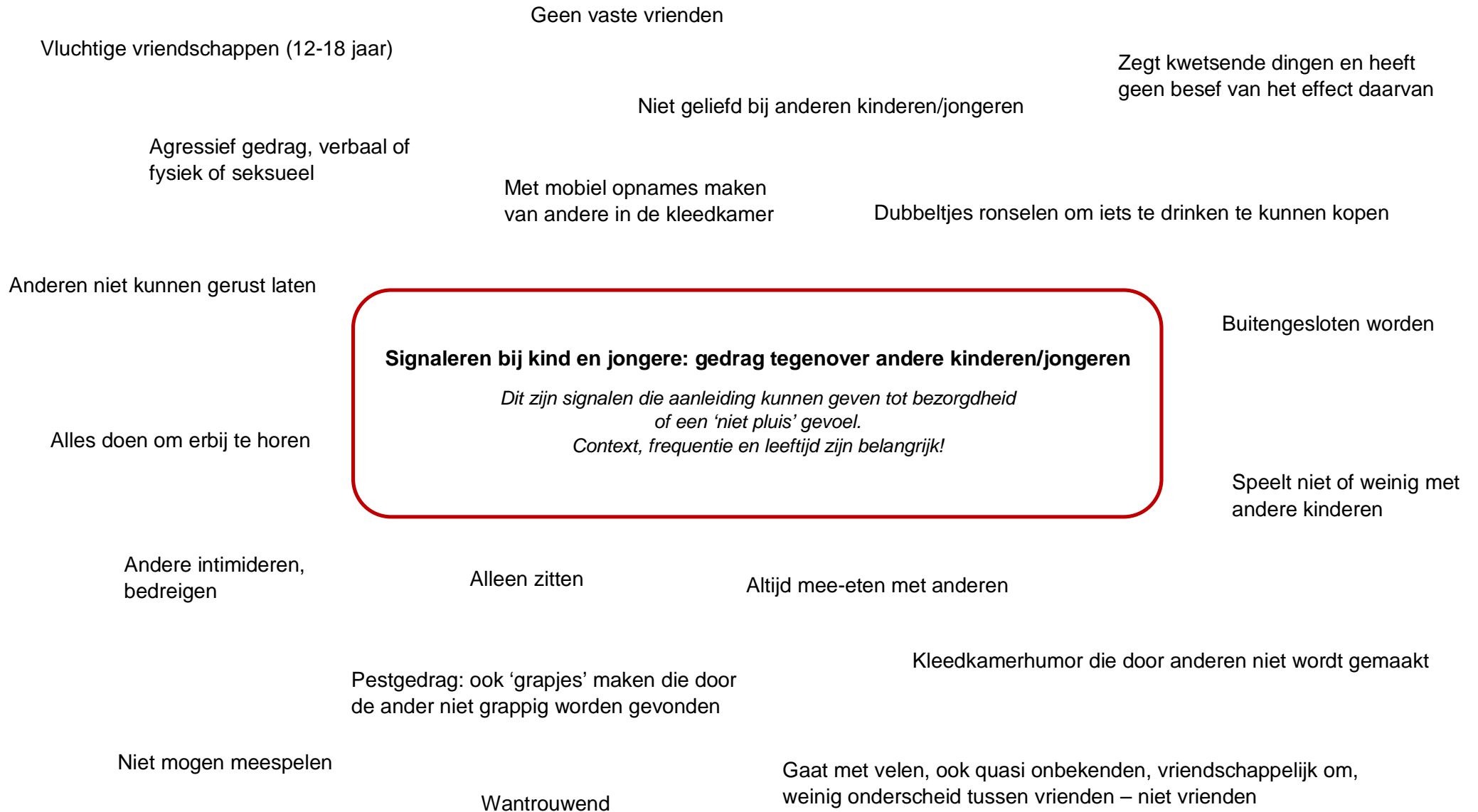
In slaap vallen in de auto

Overgewicht

Niet willen douchen



(Overmatig) alcohol- of drugsgebruik	Hyperactief	Niet luisteren als je wat zegt	Apathisch, toont geen gevoelens of pijn
Te vroeg op de club zijn	Smeken om ook bij andere ploegen te kunnen meespelen (voorkomen naar huis te moeten)		Erg nerveus
In zichzelf gekeerd	Heftig en emotioneel reageren als wedstrijd niet doorgaat of bij teleurstelling of verlies	Vernielzuchtig	Weinig spontaan
Passief of lusteloos			Negatief zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen, negatieve uitspraken doen over zichzelf: "dat kan ik niet"
Erg timide	<b>Signaleren bij kind en jongere: gedrag en emotie</b> <i>Dit zijn signalen die aanleiding kunnen geven tot bezorgdheid of een 'niet plus' gevoel. Context, frequentie en leeftijd zijn belangrijk!</i>		Rondhangen op de club
Sombere stemming, geïrriteerde stemming			Onderbreken als je wat uitlegt
Niet leeftijdsadequaate gedrag, anders dan leeftijdsgenoten		Verlies van interesse of plezier in spel	Moeilijk stilzitten of staan
Leeft in fantasiewereld	Vandalisme plegen		Snel overstuur, snel huilen
Gedragsverandering	Vandalisme plegen	Faalangst: vermijden van (uitdagende) oefeningen (vroeger weg, naar de WC, etc.)	
Concentratieproblemen	Weglopen	Stelen	Erg lang op de club blijven hangen





Angst voor lichamelijk onderzoek bij de arts

Opvallend hartstikke blij bij weerzien na de training of wedstrijd

Angst voor straf bij het maken van fouten of verlies van spullen

Verstijft, verkrampt of schrikt bij lichamelijk contact: schouderklopje, arm over de schouder

Agressief, opstandig gedrag

Seksueel provocerend, toenadering zoekend gedrag

Seksueel getinte opmerkingen, zinspelingen maken

**Signaleren bij kind en jongere: gedrag tegenover eigen ouders en andere volwassenen**

Erg meegaand en volzaam, hoofd omlaag

*Dit zijn signalen die aanleiding kunnen geven tot bezorgdheid of een 'niet plus' gevoel.  
Context, herhaling en leeftijd zijn belangrijk!*

Overdreven aanhankelijk gedrag

Gedraagt zich in het zijn van ouders helemaal anders dan zonder ouders

Vermijdt oogcontact (hier kan ook culturele achtergrond een rol spelen)

Wantrouwend

Angstig, waakzaam, schrikachtig  
(bijvoorbeeld handen voor het hoofd alsof hij een klap verwacht)



Urineweginfecties

Seksueel overdraagbare aandoeningen

Vaginale infecties en afscheiding

Smoesjes verzinnen bij afwezigheid

Benen tegen elkaar drukken bij lopen

Opvallend seksueel getint gedrag met leeftijdsgenoten

Opeens over veel geld beschikken of dure kleding, telefoon, spullen

Afkeer van lichamelijk contact

**Signaleren bij kind en jongere die mogelijk wijzen op seksueel misbruik**

*Dit zijn signalen die aanleiding kunnen geven tot bezorgdheid of een 'niet pluis' gevoel.*

Opgehaald worden door een (veel) oudere vriend

Problemen bij plassen

Obsessief/gestresst telefoongebruik

Pijn in bovenbenen

Pijn bij lopen of zitten

Jeuk bij vagina of anus

Veel wisselende seksuele contacten met leeftijdsgenoten

Extreem seksueel gekleurd gedrag en taalgebruik

Verwondingen aan geslachtsorganen

Maakt afwezige indruk bij lichamelijk onderzoek

(Angst voor) zwangerschap

Zoekt seksuele toenadering tot volwassenen



Goed telefoonnummer hebben en/of krijgen van vader of moeder lukt niet of moeilijk

Laten kinderen (<10 jaar) altijd alleen naar trainingen en wedstrijden gaan

Sociaal isolement

Aan de zijlijn agressief roepen naar zoon of dochter, de scheidsrechter of anderen...

Onderlinge ruzie of agressief gedrag, verbaal of fysiek

Gezin verhuist regelmatig

Heeft/uit irreële verwachtingen ten aanzien van dochter of zoon

Dreigende taal: "wacht maar tot ..."

Geeft aan het niet meer aan te kunnen

### Signaleren bij de ouders

*Dit zijn signalen die aanleiding kunnen geven tot bezorgdheid of een 'niet plus' gevoel.  
Context en herhaling zijn belangrijk!*

Onduidelijkheid of strijd met welke ouder het kind mee naar huis gaat

Contact vermijden met mensen van de club

Vaak opgenomen in het ziekenhuis

Samengaan van stressvolle omstandigheden zoals huisvesting

Slechte algehele hygiëne

Houdt het kind vaak thuis van de club

Elke keer gedoe rond contributie betalen

Vreemd of bizar gedrag

Onder invloed

Legt veel prestatiedruk op: "je moet ..."

Nooit geld bij voor een versnapering

Nooit komen kijken naar wedstrijden



Ongepast lichamelijk contact met kinderen en jongeren

“De trainer geeft me soms een knuffel”

In doucheruimtes, kleedkamers of toiletten rondhangen

Voorkeursbehandeling, traktaties, complimenten voor een kind

Andere privé afspraken maken

**Zorgwekkende signalen seksueel grensoverschrijdend gedrag door vrijwilliger in de club**

*“Elke vorm van seksueel (getint) gedrag ten aanzien van een kind of jongere, in verbale, non-verbale of fysieke vorm, waarbij aan één van de volgende criteria niet is voldaan: wederzijdse toestemming, vrijwilligheid, gelijkwaardigheid, leeftijds- of ontwikkelingsadequaat, contextadequaat en zelfrespect.”*

**Risicovergrotenende factoren zijn:**

*Op het vlak van relatie trainer-sporter: een sterke afhankelijkheidsrelatie, een gesloten sportrelatie (waar anderen geen invloed op hebben) of een op één-op-één relatie.*

*Op het vlak van kwetsbare sporters, ambitieuze sporters, jonge sporters, eenzame, geïsoleerde sporters, minder weerbare sporters, homoseksuele, lesbische of biseksuele sporterscultuur binnen de sport: grote autoriteit van begeleiders of weinig sociale controle, mondigheid sporters wordt snel afgestraft, groepsdruk, seksisme, discriminatie of vrouwonvriendelijk klimaat.*

Een sporter vertelt bijvoorbeeld aan een medesporter dat de trainer wel erg close was op een trainingsveld. De medesporter besteedt er geen aandacht aan en de oude sporter houdt verder zijn/haar mond.

Seksueel getinte opmerkingen ten aanzien van minderjarigen

Zich bovenmatig inzetten voor sommige kinderen

“De trainer greep me in mijn kruis”

Zoekt via telefoon of sociale media contact met jeuglid

Trainer wisselt frequent van club

Privétrainingen geven buiten de reguliere training(slocatie)