

3 Het ooit ondenkbare project van de sociaal-sportieve praktijk

Waarover sprak Molenbeek Rebels in het Kennisatelier?

Molenbeek Rebels is een basketbalploeg voor en door meisjes. Wat hen onderscheidt van traditionele sportclubs is dat ze niet alleen gericht zijn op sportief succes, maar vooral op empowerment. De club heeft als doel meisjes uit kwetsbare milieus te ondersteunen bij het ontdekken en ontwikkelen van hun potentieel, zodat ze sterke vrouwen kunnen worden. Dat doen ze door duurzaam engagement, gedragsverandering en verankering in de gemeenschap te bevorderen. De meisjes zijn niet alleen spelers in de club, maar ze runnen de club ook zelf.

Een stimulerende context om talent te ontwikkelen

Traditionele sportorganisaties hebben vaak beperkte inspraak voor hun leden, weinig transparantie en een gebrek aan diversiteit. Talenten blijven daardoor vaak verborgen en laat mature of verlegen kinderen hebben niet de kans om zich te ontwikkelen. Daardoor ontstaat er makkelijk een carrousel van spelers en coaches, elk op zoek naar een plek waar ze zich thuis kunnen voelen en hun talenten tot ontwikkeling kunnen laten komen.

De bottom-up aanpak van Molenbeek Rebels is een bewuste keuze. Ze hebben een duidelijke visie en kernwaarden geformuleerd, gebaseerd op de *Self-Determination Theory*. Autonomie, competentie, verbondenheid, rechtvaardigheid en gelijkheid staan centraal. Elke speler wordt gezien als waardevol en krijgt de mogelijkheid om een bijdrage te leveren binnen een context van gelijke ontwikkelingskansen. De meisjes ondersteunen elkaar, leren van elkaar en versterken elkaar. De clubstructuur is open en flexibel en past zich aan de deelnemers aan.

Maatwerk en methodieken

Molenbeek Rebels biedt individuele begeleiding aan meisjes, waarbij problemen worden gedetecteerd, open communicatie wordt gestimuleerd en vertrouwensrelaties worden opgebouwd. Talentidentificatie en -ontwikkeling spelen ook een belangrijke rol. Ze krijgen diverse mogelijkheden om met hun talenten aan de slag te gaan, via activiteiten, opleidingen en stages.

Om succesvol te zijn in hun doelstellingen, maakt Molenbeek Rebels gebruik van effectieve tools en methodieken.

1. *Peer teaching*, waarbij spelers van verschillende leeftijden van elkaar leren door elkaar te coachen, wordt toegepast binnen de club. Zelfs de jongste leden, vanaf 4 jaar, worden gestimuleerd om te leren door middel van spelen, na te denken over teamrollen en participatie.
2. Verwachtingen afstemmen en bespreken zorgt voor duidelijkheid en betrokkenheid. Dit voorkomt veronderstellingen en creëert betrokkenheid van alle deelnemers.
3. Regelmatige evaluatie is van groot belang om inzicht te krijgen in de belevingswereld van de deelnemers en hun welbevinden. De meisjes leren zo bovendien te spreken en discussiëren over hun zelfbeeld, teamdynamiek en de relatie tussen spelers en coaches.

4. Elke speler krijgt één of meerdere keren de kans om de rol van kapitein op zich te nemen, waardoor kwaliteiten en leiderschap worden benadrukt. Dit doorbreekt het traditionele overwicht van de sterkste speler. Het benadrukt dat kwaliteiten niet altijd zichtbaar zijn en de spelers leren keuzes te motiveren en verantwoordelijkheid te nemen.
5. Teams stellen hun eigen ploegreglement op om eigenaarschap en gelijkheid te stimuleren. Ze zijn ook verantwoordelijk voor de naleving van het reglement. Het creëert een omgeving van transparantie en rechtvaardigheid, waar gelijkheid en rechtvaardig oordelen worden gestimuleerd.
6. Leden leren op een speelse en interactieve manier na te denken en te spreken over verschillende onderwerpen. Het spelelement creëert openheid om sterke en zwakke punten te benoemen.

Een positieve omgeving levert sterke resultaten

De methodieken hebben een positief effect op de ploeg. Het aantal deelnemers blijft stijgen, wat zelfs heeft geleid tot een wachtlijst. Het percentage voortijdige uitval is lager dan 5%, wat getuigt van sterke betrokkenheid en ledenbinding. Een opmerkelijke ontwikkeling is het hoge percentage vrijwilligers dat voortkomt uit de eigen jeugd (95%), wat aangeeft dat jongeren zich graag inzetten voor de organisatie. Betrokkenheid van deelnemers ouder dan 12 jaar bij de activiteiten is gestegen naar 65%. Er is een hoog percentage coaches dat gediplomeerd is en vaak ook andere relevante opleidingen heeft gevolgd, zoals (hoofd)animator. Dit zorgt ervoor dat er niet enkel een positieve trend is op het gebied van persoonlijk welbevinden, maar ook op vlak van sportieve prestaties en kwaliteit.

! Een tip: Een duurzame gedragsverandering binnen een specifieke context gaat een leven lang mee. Als de spelers leren reflecteren en spreken over zichzelf, hun sterke en zwakke punten dan nemen ze dat mee naar hun context en kunnen ze ook daar verandering teweeg brengen.