

fair+

forum for anti-doping
in recreational sport

Richtsnoeren voor antidopingeducatie voor coaches, instructeurs en trainers die actief zijn in de recreatieve sport



Forum for anti-doping in recreational sport project



Richtsnoeren voor antidopingeducatie voor coaches, instructeurs en trainers die actief zijn in de recreatieve sport

Doping in de recreatieve sport

De definitie van ‘recreatieve’ sport is niet altijd eenduidig. Er zijn grote verschillen tussen landen en organisaties, en ook de groep recreatieve sporters is zeer heterogeen. Dit is iets om rekening mee te houden bij het opzetten van antidopingeducatie voor coaches, trainers en instructeurs in de recreatieve sport. Om dubbelzinnigheid te vermijden, gaan we in dit verslag uit van de volgende definitie van recreatieve sport:

‘Recreatieve sport wordt hier gedefinieerd als sport, lichaamsbeweging en fysieke activiteit die plaatsvindt in een weinig of niet-competitieve omgeving en waarbij mensen deelnemen aan sportevenementen of outdooractiviteiten of actief zijn in fitnesscentra of sportclubs’ (FAIR-eindverslag, 2019)

De hier voorgestelde richtsnoeren onderstrepen het belang van antidopingeducatie aan coaches, instructeurs en (personal) trainers in de recreatieve sport. Deze professionals komen, in loondienst of als vrijwilliger, regelmatig in contact met grote aantallen mensen die regelmatig aan sport doen, en dit op verschillende sportieve niveaus (zij werken bijvoorbeeld zowel met recreatieve als met topsporters). Daarom kunnen ze rechtstreeks of onrechtstreeks een belangrijke rol spelen bij dopingpreventie in de recreatieve sport en in de samenleving in het algemeen.

Deze richtsnoeren zijn in de eerste plaats gericht op de leer- en voorlichtingsbehoeften van de sporttechnische begeleiders (bv. coaches, trainers en instructeurs), maar kunnen ook relevant zijn voor coaches, trainers en instructeurs op nationaal en topsportniveau, alsook voor sportmedische begeleiders (bv. artsen, fysiotherapeuten, sportdiëtisten enzovoort).

De richtsnoeren zijn bedoeld voor diverse belanghebbenden en beroepsgroepen die actief betrokken zijn bij recreatieve sportbeoefening en die belang hebben bij dopingpreventie of de opdracht daartoe hebben, door het bevorderen van de waarden en gedragingen van een zuivere sport. De richtsnoeren zijn met name van belang voor de volgende organisaties:

- *Nationale antidopingorganisaties (NADO's).*
- *Nationale en internationale sportfederaties.*
- *Nationale en communautaire sportclubs.*
- *De fitnessbranche (bv. nationale fitnessorganisaties, fitnessketens, sectororganisaties, lokale onafhankelijke fitnesscentra).*
- *Andere belangrijke belanghebbenden en groepen in de sport (bv. trainersbonden).*
- *Onderwijsaanbieders, met name op het gebied van sportwetenschappen, coaching en aanverwante disciplines in het beroeps- en het postsecundair onderwijs.*

Antidopingeducatie is daarom idealiter gericht op de volgende groepen:

- *Leerlingen in het beroeps- of hoger onderwijs die studeren voor een trainersdiploma of een diploma in de sportwetenschappen.*
- *Coaches, instructeurs en trainers die al dan niet als vrijwilliger voor nationale federaties werken.*

- *Coaches, instructeurs en trainers die al dan niet als vrijwilliger voor lokale sportclubs werken.*
- *Coaches, instructeurs en trainers, met inbegrip van personal trainers, die als zelfstandige of in loondienst werkzaam zijn in de fitnessbranche.*
- *Anderen die zich actief bezighouden met recreatieve sportcoaching/training en in contact komen met kinderen, jongeren en volwassenen die aan recreatieve sport doen.*

Antidopingeducatie voor recreatieve sportcoaches is idealiter gericht op de ontwikkeling van relevante kennis, vaardigheden en gedragingen. Mogelijke gebieden waarop educatieve initiatieven betrekking hebben:

- *Principes en waarden van een zuivere, dopingvrije sport, toegepast op een recreatieve sportomgeving (bv. sporten voor het plezier, om je fit te voelen).*
- *Gevolgen van doping, bijvoorbeeld voor de lichamelijke en geestelijke gezondheid.*
- *Verboden stoffen en methoden op de WADA-dopinglijst.*
- *Risico's van het gebruik van supplementen.*
- *Omgaan met risicovolle situaties (bijvoorbeeld contact met sporters die doping gebruiken of het risico lopen te gebruiken).*
- *Rol, verantwoordelijkheid en invloed van coaches op de beslissingen van sporters om doping te gebruiken.*
- *Rol, verantwoordelijkheid en invloed van coaches bij het waarborgen en beschermen van de gezondheid van hun sporters.*
- *Lokaal bevorderen van een zuivere sportomgeving.*
- *Risico- en beschermende factoren voor dopinggebruik bij recreatieve sportbeoefening.*
- *'Soft skills', zoals actief luisteren en communicatievaardigheden, om met sporters in gesprek te gaan over dopinggerelateerde kwesties.*

Bepalen van de specificaties voor antidopingeducatie

Relevante vragen

- *Wie moet antidopingeducatie geven aan recreatieve sportcoaches? Welke synergieën kunnen dit ondersteunen? Wie moet instaan voor het coördineren, monitoren, evalueren en certificeren van de educatie van coaches?*
- *Welk soort educatieve programma's lijkt het meest aangewezen? Wat zijn de aangewezen methodes?*

SPECIFIEKE RICHTSNOEREN

- *De nationale antidopingorganisaties (NADO's) zouden antidopingeducatie kunnen geven aan recreatieve sportcoaches, -instructeurs en -trainers.*
- *De NADO's kunnen strategische samenwerkingen en synergieën opzetten met de belangrijkste*



belanghebbenden (bv. sportfederaties, fitnessbranche, overheden op gezondheids- en onderwijsgebied) voor het plannen, ontwikkelen, bekendmaken, promoten en uitvoeren van antidopingeducatie voor coaches, instructeurs en trainers in de recreatieve sport.

Antidopingeducatie voor coaches, instructeurs en trainers in de recreatieve sport kan het volgende inhouden:

- *Diversificatie om tegemoet te komen aan de educatie- en trainingsbehoeften van coaches, trainers en instructeurs in verschillende stadia van hun loopbaan, zowel voorafgaand als tijdens de beoefening van hun werk.*
- *Fundamentele kennis verschaffen over relevante antidopinggebieden (bijvoorbeeld voedingssupplementen en doping; verboden stoffen en methoden op de antidopinglijst; gevolgen van doping voor de gezondheid; effectief omgaan met risicosituaties) in de eerste fasen van de loopbaan (d.w.z. voorafgaand aan de beoefening).*
- *Meer toegespitste, sportspecifieke kennis verschaffen over dopingvrije sport via permanente beroepsontwikkeling in latere loopbaanfasen (d.w.z. bijscholing tijdens de beoefening).*
- *Toegespitste kennis volgens de context om te voldoen aan sportspecifieke behoeften. Een 'one-size-fits-all'-aanpak is te vermijden omdat recreatieve sport uiteenlopende sportdisciplines en -beoefenaars omvat en de behoeften op het gebied van antidopingeducatie kunnen verschillen.*
- *Na overleg met de relevante doelgroepen (bv. coaches, instructeurs en/of trainers in bepaalde sporten of gebieden van de recreatieve sport) kan een gemengde leerbenadering worden toegepast, met zowel webgebaseerde als fysieke opleidingscomponenten.*
- *Bij afstandsonderwijs moet men ervoor zorgen dat het aanbod gemakkelijk toegankelijk is, met een gebruikersvriendelijke interface.*
- *Bij afstandsonderwijs is het aangeraden om diverse content te gebruiken, variërend van zelfonderricht/zelfregulerend materiaal waarvoor geen interactie met een specialist nodig is (bv. podcasts, korte videolessen), tot meer interactieve benaderingen en instrumenten (bv. webinars, praktijkgroepen).*
- *Zorg voor diversificatie en bied verschillende leermiddelen aan, zoals hapklare modules, scenariogebaseerde lessen, case studies, verslagen en niet-technische rapporten en artikelen.*
- *Zorg voor een veelzijdig en aanpasbaar aanbod, zodat antidopingeducatie als een 'rode draad' kan worden ingebed in verschillende onderwerpen, zoals sportieve integriteit en goede praktijken om de gezondheid en het welzijn van de sporter te beschermen.*

Relevantie voor de ISE en andere kaders van het WADA

Relevante vragen

- *Hoe nuttig is de ISE (International Standard for Education) van het WADA als kader voor de ontwikkeling van antidopingeducatie voor recreatieve sportcoaches? Als de ISE van het WADA nuttig is, op welke manieren dan? Als de ISE niet nuttig is, waarom niet? Welke andere kaders kunnen nuttig zijn in dit*

SPECIFIEKE RICHTSNOEREN

- *De NADO's kunnen verschillende kaders gebruiken om hun educatieprogramma's rond dopingvrije sport voor coaches, instructeurs en trainers in de recreatieve sport te ontwikkelen. Een optie is een curriculumgebaseerde aanpak waarbij specifieke leer- en opleidingsbehoeften en relevante leerdoelstellingen en -resultaten worden omschreven.*
- *Een andere benadering is meer 'bottom-up': samenwerkend leren met actieve bijdrage van de doelgroep (bv. coaches, trainers en instructeurs) en andere belanghebbenden (bv. fitnessbranche, nationale sportfederaties). Dit is een doeltreffende aanpak om gecontextualiseerde, relevante en actuele educatieve inhoud te ontwikkelen.*
- *De ISE van het WADA kan dienen als algemeen kader om een gepaste educatieve en pedagogische aanpak te bepalen en om gecontextualiseerde en sportspecifieke educatieve richtsnoeren, educatieve inhoud en relevante evaluatie- en beoordelingskaders te ontwikkelen.*

Hinderpalen en stimulansen voor antidopingeducatie voor coaches, instructeurs en trainers in de recreatieve sport

Relevante vragen

- *Hoe kunnen programma's rond antidopingeducatie voor recreatieve sportcoaches doeltreffender worden gepromoot? Wat kan coaches motiveren om dergelijke programma's te volgen en/of te voltooien?*
- *Welke hinderpalen of andere factoren kunnen coaches ervan weerhouden antidopingeducatie te volgen? Hoe kunnen deze hinderpalen realistisch worden aangepakt?*
- *Welke rol is er weggelegd voor werkgevers (bv. fitnesscentra, sportclubs) op het vlak van antidopingeducatie voor recreatieve sportcoaches? Hoe kunnen werkgevers antidopingeducatie voor recreatieve sportcoaches actief ondersteunen?*

SPECIFIEKE RICHTSNOEREN

- *Synergieën ontwikkelen met belangrijke stakeholders in de sport (bijvoorbeeld de fitnessbranche, nationale sportfederaties), die de toegang tot de doelgroep kunnen vergemakkelijken.*
- *Overleggen met nationale sportfederaties over het opnemen van antidopingeducatie in hun nationale leer- of opleidingsplannen voor coaches, instructeurs en trainers (bv. in het nationale programma voor permanente beroepsvorming voor coaches).*
- *Gebruikmaken van bestaande professionele netwerken (bv. trainersbonden of -verenigingen) om antidopingeducatie op grote schaal te promoten en te verspreiden en om meer coaches, instructeurs en trainers in de recreatieve sport aan te trekken.*
- *Antidopingambassadeurs' inzetten om antidopingeducatie te bevorderen bij de verschillende beroepsgroepen. Hierbij kan gebruik worden gemaakt van positieve ervaringen en getuigenissen*



van coaches, trainers of instructeurs die met succes antidopingeducatie hebben gevolgd, om zo de verwachte voordelen te benadrukken voor de professionele loopbaan en voor het verwerven van vaardigheden/kennis (bv. een reeks korte video's op websites of sociale media met 'levensverhalen').

- Antidopingeducatie zoveel mogelijk invoeren als verplichte arbeidsvoorwaarde voor recreatieve sportcoaches, -trainers en -instructeurs. Zo kan men antidopingeducatie opnemen in de functieomschrijving van potentiële werkgevers (bv. de fitnessbranche), in opleidingen op de werkplek voor coaches, trainers en instructeurs (als verplicht onderdeel), of in de beroepsnormen, afhankelijk van het regelgevingskader van elk land, district of regio.
- Samenwerken met overheidsinstellingen (bv. het ministerie van Onderwijs; sportautoriteiten) om antidopingeducatie te bevorderen als onderdeel van de standaardopleiding voor coaches, trainers en instructeurs in recreatieve sporten.
- Antidopingeducatie zoveel mogelijk opnemen in een breder puntengebaseerd systeem, waarbij het volgen van antidopingeducatie met punten wordt beloond.
- De kosten van antidopingeducatie eventueel laten subsidiëren door de werkgever (bv. nationale federaties, clubs, fitnessbranche), om deze educatie als 'betaald werk' aan te bieden voor relevante beroepsgroepen (bv. coaches, fitnesstrainers of sportinstructeurs).

Evaluatie van antidopingeducatie

Relevante vragen

- Hoe moeten de resultaten van antidopingeducatie voor recreatieve sporttrainers worden geëvalueerd? Welke maatstaven/indicatoren kan men gebruiken om te beoordelen of de leerdoelen zijn gehaald? Hoe vaak moeten coaches antidopingeducatie krijgen?

SPECIFIEKE RICHTSNOEREN

- Terwijl de NADO's instaan voor de coördinatie van het aanbod van antidopingeducatie, kunnen de opvolging en de evaluatie ervan worden uitgevoerd via strategische samenwerking en synergieën met lokale belanghebbenden in de sport en academici/onderzoekscentra/instellingen voor hoger onderwijs met relevante expertise.
- Een bredere evaluatie-aanpak overwegen, gaande van de beoordeling van het halen van de leerdoelstellingen en de relevantie van het educatie-aanbod tot bredere thema's die relevant zijn voor antidopingeducatie (bv. verandering van de houding ten aanzien van dopingbestrijding, verbetering van de zelfredzaamheid en het vermogen om doeltreffend met dopingsituaties om te gaan).
- Gebruikmaken van een gemengde methode die zowel kwantitatieve als kwalitatieve beoordelingen van de resultaten van antidopingeducatie omvat. De kwantitatieve evaluatie kan een weerspiegeling zijn van het subjectieve niveau van zelfredzaamheid/zelfvertrouwen van de cursisten om effectief om te gaan met dopingsituaties. De kwalitatieve evaluatie focust dan meer in het bijzonder op de mate waarin cursisten hun kennis, competentie en vaardigheden met betrekking tot een zuivere/dopingvrije sport hebben verbeterd (of niet) dankzij de antidopingeducatie.

-
- *Evaluatiemethoden over zowel korte als lange periodes invoeren om ook de langetermijn- of vertraagde effecten van antidopingeducatie te meten op de attitudes, zelfredzaamheid/zelfvertrouwen, vaardigheden en competentie van coaches, trainers en instructeurs.*
 - *Coaches, trainers en instructeurs evalueren om ervoor te zorgen dat zij in hun dagelijkse beroepspraktijk de hoofdbeginselen van antidopingeducatie in acht nemen. Dit is een belangrijke basis voor het vaststellen van goede praktijken op dit gebied.*



fair+

forum for anti-doping
in recreational sport

fair+

forum for anti-doping
in recreational sport



EuropeActive
Avenue des Arts 43
1040, Brussels
Belgium

www.europeactive.eu

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

