

Het geheim van **Thaiboksschool**  
**Oude Westen**



# THAIBOXING



# OUDE WESTEN

Voorwoord	2
Inleiding	3
Interview met Khalid Chennouf	4
Hoe het begon	10
Het concept	12
Kiezen voor het aanbieden van een vechtsport	12
Geen geweld buiten de deur	13
Regulatie van kracht en agressie tijdens de training	14
Pedagogisch verantwoord trainen	15
Talenten en ambities ontdekken en stimuleren	18
Thaiboksschool maakt deel uit van de wijk(aanpak)	21
Thaiboksen voor jongens en voor meisjes	24
Betrekken van ouders	25
Inspiratie van Khalid Chennouf	28
Wat is Thaiboksen?	31
Het imago van thaiboksen	32
Fight Right Keurmerk	33
Hersenbeschadiging	33

# Voorwoord

Mijn rechterbeen zwaait hoog op, met een harde klap landt mijn scheenbeen op het stootkussen dat Khalid omhoog houdt. De mensen in de zaal schrikken. Dan is het de beurt aan Soraya die uithaalt met haar linkerhand. Vervolgens staat Fidae haar mannetje. De ooh's en aaah's vliegen door de lucht. We geven een demonstratie thaiboksen in het Marokkaanse consulaat, het is Internationale Vrouwendag.

Ik hoor u denken: thaiboksen, dat is toch de sport van Badr Hari? De vechtsporter die wordt verdacht van een serie mishandelingen. Gelukkig is die sport niet zijn eigendom, maar hij heeft er wel een heel negatief etiket opgeplakt.

Dit boekje gaat over Thaiboksschool Oude Westen, onze thaiboksschool. De vakken op deze school zijn discipline, respect en zelfbeheersing. Het gereedschap dat wordt gebruikt is thaiboksen. Hier leren kinderen om te vechten met zichzelf en voor hun toekomst. Door hard te werken en door goed voor elkaar te zorgen.

De meester is Khalid Chennouf. Hij is streng, hij is veeleisend, hij is een vakman, hij houdt van mensen. Hij betekent veel voor de kinderen en jongeren in het Oude Westen, maar ook voor de ondernemers, politieagenten, welzijnswerkers en voor politici. Dit boekje is een kennismaking met Khalid en zijn manier van werken. Geniet ervan en leer ervan, en als u de smaak te pakken hebt, kom dan een keer meetrainen om deze bijzondere werkwijze aan den lijve te ondervinden.



*Marjolijn Masselink*

Portefeuillehouder Welzijn en Financiën,  
deelgemeente Rotterdam Centrum

# Inleiding

Twee jongetjes van vijf jaar oefenen met elkaar verschillende thaibokscombinaties. Een van de twee geeft de ander per ongeluk een klap tegen het hoofd. Het jongetje dat de klap kreeg, begint te huilen. De ander slaat een arm om hem heen en gearmd lopen zij naar thaibokstrainer Khalid Chennouf. Het jongetje dat de klap uitdeelde, vertelt – terwijl hij bedremmeld naar beneden kijkt – aan de *meester* wat er gebeurd is. Khalid kijkt heel boos en hij verheft zijn stem als hij op heel duidelijke toon zegt dat *per ongeluk* niet bestaat in het thaiboksen. Iemand ‘per ongeluk’ in het gezicht slaan, kan niet en mag *nóóit* gebeuren. Thaiboksen gaat over controle, over het beheersen van emoties en beweging. Het jongetje dat de klap uitdeelde, moet zich tien keer opdrukken. Daarna is het akkiefietje over en gaan de jochies verder met het oefenen van de combinaties. Khalid staat er vertederd naar te kijken.

Het is een warme zomeravond als we in thaiboksschool Oude Westen in Rotterdam zijn om te praten met thaibokstrainer Khalid Chennouf. Hoewel de kranten vol staan met negatieve verhalen over thaiboksen en kickboksen, wordt thaiboksschool Oude Westen met trainer Khalid Chennouf door veel kinderen, jongeren, ouders, ondernemers, wijkagenten, jongerenwerkers, beleidsmakers en politici op handen gedragen. Zij zijn ervan overtuigd dat de thaiboksschool een positieve invloed heeft op de ontwikkeling van de kinderen en jongeren in het Oude Westen. Met dit boekje willen we laten zien wat deze thaiboksschool zo bijzonder maakt. We willen demonstreren hoe je, in plaats van de sport aan banden te leggen, vechtsporten als thaiboksen of kickboksen, onderdeel kunt maken van een bredere aanpak in de wijk. Concrete tips en adviezen helpen u daarbij op weg.

# Interview met Khalid Chennouf

Door: Hans Maas



Type op Google de naam Khalid Chennouf in. Een schoppartij tussen Badr Hari en Khalid knalt tevoorschijn op YouTube. ‘Nee broeder, daar wil ik het niet over hebben,’ zegt de Marokkaanse trainer resoluut in zijn Thaiboksschool aan de Josephstraat. Als interviewer sta ik meteen met hem in de ring, een verbale ring.



*Sorry hoor, maar een boekje maken over de beroemde Thaiboksschool van Khalid Chennouf in het Oude Westen zonder de naam van Badr Hari te mogen laten vallen, is zoiets als een boekje maken over Feyenoord met een verbod Willem van Hanegem te noemen.*

Dat filmpje was een grapje van Badr. Het was een cadeautje voor mijn laatste verjaardag. Ik ga niet zeggen dat ik er niet blij mee ben, dat doe je niet bij een cadeau.

*Laatste verjaardag? Hoe oud? En...*

Ook niet zo belangrijk, 48, als je het weten wilt, maar over Badr Hari, dat moet niet in een boekje over mij of mijn school. Dat is te negatief.

*Over een andere boeg dan. Er zijn meer beroemde Nederlandse K1-fighters, die niet negatief in het nieuws komen, zelfs gewoon sympathiek zijn, maar wel met hun knieën of hoge voeten een tegenstander naar het canvas jagen. Ik noem Sem Schilt, een vriendelijke ouwe reus, Peter Aerts, een gentleman maar niet in de ring, Remy Bonjaski, Rico Verhoeven...*

Ik ken ze allemaal, ik zat in de kleedkamer als ze de ring in moesten. Daar bleef ik en at chocolaatjes. Mij interesseerde het niet wie de rake klap gaf. Laten we het hebben over al die jochies die geen kampioen in de ring worden, maar toch kunnen slagen. Als ik er duizend krijg, kunnen er vijf misschien professional worden. Dan blijven er 995 over waarin ook succes zit. En zelfs die vijf van de duizend die het lukt om wedstrijdporter te worden, kunnen maar een paar jaar geld verdienen. De meesten worden later uitsmijter bij een discotheek. Of ze beginnen een sportschool.

*Elk jochie van tien droomt er toch van om profvoetballer te worden, of Mohammed Ali?*

Wat geeft een profvoetballer nu aan de maatschappij? Je bent nuttiger als je bij de Roteb gaat werken. Het is met voetbal hetzelfde verhaal. Van de duizend maken er maar vijf een kans. Geeft niet, als ze maar alle duizend proberen hun diploma's te halen.

*Voetbalwedstrijden worden heel soms verboden voor uit-publiek, maar vechtsportgala's mogen in Amsterdam niet meer worden gehouden. Er zouden alleen maar criminelen in de zaal zitten.*

Ik weet het niet, ik ga er niet meer naar toe. Gek is het wel hoor, dat verbod. Alsof er in die VIP-boxen in een stadion nooit een foute deal wordt gesloten, alsof er in of rond het voetbal geen zwart geld bestaat.





Khalid Chennouf is een held in het Oude Westen. Als ex-wereldkampioen kickboksen, haalt hij sinds 2008 moeilijk hanteerbare gassies van de straat in Rotterdam, maar dat is slechts het halve verhaal, om niet te zeggen alleen maar het begin van het verhaal. O ja, hij traint ook raakchoppers, eentje werd in 2010 zelfs wereldkampioen kickboksen in zijn categorie van vijftienjarigen (Zakaria Zougharry). Maar Khalid Chennouf traint vooral die, zeg maar, 995 anderen, en ook meisjes, en ouders, en een voorhoede van betrokken wijkbewoners, van politieagenten tot bestuurders. Ze zeggen allemaal: 'Wat een gozer, joh!'

### *Wat is je methode?*

Respect en discipline, daar gaat het om. Ik geef ze zelfvertrouwen, en wakker hun ambitie, hun eerzucht aan, ze moeten iets willen betekenen voor hun familie, de straat, de school, het Oude Westen, de stad, voor Nederland. Nee, nee, dat is niet hoogdravend, dat is terug naar je basis, naar je mogelijkheden. Dat begint met groeten, met een hand geven en eerbied hebben. Ik leer ze zichzelf veilig te voelen. En als ze zich veilig voelen, kunnen ze het ook voor anderen veiliger maken.

### *Maar dan komen ze terug op straat en worden ze geronseld voor de jihad in Syrië of moeten ze drugs gaan rondbrengen op een scootertje.*

Tuurlijk, het zijn gevoelige pubers vol hormonen. Dat is wat dreigt. Ze krijgen geld of een mooie telefoon van die extremisten. Of ze denken dat ze stoer zijn als ze tussen criminelen op de hoek van de straat gaan staan. Maar als ik ze eenmaal binnen heb gehad en heb uitgelegd dat ze kampioen van de maatschappij kunnen worden en ze gaan toch weer terug naar die foute gasten...? Als ik dat zie, komen ze er bij mij niet meer in.

### *Sorry, maar ik snap het nog niet helemaal. Jongetjes vechten graag, zelf ben ik behalve van K1 op Eurosport, een fan van martial arts films. Dat is puur ballet, man.*

Adem, het is adem. Dat been omhoog is iets extra's. Je slaat niet gewoon rechtdoor, maar je doet iets wat heel bijzonder is, iets wat losmaakt. Als je kijkt naar een zwevend, schoppend, hoog been, denk je: Wow, wat een ruimte.

Terug naar het Oude Westen, naar de Thaiboksschool aan de achterkant van de oude bibliotheek in het Gaffeltje. Drie keer per week trainen de jongens die ondanks Khalid's verhaal het profcircuit in willen. Dat is maar een schijntje van wat er nog meer gebeurt. Een vierjarige duikt onder schuimrubber staven door en kijkt vragend naar de belendende ruimte waar zijn vader toekijkt. Trotse blik terug.

Het begint steeds meer te lukken om ook ouders naar binnen te krijgen. Vroeger zaten ze alleen maar in het theehuis. Nu komen ze kijken naar hun kinderen. Nee, dat voelen de kinderen niet als pottenkijken, ze voelen het als aandacht, het is waardering.

*Mogen ze elkaar raken tijdens de trainingen? De Evangelische Omroep zond een documentaire uit waarin je zag dat kinderen op een kickboks school elkaar bewusteloos sloegen.*

Er zijn geen foute leerlingen! Er zijn wel foute leraren. Een foute leraar geeft met het kickboksen een wapen aan de leerlingen. Ik leer ze juist zichzelf te beheersen. Kijk naar Japan. Daar ben ik vijf keer geweest. Er wordt nooit gevochten op straat en niemand is kampioen, want iedereen is kampioen. Ze doen allemaal aan vechtsport. Daardoor zijn ze zo gedisciplineerd. Japanners hebben een schoon lichaam, een schoon hart en een schone geest, ze werken allemaal keihard voor hun land.

In het vechtklasje mogen ze elkaar wel raken, maar met grenzen, niet in het gezicht bijvoorbeeld! In alle andere trainingen leer ik ze alleen maar combinaties.

*En als ze elkaar dan toch raken moeten ze zich voor straf twintig keer opdrukken.*

Nee, niet opdrukken, dat is gevaarlijk voor kleine kinderen. Als ze wat ouder zijn, is opdrukken wel goed. Straf is soms nodig, ook als ze op school iets hebben uitgevreten, of thuis ruzie hebben gemaakt, spreek ik ze natuurlijk ook aan. Maar heel streng straffen is niet mijn methode, hoor. Stimuleren, dat is mijn recept. Ik vraag ze wat ze later willen worden. Nou, de ene wil bij de brandweer, de ander wil dokter worden, de derde politiemans. Dat kan allemaal, zeg ik dan, als je maar hard werkt, hier en op school.

*Waarom geef je geen karate? Daar schijn je ook heel erg goed in te zijn.*

Ik ben derde dan karate. Dat is echt een pracht sport. Je bent niet met een tegenstander bezig, maar alleen maar met jezelf, met het ontwikkelen van je discipline en je concentratie. Helaas is het niet populair in Nederland. Vergelijk het maar met klassieke muziek. Karate is de klassieke muziek van de vechtsporten. Maar wie houdt nu van klassieke muziek, wie heeft er geduld voor? Het moet allemaal snel, snel, snel tegenwoordig. Een liedje mag niet langer dan drie minuten duren.

*Moet je Marokkaanse jongens nog wel zelfvertrouwen geven? Die liggen in de wieg toch al op een voetstuk? Marokkaanse meisjes doen het veel beter op school en in de maatschappij.*

Meisjes doen het beter, omdat ze iets willen bewijzen. Maar ze willen het wel bewijzen voor de jongens. En ze willen zichzelf beschermen. In Marokko is het anders, hoor. Daar halen de jongens wel diploma's en gaan ze aan het werk. Hier is het te gemakkelijk om een uitkering te krijgen.

*Heb je geen last van de crisis? Fitnesscentra klagen over leegloop, mensen kunnen het niet meer betalen.*

Ik heb ditzelfde werk vijf jaar in Frankrijk gedaan. Dat moest ik van mijn eigen geld doen. Hier betaalt de overheid mee. De mensen betalen 15 euro per maand, dat is 50 cent per dag. Dat is geen geld. Nederland heeft een fantastische overheid.

Khalid Chennouf wordt 'meester' genoemd door zijn leerlingen. Zoals hij zijn oude leraar in Marokko, Elbah Ahmed, ook nog steeds 'meester' noemt.

Van hem heb ik alles geleerd. Ook om altijd vrolijk te zijn, altijd te lachen.

*Lukt dat nog na je heupoperatie?*

Gaat goed, gaat goed. Geef me een jaar de tijd, dan zwaai ik met mijn nieuwe heup mijn been weer net zo hoog op als vroeger.

# Hoe het begon

Het Oude Westen is een wijk in Rotterdam die grenst aan de binnenstad. In de wijk zijn twee belangrijke straten: de West-Kruiskade is bekend vanwege de winkels die producten verkopen uit bijna de hele wereld, de Nieuwe Binnenweg is bekend door de vele cafés, restaurants, hippe winkeltjes, coffeeshops en uitgaansgelegenheden. In het Oude Westen wonen mensen van bijna honderd nationaliteiten. De wijk staat bekend om z'n gezelligheid en bedrijvigheid, maar wordt of werd ook gezien als onveilig, met veel criminaliteit. In de jaren '90 steeg de criminaliteit sterk. Toen was het Oude Westen een van de meest onveilige wijken in Nederland. Harddrugsgebruikers, dealers, criminelen en intimiderende hangjongeren waren de baas op straat. De laatste jaren wordt de wijk veiliger, zowel in objectieve zin als qua beleving door de bewoners.

Thaiboksschool Oude Westen werd in 2002 geopend. De school bestond uit een klein zaaltje achter een café. Volwassenen en jongens die thaibokswedstrijden deden, traiden er. Er traiden nog geen kinderen. Tegelijkertijd zagen actieve en betrokken ondernemers in het Oude Westen dat jonge kinderen in de wijk weinig perspectief hadden. Kinderen werden volgens hen niet uitgedaagd en niet gestimuleerd hun talenten en kwaliteiten te ontdekken en te ontwikkelen.

In 2004 was de Marokkaanse oud-wereldkampioen karate en thaiboks-trainer Khalid Chennouf tijdelijk in het Oude Westen om bij een Marokkaans-Nederlandse uitwisseling jongeren te trainen in het thaiboksen. Het viel de ondernemers in de wijk op hoe goed deze Khalid Chennouf om kon gaan met lastige kinderen (vaak van Marokkaanse komaf). Hij daagde de kinderen uit zichzelf te ontwikkelen in het thaiboksen. De kinderen hadden plezier in de sport en waren trots op zichzelf. Khalid had het beste voor met de kinderen, maar was ook duidelijk, streng en consequent. Dat hij oud-kampioen was, gaf hem veel gezag bij de jeugd. De ondernemers in de wijk verenigden zich in de stichting 'Vrienden van de thaiboksschool', om het, met eenmalige financiering vanuit een fonds, mogelijk te maken om Khalid Chennouf als thaibokstrainer aan te stellen.



De vrienden van de Thaiboksschool. Van links naar rechts Aart van Boeijen, Richard de Boer, Ron van Gelder.

Tussen 2004 en 2009 heeft Khalid Chennouf in dienst van Stichting Jong op wisselende locaties in het Oude Westen thaibokstrainingen gegeven. Sinds 2009 is de thaiboksschool gehuisvest in het pand 'de Gaffel'. Daar traint Khalid Chennouf inmiddels niet alleen kinderen en jongeren, maar ook ouders, wijkagenten, jongerenwerkers, beleidsmakers en politici en maakt de thaiboksschool deel uit van een brede wijkaanpak.



# Het concept

De thaiboksschool Oude Westen is geen tovermiddel waarmee jongeren die eerst op straat rondhingen en rottigheid uithaalden, door te thaiboksen veranderen in de lieverdjes van de wijk, die naar school gaan en werken. Toch levert het schooltje wél een belangrijke bijdrage aan de persoonlijke ontwikkeling van veel jongeren. Het gaat om de combinatie van verschillende factoren die maken dat het thaiboksen op veel jongens en ook meisjes in de wijk een positieve invloed heeft.

## Kiezen voor het aanbieden van een vechtsport

Vechtsporten zoals kickboksen en thaiboksen zijn vaak in het nieuws, maar meestal niet in positieve zin. Toch zijn er ook redenen om juist wel te kiezen voor het aanbieden van een vechtsport zoals thaiboksen of kickboksen.

Na voetbal, zwemmen en hockey zijn vechtsporten zoals kickboksen en thaiboksen het meest populair onder jongeren van twaalf tot zestien jaar (Volkskrant, 16 juli 2012). Vechtsport wordt door jongeren gezien als een 'stoere' sport, wat deelname aan de sport een goed alternatief maakt voor hangen op straat. Met vechtsport is daardoor een doelgroep te bereiken, die met het aanbieden van een andere sport niet bereikt wordt.

Thaiboksen is daarnaast een zeer intensieve sport, waarbij het hele lichaam getraind wordt. Vechtsporters geven vaker dan andere sporters aan dat ze meer zelfvertrouwen hebben gekregen, zich prettiger voelen, meer discipline hebben en meer respect hebben voor anderen. Zij voelen zich fysiek sterker dan andere sporters en zij voelen zich in vergelijking met andere sporters veiliger op straat. Daarnaast geven vechtsporters ook vaker dan andere sporters aan dat ze sociaal gedrag leren, zoals op tijd komen en afspraken nakomen. Vechtsporters zeggen dat ze doelen hebben leren stellen, waar ze ook op school veel aan hebben (Elling, A. & Wisse, E. (2010)..

In vechtsport is (etnische) afkomst ondergeschikt aan de sport. Doordat veel eigenaren van vechtsportscholen van allochtone afkomst zijn, draagt de sport bij aan intercultureel ondernemerschap. Deze ondernemers zijn goede voorbeelden voor de jongeren, die vaak weinig positieve rol-

modellen in hun omgeving hebben. Veel vechtsporttrainers zijn ook buiten de vechtsport betrokken bij het welzijn van 'hun' jeugdigen. Zij voelen zich medeverantwoordelijk voor hun persoonlijke ontwikkeling. Dit maakt ook dat de vechtsportschool voor veel jongeren een veilige thuishaven is. In veel gevallen zelfs meer dan school of thuis (Elling, A. & Wisse, E. (2010).

### **Kies voor het aanbieden van vechtsport, omdat:**

- Je een doelgroep kunt bereiken die moeilijk met andere sporten bereikt wordt (hangjongeren).
- Vechtsport een zeer intensieve sport is waarbij het hele lichaam in beweging is.
- Vechtsport vergroot het zelfvertrouwen, discipline en respect voor anderen.
- Door vechtsport leren jongeren sociaal gedrag zoals op tijd komen en afspraken nakomen.
- Door vechtsport leren jongeren doelen stellen, wat bijv. ook wordt toegepast op school.
- Vechtsport draagt bij aan intercultureel ondernemerschap, doordat veel eigenaren van allochtone afkomst zijn.
- Vechtsport eigenaren zijn vaak goede voorbeelden voor jongeren .
- Veel vechtsporttrainers zijn ook buiten de vechtsport betrokken en voelen zich medeverantwoordelijk voor de persoonlijke ontwikkeling van de jeugdigen.
- De vechtsportschool is voor veel jongeren een veilige thuishaven, zelfs meer dan school of thuis.

## **Geen geweld buiten de deur**

De meeste vechtsporters willen niet op straat vechten. Dat betekent niet, dat ze daartoe niet in de verleiding komen. Jongeren die vechtsport beoefenen, worden vaker uitgedaagd te vechten. Uit onderzoek blijkt dat veel jongeren door vechtsporttrainingen leren, hun agressie te beheersen en de verleidingen van de straat te weerstaan. Jongeren leren dat vooral, wanneer de sportschool zeer strenge regels hanteert over het buiten de sportschool toepassen van de geleerde technieken. Het is belangrijk dat de trainer toeziet op de handhaving van deze regels en sancties oplegt wanneer deze worden overschreden.

Een voorwaarde om te trainen in thaiboksschool Oude Westen is dat een kind of een jongere zijn best doet op school en zich goed gedraagt op straat, op school en thuis. Doordat thaibokstrainer Khalid Chennouf intensief contact onderhoudt met de professionals in de wijk, met ouders en met ondernemers, krijgt Khalid informatie over het gedrag van jeugdigen buiten de sportschool. Wanneer Khalid verneemt dat een jeugdige zich misdragen heeft, is hij niet welkom om te trainen, totdat hij zijn gedrag verbeterd heeft.

### Tips:

- Verbied het toepassen van enige vorm van geweld buiten de sportschool.
- Stel voorwaarden aan jeugdigen ten aanzien van hun gedrag thuis, op school en in de wijk.
- Onderhoud intensief contact met professionals, ouders, ondernemers en andere partners in de wijk om op de hoogte te zijn van het gedrag van jeugdigen.
- Pas sancties toe wanneer jeugdigen zich misdragen buiten de sportschool.
- Blijf de jeugdige verbinden met de sportschool, sluit hem in en niet uit. Dan alleen kan je werken aan gedragsverandering.

## Regulatie van kracht en agressie tijdens de training

Op de ramen van thaiboksschool Oude Westen staan drie woorden groot afgedrukt: Discipline, Respect en Zelfbeheersing. Kinderen mogen elkaar nooit in het gezicht raken, gebeurt dit toch, dan zijn er sancties. Tijdens het sparren wordt géén kracht gebruikt. Dit houdt in dat kinderen de combinaties die ze leren met elkaar oefenen, maar zonder extra kracht te gebruiken. Trainer Khalid Chennouf gebruikt tijdens trainingen ballonnen of schuimrubberen stokken, zodat kinderen de thaibokstechniek oefenen, zonder gebruik te maken van kracht of geweld. Pas wanneer jeugdigen de combinaties technisch goed beheersen en controle hebben over de bewegingen, wordt gebruik gemaakt van kracht.

---

*'Ik ben bij een andere thaiboksschool wezen kijken. De kinderen waren heel veel oefeningen aan het doen, opdrukken en dergelijke. Maar ik zag niets van het spelelement dat Khalid veel toepast. Khalid gebruikt vaak lange rubberen stangen. Daar moeten kinderen overheen springen, voor bukken, enzovoorts. Allerlei oefeningen waarbij je niet hoeft te slaan. Bijna Chinese Tai Chi. Dat vind ik heel mooi, dat hij dat soort dingen verzint.'*

Han Paulides, programmaleider Stichting Radar Wmo diensten

---

### Tips:

- Sta niet toe dat jeugdigen elkaar in het gezicht raken, ook niet wanneer dit per ongeluk gebeurt. Het gaat erom dat jeugdigen controle leren ontwikkelen.
- Ontwikkel trainingsmateriaal waarbij jeugdigen thaibokscombinaties kunnen trainen, zonder hierbij kracht te hoeven toepassen. Denk aan het gebruik van materiaal als balonnen of schuimrubberen 'stokken'.

## Pedagogisch verantwoord trainen

Niet alle sportscholen gaan op een pedagogisch verantwoorde wijze om met vechtsport voor jeugdigen. Er zijn grote verschillen in benaderingswijze. Hoe thaiboksen het gedrag van jongeren beïnvloedt, wordt bepaald door een combinatie van veel factoren. Van invloed zijn onder meer de motieven van jongeren om aan vechtsport te doen (bijvoorbeeld om agressie te leren reguleren, als gezonde en leuke sport of om beter te leren vechten) en de insteek van specifieke trainers. Wat in ieder geval duidelijk is, is dat de trainer een cruciale rol speelt in de manier waarop vechtsport bijdraagt aan de ontwikkeling van jonge sporters (Cox; aangehaald in Vertonghen, Theeboom & Cloes, 2012). Zeker bij een vechtsport als thaiboksen wordt van een trainer niet alleen gevraagd dat hij goed is in de sport zelf (techniek), de trainer dient ook verstand te hebben van wat sport met het lichaam doet in de verschillende leeftijdsfasen. Daarnaast is het van belang dat de trainer beschikt over pedagogische vaardigheden om te kunnen schipperen tussen enerzijds jeugdigen de ruimte geven zich te ontwikkelen en anderzijds grenzen stellen en consequent zijn.

Het meest voorkomende onderscheid in de manier van lesgeven dat wordt gemaakt, is het verschil tussen wat genoemd wordt de 'traditionele' stijl en de 'moderne' stijl.

## Traditionele stijl

In de traditionele stijl streeft de trainer ernaar een bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van het kind of de jongere. Het opleiden tot een goede vechtsporter is hieraan ondergeschikt. Trainers leggen de focus op het aanleren van respect, bescheidenheid, vertrouwen, verantwoordelijkheid, eerlijkheid, volharding en zelfbeheersing. Khalid Chennouf hanteert in het Oude Westen een traditionele trainingsstijl. Zelf opgegroeid met de meer traditionele vechtsport karate, legt Khalid tijdens zijn trainingen de focus op leren luisteren, op tijd komen, respect tonen, contact maken, gedag zeggen, beleefd zijn, hard werken en doorzetten. Als kinderen bij Khalid trainen legt hij uit dat thaiboksen sport is waarmee je carrière moet maken. Het is belangrijk een diploma te halen, omdat dat meer zekerheid biedt dan een thaiboks carrière.

Leraren in de traditionele stijl verdelen hun leerlingen bijna nooit in groepen op basis van hun vaardigheden. Beginners, gevorderden, jong en oud trainen allemaal samen. Traditionele trainers willen hiermee het belang van samenwerken, elkaar helpen en van elkaar leren benadrukken (Vertonghen, Theeboom & Cloes, 2012). Ook Khalid traint in gemengde groepen. Jonge kinderen trainen samen met jong volwassenen en ook jongens en meisjes trainen samen. Belangrijk is dat kinderen en jongeren elkaar leren helpen en leren rekening te houden met de ander. Bij sparringsoefeningen voert een van de twee de techniek uit, terwijl de ander zich oefent in verdedigingstechniek. Van vechten is geen sprake. Khalid laat bij sparringsoefeningen kinderen die ruzie met elkaar hebben, samen sparren. Tijdens de training zijn ze op elkaar aangewezen en worden ze in de positie gezet van elkaar te leren. Ze hebben elkaar nodig en moeten samenwerken om te kunnen trainen. Op deze manier komen ze dichterbij elkaar. Dat heeft ook effect op hoe de kinderen daarna op straat met elkaar omgaan.

De agressiviteit van leerlingen die traditioneel getraind zijn neemt af naarmate zij langer thaiboksen en een hoger niveau bereiken (Nosanchuk & MacNeil, 1989). Jonge vechtsporters geven zelf aan dat het beoefenen van vechtsporten, waaronder thaiboksen, agressie regulerend werkt. In deze trainingsstijl leren zij hun energie en agressie te kanaliseren en niet





in te gaan op uitdagingen van anderen, waardoor ze zich rustiger voelen. Ze geven vaker aan dat ze negatief staan tegenover het gebruik van geweld op straat (Elling & Wisse, 2010).

## Moderne stijl

Naast de traditionele stijl, die gehanteerd wordt in Thaiboksschool Oude Westen, bestaat er ook een moderne stijl. In de moderne stijl hebben de leraren als belangrijkste doel de leerlingen sterker te maken en zich fysiek te ontwikkelen. De focus van de training ligt op het aanleren van technieken en tactieken om wedstrijden te winnen. De leerlingen worden in groepen verdeeld op basis van hun competenties. De leraren moderne stijl redeneren dat de leerlingen zich sneller ontwikkelen wanneer zij sparren met een 'geduchte tegenstander'. De leraren zien sparren als een soort freefight. Ze gebruiken het ter voorbereiding op een wedstrijd-gevecht en dragen hun leerlingen op de technieken te oefenen en de zwaktes van hun tegenstander te ontdekken. De moderne leraren gebruiken lichamelijke straffen, die hard zijn zoals het vechten tegen een sterkere tegenstander. (Vertonghen, Theeboom & Cloes, 2012). Bij jonge thaiboksers die trainen volgens de moderne stijl, neemt de agressiviteit toe naarmate zij langer thaiboksen en beter worden in het

thaiboksen (Nosanchuk&MacNeil, 1989). Jongens die door een moderne leraar worden getraind, hebben een grotere neiging tot crimineel gedrag, laten een toename in agressiviteit zien en een afname in sociaal vermogen en zelfverzekerdheid (Lakes&Hoyt, 2004).

### Tips:

- Zie de vechtsport als een middel om een bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van de jeugdige. De vechtsport is hieraan ondergeschikt.
- De trainer dient zowel technisch vaardig te zijn en moet de techniek over kunnen brengen op jeugdigen, maar daarnaast dient de trainer ook kennis te hebben over het effect van sport op de gezondheid en dient de trainer pedagogisch vaardig te zijn.
- Focus in trainingen niet op vechtsport technieken, maar op het aanleren van respect, bescheidenheid, vertrouwen, verantwoordelijkheid, eerlijkheid, volharding en zelfbeheersing.
- Train in gemengde groepen van beginners, gevorderden, jong en oud, jongens en meisjes.

## Talenten en ambities ontdekken en stimuleren

Uit onderzoek blijkt dat veel jonge vechtsporters de verleidingen van de straat weerstaan en andere keuzes maken, wanneer ze maatschappelijke capaciteiten en ambities hebben, die gestimuleerd worden door hun ouders en hun (thaiboks)trainer. De trainer van thaiboksschool Oude Westen is altijd op zoek naar talenten en kwaliteiten van zijn leerlingen. Een jongen die heel goed is in breakdancen, wordt steeds gevraagd zijn kunsten te vertonen aan bezoekers van de thaiboksschool. Khalid vertelt met trots over zijn leerling die studeert. Maar ook door het thaiboksen leren kinderen dat zij plezier kunnen hebben in een activiteit en hier door te oefenen, beter in worden. Khalid legt in zijn trainingen steeds de verbinding tussen wat kinderen in de training leren en wat dat betekent voor hun leven nu en in de toekomst. De verschillende functies in de maatschappij vragen om specifiek gedrag en denkvermogen. Khalid probeert dit de kinderen tijdens de training te leren. Zo zal de één terecht komen in een leidinggevende functie, waarin van hem verwacht wordt het grote geheel te overzien, beslissingen te nemen en oplossingen te bedenken. De ander zal een functie krijgen waarbij hij of zij zal moeten uitvoeren wat de werkgever van hem of haar vraagt.



Fidae El Hafiane, 16 jaar

Fidae is drie jaar geleden begonnen met trainen bij Khalid doordat haar broertje Ouail daar al trainde. Ze deed daarvoor aan voetbal en is daarmee gestopt omdat het thaiboksen bij Khalid haar leuker leek. Het trok haar vanwege het intensieve trainen, de techniek en vooral ook vanwege Khalid zelf.

‘Khalid staat altijd voor je klaar, hij is open, hij leert heel graag dingen aan mensen en voedt kinderen op. Hij is als een vader, oom, broer en vriend voor alle jongeren die daar boksen.’

‘Als je bij Khalid komt trainen moet je je eerst bewijzen tegenover hem. Hij wil zien dat je serieus en gemotiveerd bent en dat je je best doet. Als je dat eenmaal hebt laten zien dan geeft hij je alles wat hij kan geven.’

‘Je mag fouten maken van Khalid, maar er is natuurlijk wel een grens met fout gedrag vertonen. Als je keer op keer de fout in gaat en er niet van leert, dan houdt het op. De meeste jongeren hebben veel respect voor Khalid, zij flikken het niet om herhaaldelijk fout gedrag te vertonen. Ze hebben zoveel respect voor Khalid omdat hij zoveel voor de buurt betekent. Dat heeft iedereen heel goed door.’

‘Het belangrijkste van alles is dat we weten dat Khalid echt om ons geeft. Hij doet heel erg zijn best voor ons en daarom zijn wij gemotiveerd om ons best te doen, nemen wij dingen van hem aan en zetten we ons ook in voor hem en de buurt. Als ik kan, help ik Khalid met het trainen van de kinderen, maak ik schoon of breng ik eten bij hem langs wat mijn moeder heeft gekookt. Dat vindt Khalid fijn want hij doet alles alleen en dat verlicht hem ook een beetje. Hij moet goed voor zichzelf zorgen.’

*Khalid verdeelt de kinderen in groepjes van drie. Eén van hen krijgt de rol van werkgever toebedeeld, de andere twee de rol van werknemer. De werkgever bedenkt de thaiboks-combinaties. Met deze opdracht stimuleert Khalid het zelfstandig denken en ontwikkelen van de jeugdige. De rol van de werknemer is juist te luisteren naar wat de werkgever van hem vraagt en dit vervolgens uit te voeren.*

Naast de Thaibokstrainingen organiseert Khalid activiteiten om kinderen de betekenis en waarde te leren van maatschappelijke organisaties, zoals de politie, brandweer en politiek. Samen met de politie heeft Khalid een speurtocht georganiseerd door de wijk om te laten zien wat de politie doet. Ook is hij met een groepje naar een afvalverwerkingsbedrijf geweest.

---

*‘Wij zijn met een groepje naar het stadhuis geweest. Toen we in de kamer van de burgemeester zaten, ging een jongetje op de stoel van Aboutaleb zitten. Ik vroeg hem: “En hoe zit de stoel?” Hij antwoordde: “Lekker zacht!”. “Ja, lekker zacht hè?” zei ik toen. “Door heel hard te werken heeft de burgemeester die zachte stoel verdiend!”*

**Khalid Chennouf**

---

Het gaat Khalid erom dat kinderen zien dat ze met hard werken iets kunnen bereiken. In de wijk zijn veel voorbeelden van mensen die geen werk hebben of bijvoorbeeld veel schulden hebben. Voor kinderen is het goed om te zien dat het ook anders kan.

### **Tips:**

- Stimuleer kwaliteiten en ambities van jeugdigen, zowel in de sport zelf als buiten de sport.
- Maak een verbinding tussen wat jeugdigen leren in de thaiboks-training en de betekenis daarvan voor hun leven en toekomst buiten het thaiboksen.
- Organiseer uitstapjes buiten de thaiboksschool, zodat jeugdigen de betekenis en waarde leren van maatschappelijke organisaties zoals de politie, brandweer en politiek.

Melissa de Boer, dochter van ondernemer Richard de Boer, studeert aan Nijenrode Business Universiteit. Khalid Chennouf en Melissa de Boer hebben voor de leerlingen van Khalid een excursie georganiseerd naar Nijenrode. In de sporthal van Nijenrode werd een thaiboksgala georganiseerd. De vrienden van de thaiboksschool hebben een financiële bijdrage geleverd aan de activiteit. De thaiboksers van Khalid kregen een rondleiding over het landgoed van Nijenrode. Zij mochten vragen stellen en werden nieuwsgierig naar het studeren op Nijenrode. Een van de jongeren vroeg of een Marokkaan ook op deze 'Harry Potterschool' kan komen. Het antwoord was dat, als je talent hebt en de juiste mentaliteit en inzet, je welkom bent op Nijenrode. Na de rondleiding gingen de thaiboksers naar de sporthal voor de wedstrijden. Veel studenten van Nijenrode, die 's middags nog tentamens hadden gemaakt, kwamen kijken naar de wedstrijden. De leerlingen van Khalid waren overrompeld door het landgoed en de studenten van Nijenrode waren overrompeld door het talent en het positieve gedrag van de thaiboksers.

## Thaiboksschool maakt deel uit van de wijk(aanpak)

De thaiboksschool Oude Westen maakt deel uit van RadarUitvoering Zorg en Welzijn. Door RadarUitvoering heeft samen met medewerkers van de Rotterdamse wijkteams, de wijkcoöperatie, de politie en deelgemeente Rotterdam Centrum een visie ontwikkeld op het werken met de 'krachtpatsertjes' van Rotterdam Centrum. Thaiboksschool Oude Westen is een van de initiatieven in het Oude Westen waar gewerkt wordt met de gezamenlijke visie van de samenwerkende partners in Rotterdam Centrum.

In de visie staan de volgende onderwerpen centraal:

**Zelf doen:** niet overnemen van jeugdigen, maar hen uitdagen en prikkelen

**Talenten, dromen en ambities:** aanraken en ontwikkelen

**Leren:** ruimte bieden om te leren van gebeurtenissen in het leven

**Organiseren:** werken met rolmodellen en jeugdigen verbinden aan volwassenen

In Rotterdam Centrum staat de eigen kracht van de jeugdige centraal. De professional ontdekt en stimuleert dromen, ambities en talenten van jeugdigen. Door de aandacht te richten op wat jeugdigen wèl kunnen, ontstaat vertrouwen in eigen kunnen en handelen. Met verschillende initiatieven in het Oude Westen worden kwaliteiten en talenten van





## Ouail Ibnyoussef, 11 jaar

Ouail traint nu vier jaar en drie maanden bij Khalid. Hij kwam in aanraking met thaiboksen door zijn ooms. Hij trainde eerst een tijdje met hen mee. Hij kwam vaak kijken in de thaiboksschool van Khalid en leerde zo Khalid kennen.

‘Khalid is een lieve en spontane man. Ik had een tijdje veel ruzie met mijn zus en moeder en het ging niet zo goed thuis. Khalid heeft toen veel met me gepraat. Hij zegt altijd dat je maar één moeder hebt en dus goed voor haar moet zorgen. Ik luisterde naar hem omdat Khalid de tijd neemt om met je te praten en ik goed begrijp wat Khalid zegt. Daardoor had ik ook het gevoel dat hij het echt voor mijn eigen bestwil deed. Ook was mijn gedrag thuis een voorwaarde voor het mogen trainen. Dit alles zorgde ervoor dat ik me beter ging gedragen thuis.’

‘Sommige jongeren luisteren zo goed naar Khalid omdat ze bang voor hem zijn, maar de meesten doen het omdat ze respect voor hem hebben en goed willen worden in thaiboksen. Hij kan ze goed maken, maar dan moeten ze zich wel gedragen. De sleutel waarom de meeste kinderen zoveel van Khalid aannemen is omdat ze weten dat hij om ze geeft. Als hij schreeuwt, dan zegt hij ook altijd dat hij dat alleen maar doet voor hun eigen bestwil. Als hij niet om ze zou geven, zou hij ook niet boos worden. Hij zegt dan: Ik doe het voor jou.’

‘Khalid vindt het belangrijk dat we allemaal samenwerken en elkaar helpen. Zo helpen de oudere jongeren vaak de kleintjes bij de training en daar wordt Khalid heel blij van. Ook leert Khalid ons respect te hebben voor elkaar. Dat iedereen elkaars handjes schudt vind ik heel normaal. Het is goed want dan laat je zien dat je respect voor elkaar hebt. Ik doe dat nu ook als ik met vriendjes ben die weer vriendjes hebben die ik niet ken. Ik geef ze altijd een hand uit respect.’

jongeren aangeboord en ontwikkeld. De Thaiboksschool is daar één van. Naast de Thaiboksschool is er bijvoorbeeld ook een dansschool en een muziekschool, die gerund worden door talentvolle jongeren of volwassenen.

De integratie van de Thaiboksschool in de wijk is essentieel voor het succes van de thaiboksschool. Doordat alle partners in de wijk werken vanuit dezelfde visie, ontstaat een gezamenlijke pedagogische aanpak. Professionals delen informatie en spreken jeugdigen aan op het gedrag dat zij elders in de wijk vertonen. Omdat thaiboksen onder jeugdigen zeer populair is, lukt het soms om jeugdigen waar het niet goed mee gaat, te motiveren voor het thaiboksen. Op die manier zijn professionals in staat jongeren te bereiken, die zonder het thaiboksen moeilijk te bereiken zijn. Direct naast de thaiboksschool is een ruimte, waar RadarUitvoering Zorg en Welzijn gaat starten met het faciliteren van huiswerkbegeleiding (georganiseerd door ouders en vrijwilligers uit de wijk). Op deze manier wordt de thaiboksschool een vliegwiel om vanuit het thaiboksen ook andere kwaliteiten en talenten van jeugdigen aan te boren en te ontwikkelen.

Om de verbinding tussen de Thaiboksschool en de wijk nog sterker te maken, is er iedere vrijdagochtend een thaibokstraining voor de professionals en ondernemers uit de wijk. Professionals maken door het trainen in de thaiboksschool gemakkelijker contact met de kinderen en jongeren in de wijk. Jongeren zien dat professionals trainen zoals zij dat ook doen. Dat scheidt een band. Daarnaast zien jeugdigen dat thaiboks-trainer Khalid - voor wie zij veel respect hebben - samenwerkt met andere professionals. Dit draagt eraan bij dat jongeren ook meer respect krijgen voor professionals.

---

*'In het begin was het wel lastig als ik in de thaiboksschool kwam, dan werd ik aangekeken zo van, wat doe jij hier, want je werkt bij de politie. Dat is op den duur echt veranderd. Er zijn jongens die eerst vies naar ons keken en die me nu gewoon gedag zeggen op straat. Dat komt doordat de thaibokstrainer heel duidelijk maakt dat de politie de beste intenties heeft en het beste voor heeft met de jongeren in de wijk. Hij legt jongeren uit dat als ze iets verkeerd doen, ze worden opgepakt door de politie. En dat hij daar achter staat. Klaar. Je kunt ervoor kiezen te trainen bij Khalid, of niet, maar hij staat op één lijn met de politie. Daardoor krijg ik dan toch respect van die jongeren.'*

Wijkagent

---

### Tips:

- Ontwikkel een gezamenlijke visie met alle partners in de wijk hoe in de wijk aangekeken wordt tegen- en omgegaan wordt met jeugdigen.
- Richt de aandacht op wat jeugdigen wèl kunnen, op het ontdekken en ontwikkelen van kwaliteiten.
- Bied trainingen aan voor de professionals en ondernemers in de wijk

## Thaiboksen voor jongens en voor meisjes

Thaiboksen is een sport die heel populair is onder (vooral allochtone) jongens. De sport is onder meisjes veel minder populair, al neemt het aantal meisjes dat aan vechtsport doet toe. Er zijn nog weinig vrouwelijke trainers en er zijn voor meisjes weinig mogelijkheden om aan wedstrijden deel te nemen. Veel vechtsporten, trainers en gala's, richten zich alleen op jongens. In thaiboksschool Oude Westen zijn meisjes welkom om ook te thaiboksen. Thaiboksen geeft meisjes zelfvertrouwen, het maakt ze fysiek sterker en ze voelen zich veiliger op straat. Niet iedereen in het Oude Westen is het ermee eens dat meisjes welkom zijn in de thaiboksschool. Sommige wijkbewoners vinden thaiboksen geen geschikte sport voor meisjes. De thaiboksschool is hierin echter vasthoudend. Mannen en jongens die het er niet mee eens zijn, komen maar niet. Een van de oudere meiden, die erg goed is, geeft regelmatig thaibokstrainingen in de thaiboksschool. Doordat vrouwen welkom zijn in de thaiboksschool, wordt in de wijk gesproken over de positie van vrouwen. Door het onderwerp bespreekbaar te maken, ontstaat langzaamaan een cultuurverandering in de wijk.

### Tips:

- Bied meisjes de mogelijkheid te thaiboksen, dit geeft hen zelfvertrouwen, maakt ze fysiek sterker en ze voelen zich veiliger op straat.
- Wees standvastig in je standpunt dat thaiboksen ook voor meisjes is.
- Gebruik de weerstand die er kan zijn tegen meisjes die thaiboksen om traditionele rolopvattingen bespreekbaar te maken.

## Betrekken van ouders

Ouders zijn en blijven de eerst verantwoordelijken voor de opvoeding van hun kind(eren) en kunnen een enorme impact hebben op zijn (of haar) ontwikkeling. In Rotterdam Centrum/ Oude Westen vinden professionals het belangrijk ouders bewust te maken van de invloed die zij hebben. Khalid Chennouf wil dat ouders komen kijken naar hun kind tijdens thaibokstrainingen, zodat zij ook de positieve kanten van hun kind leren zien en trots zijn op hun kind. Hij betreft ouders erbij door hen uit te nodigen ook te komen sporten. In een ruimte naast de thaibokszaal is een kleine ruimte met fitnessapparaten. De twee ruimtes zijn gescheiden door een glazen wand. Ouders kunnen hier zelf sporten en tegelijkertijd naar hun kinderen kijken die aan het trainen zijn. Daarnaast ziet het kind dat zijn ouder ook aan het sporten is, waarmee de ouder een positief rolmodel is voor jonge kinderen en oudere jongeren.

Ouders van jeugdigen die trainen in thaiboksschool Oude Westen zien dat het gedrag van hun kinderen is veranderd sinds ze thaiboksen. Hassan Ali heeft een zoon van 14 jaar, die nu ongeveer 3 jaar bij Khalid traint. Ali vertelt dat zijn zoon veel meer leert dan alleen thaiboksen. Khalid leert zijn zoon luisteren, discipline en toont interesse in zijn leven buiten de thaiboksschool.

---

*‘Mijn zoon is nu veel minder op straat te vinden. Als ik hem vraag waarom hij niet naar buiten gaat zegt hij: “die jongens buiten hangen alleen maar”. Eigenlijk houden Khalid en ik ons allebei bezig met de opvoeding van mijn zoon. Dat vind ik heel fijn. Khalid heeft mijn zoon ook naar huis gestuurd toen hij slechte cijfers had op school. Hij kon beter gaan leren dan trainen, vond Khalid. Dat vond ik fijn. School komt op de eerste plaats, ook bij Khalid.’*

Hassan Ali

---

Hasan Ali komt zelf veel in de thaiboksschool. Terwijl zijn zoon aan het trainen is, loopt hij op de loopband. Hij vindt het leuk en belangrijk om betrokken te zijn bij wat zijn zoon doet. Hasan vindt het juist bij een vechtsport belangrijk om te kijken wat de leraar zijn zoon precies leert. Dat hoor je als ouder te doen. Als je niet weet wat je kinderen uitspoken, dan weet je niet hoe het met je kind gaat.

Zaibid Viana heeft een zoontje van 8 jaar dat sinds juni bij Khalid traint. Ze wonen in Schiedam en komen drie keer per week naar de thaiboksschool van Khalid, zodat haar zoontje bij hem kan trainen.

---

*'Ik wilde dat mijn zoontje een vechtsport zou gaan doen, om zichzelf te leren verdedigen en voor zichzelf op te kunnen komen, want hij was een beetje verlegen. Toen liep ik hier toevallig een keer langs en vroeg of hij mee mocht doen. Vanaf dat moment probeer ik mijn zoontje hier zo veel mogelijk te laten trainen. Khalid stimuleert hem, corrigeert hem en maakt hem trots. Khalid vertelt hem: als je groot bent, kun je opkomen voor je moeder en je zusjes. Dat maakt hem zo trots. Sinds hij hier traint, zie ik hem opener worden en meer zelfvertrouwen krijgen.'*

Zaibid Viana, ouder

---

## Tips:

- Nodig ouders uit te komen kijken naar hoe hun kind traint.
- Laat met trots zien wat de kwaliteiten en talenten van de jeugdigen zijn.
- Betrek ouders die actief betrokken zijn als goede voorbeelden en als ambassadeurs voor andere ouders.
- Betrek ouders bij het organiseren van activiteiten voor jeugdigen buiten het thaiboksen.
- Bied sportmogelijkheden aan voor ouders.
- Maak contact met ouders vanuit het positieve, wacht niet tot er iets fout gaat!
- Blijf een beroep doen op de ouders, geef niet op!





## Soraya Bouroukba, 14 jaar

Vanaf haar zesde jaar thaibokst ze bij Khalid. Ze is een tijdje gestopt en sinds een paar maanden weer begonnen.

‘Khalid is een spontane en open man en hij weet heel goed wat hij zegt. Hij heeft mij geleerd meer zelfvertrouwen te hebben door mij het gevoel te geven dat je fouten mag maken. Als je een fout maakt, legt hij uit waarom dat gedrag niet goed is en geeft hij je de mogelijkheid het goed te maken en het gedrag te verbeteren. Hij heeft mij geleerd samen te werken omdat we altijd trainen met een partner en respect te tonen doordat we nooit mogen schelden of ruzie mogen maken. Als laatste is hij een hele goede thaibokstrainer en heeft hij mij veel technieken geleerd. Hij ziet het altijd als je een stoot fout doet en komt meteen naar je toe om het te verbeteren.’

‘Ik vind het fijn dat ik die technieken beheers voor als ik mezelf zou moeten verdedigen. Gelukkig is dat nog nooit nodig geweest, maar het geeft wel zelfvertrouwen dat ik het kan.’

# Inspiratie van Khalid Chennouf



Uit onderzoek blijkt dat de trainer een cruciale rol speelt in de manier waarop vechtsport bijdraagt aan de ontwikkeling van jonge sporters (Cox; aangehaald in Vertonghen, Theeboom & Cloes, 2012). In Thaiboksschool Oude Westen is Khalid Chennouf de trainer. Zijn levenservaringen hebben invloed op de manier waarop hij vorm en inhoud geeft aan het thaiboksen. Daarom besteden we in dit hoofdstuk aandacht aan de achtergrond van thaibokstrainer Khalid Chennouf.

Khalid Chennouf komt uit Marokko. In Marokko heeft hij op topniveau karate en thaiboksen gedaan. Als jongetje hield hij helemaal niet van vechten. Hij was rustig en hield van voetbal en volleybal. Zijn vader was niet vaak thuis, hij werkte in Frankrijk. Zijn vader wilde dat Khalid 'harder' zou worden, zou leren voor zichzelf op te komen. Daarom ging Khalid op karate.

In de karateschool had Khalid het geluk dat hij een goede leraar kreeg, Elbah Ahmed. De 70-jarige geeft in Marokko nog iedere dag karatetraining. Hij is het grote voorbeeld voor Khalid. Veel van wat Khalid van hem heeft geleerd, geeft hij nu door aan de kinderen die bij hem trainen. Khalid vertelt dat Elbah Ahmed twee kanten heeft, die hem als leraar zo goed maken: hij een goede karateleraar, hij heeft een goede techniek en hij is in staat dat aan anderen te leren. Daarnaast is hij een goede opvoeder. Hij heeft veel geduld, neemt de tijd om met je te praten en hij stimuleert goed gedrag. Hij was er altijd voor Khalid. Het was ten strengste verboden te vechten op straat. Je moest je altijd netjes gedragen. Khalid was een goed voorbeeld van wat Elbah Ahmed zijn leerlingen wilde meegeven. Hij was heel goed in karate en haalde altijd de eerste, tweede of derde plek bij wedstrijden. Daarnaast gedroeg hij zich netjes, was altijd op tijd en veroorzaakte nooit problemen.

Naast de karatetrainingen organiseerde Ahmed elk weekend een uitje voor het karateteam. Dat vond hij belangrijk, dat je als groep functioneert en elkaar ook kent buiten de trainingen om.

---

*'Door de week trinden we en gingen we naar school, maar in het weekend was er tijd om andere dingen met elkaar te doen, zoals voetballen, lekker eten en zwemmen. Ahmed hield altijd van lachen en grapjes maken. Vaak gingen we dan ergens naar een bos om te barbecueën.'*

---

Khalid ging naar de universiteit. Hij trainde veel en sportte dagelijks. Op een gegeven moment is Khalid naast karate en fitness ook gaan boksen.





---

*'Ik ging boksen. Ik wilde het gewoon proberen, iets nieuws leren. Mijn boksleraar wilde dat ik wedstrijden ging spelen, maar dat heb ik toen niet gedaan, omdat ik bang was dat mijn karateleraar boos zou worden.'*

---

Door het boksen is Khalid in aanraking gekomen met het thaiboksen. Ook in het thaiboksen richtte hij zijn aandacht op het verbeteren van zijn eigen techniek. Hij trainde veel om zijn techniek te verbeteren. Naast het thaiboksen ging Khalid lesgeven op de karateschool van zijn leraar Elbah Ahmed. Khalid wilde iets terugdoen voor hem. Het lesgeven in karate heeft Khalid drie jaar gedaan, daarna begon hij met lesgeven in thaiboksen. Om les te mogen geven in thaiboksen moet je in Marokko een speciale trainersopleiding volgen. Daar gaat het naast de sport zelf ook over het pedagogische aspect van lesgeven. Op het opleidingsinstituut viel op hoe getalenteerd Khalid is. En hoewel Khalid liever niet vecht in de ring, wisten ze hem te overtuigen deel te nemen aan het nationale (Marokkaans) thaiboksteam. En zo ging Khalid uiteindelijk toch vechten in de ring.

De thaiboksschool in Marokko waar Khalid les gaf organiseerde een uitwisseling met een Nederlandse thaiboksschool in het Oude Westen van Rotterdam en zo is Khalid in Nederland gekomen om kinderen in het Oude Westen te trainen in het thaiboksen.

## **Wat is Thaiboksen?**

Thaiboksen is een van de vele vechtkunsten. Het wordt omschreven als een van de hardere vormen, waarbij in de professionele wereld de ellebogen, vuisten, knieën, schenen en voeten gecombineerd worden gebruikt. De sport kent ook een mentaal aspect, waarbij respect, discipline en samenwerking hoog in het vaandel staan. Kickboksen is de westerse variant op thaiboksen. De sport verbiedt elleboogstoten.

# Het imago van thaiboksen

Thaiboksen en kickboksen mogen dan sterk in populariteit zijn gestegen, het imago is niet goed. De media berichten over jonge kinderen die elkaar tegen het hoofd schoppen bij kickbokstrainingen, kickboksgala's die voortdurend uit de hand lopen, kickboksen en de relatie daarvan met agressie, geweld en criminaliteit. Als je kijkt en luistert naar de berichtgeving in de media, is kickboksen niet iets wat je als overheid of als welzijnswerk wilt stimuleren. Veel mensen vinden dat het beter is te kiezen voor het aanbieden van een andere sport.

NRC Handelsblad berichtte op 25 januari 2013 dat er geregeld doden en zwaargewonden vallen bij kickboksgala's. Deze gala's worden ook wel *netwerkbijeenkomsten van de georganiseerde misdaad* genoemd. In Amsterdam mogen daarom geen kickboksgala's met meer dan vijfhonderd bezoekers georganiseerd worden. De Amsterdamse burgemeester Eberhard van der Laan maakte bekend dat de helft van de 600 gewelddadige veelplegers in de stad aan vechtsport doet. Hij zei: 'Vechtsport kan positieve effecten hebben op jongeren. Maar als het mis gaat, hebben ze wel iets geleerd wat ze heel gevaarlijk maakt op straat'. In de Nederlandse film *Wolf* zien we hoe een kickbokser in aanraking komt met de criminele wereld. Wat hij in de ring leert, gebruikt hij ook buiten de ring. Dat het kickboksen voortdurend in verband wordt gebracht met criminaliteit maakt het kickboksen echter niet minder populair (NRC, 25 januari 2013).

Na voetbal, zwemmen en hockey zijn vechtsporten zoals kickboksen het meest in trek onder jongeren van twaalf tot zestien jaar (Volkskrant, 16 juli 2012).

Een probleem dat onder andere naar voren komt in een uitzending van het EO programma *De Vijfde Dag*, is dat de vechtsportwereld te versnipperd is om gezamenlijk regels in te voeren. Er is geen enkel toezicht op de lessen die kinderen krijgen en iedereen kan zich zonder opleiding trainer noemen. In de documentaire is te zien hoe verschillend het er aan toe gaat bij kickboksscholen in Nederland. De ene school richt zich op wedstrijden voor de kleinste kinderen in de ring, de andere op de persoonlijke ontwikkeling waarbij kinderen pas na hun 16e de ring in mogen. In de uitzending is te zien hoe kinderen elkaar knock-out slaan op kickboksgala's voor kinderen. Naar aanleiding van de uitzending ontstond discussie in de Tweede Kamer over de veiligheid van kinderen die

kickboksen. De World Full Contact Association (WFCA) besloot dat kinderen onder de 15 jaar in de ring niet meer naar het hoofd mogen trappen en slaan. De WFCA heeft als doelstelling het bevorderen, controleren en reguleren van de wedstrijden binnen de verschillende *full contact* vechtsportdisciplines.

## Fight Right Keurmerk

De afgelopen jaren is uit onderzoek en landelijke vechtsportprojecten gebleken dat vechtsport de potentie heeft een bijdrage te leveren aan maatschappelijke thema's. Omdat er grote verschillen zijn in kwaliteit tussen vechtsportscholen, heeft het Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij (NIVM) een *Fight Right* keurmerk ontwikkeld. Het Keurmerk is bedoeld voor clubs die zich willen onderscheiden als kwaliteitsvol, professioneel en maatschappelijk betrokken. Met het keurmerk zijn jeugdigen en hun ouders ervan verzekerd dat in de club op een veilige en verantwoorde wijze vechtsport beoefend wordt. Het pedagogisch klimaat en de maatschappelijke betrokkenheid van de sportschool, zijn belangrijke criteria voor het verkrijgen van het keurmerk. In Amsterdam moeten vechtsportscholen die samenwerken met de gemeente voldoen aan het Fight Right Keurmerk.

## Hersensbeschadiging

En dan is er nog het argument van de gezondheid en zelfs van de hersensbeschadigingen.

---

*'Kinderen zijn nog volop in ontwikkeling en ik vind dat hun lijf en hersenen gezond moeten kunnen groeien. Als het om kinderen tot ongeveer 15 jaar gaat, vind ik niet dat thaiboksen een sport is die zij moeten beoefenen. Ik heb gezien dat kinderen al op jonge leeftijd gehard worden door met blote handen tegen een muur aan te moeten slaan. Of ze slaan hun schenen kapot tegen elkaar. Dit doen ze om het gevoel eruit te halen, de zenuwen kapot te maken, zodat ze tijdens wedstrijden minder pijn ervaren en harder kunnen vechten. Ik vind dit onbegrijpelijk, walgelijk en ik vind het ongezond dat kinderen al op jonge leeftijd letsel oplopen. En dan hebben we het niet eens over hoofd- en hersenletsel.'*

Sportadviseur

---



De Nederlandse neuropsycholoog Erik Matser heeft veel onderzoek gedaan naar hersenbeschadigingen ten gevolge van contactsporten zoals kickboksen of regulier boksen. Vooral professionele bokkers riskeren blijvende hersenafwijkingen, bij amateurbokkers is hiervoor geen sterk bewijs gevonden.

Ook andere sporten vormen een risico voor de gezondheid. Denk bijvoorbeeld aan hersenbeschadiging als gevolg van koppen bij voetbal. Het verschil met thaiboksen is wel dat het doel van (wedstrijd)thaiboksen is de tegenstander uit te schakelen. Thaiboksen is een sport waar agressief gedrag onderdeel uitmaakt van de sportbeoefening zelf. Dat maakt het reguleren van agressief gedrag ingewikkeld. Matser is voorstander van een Centrale Commissie die gezondheidsregels vaststelt voor vechtsporters. In de VS bestaat al jaren een dergelijke commissie. Daar is het heel normaal dat vechtsporters regelmatig hun hersenen laten testen. De jongeren die trainen bij Khalid Chennouf in het Oude Westen hebben zo'n commissie niet nodig. Op de thaiboksschool in het Oude Westen mag je elkaar niet raken in het gezicht. Doe je dat *per ongeluk* toch? Tien keer opdrukken.



## Hamza Berrakane 18 jaar

Hamza komt uit Rotterdam Nieuw-West en hij traint van jongs af aan bij Khalid. Hij traint nu drie keer per week en speelt ook wedstrijden.

'Ik deed eerst karate. Door mijn oom ben ik gaan thaiboksen. Toen ik de eerste keer bij Khalid kwam om te kijken of het iets voor mij was vond ik het meteen leuker dan karate omdat de sfeer zo goed was. Toen ben ik met thaiboksen doorgedaan.'

'Khalid heeft mij ook als mens veel geleerd. Hij is er altijd voor mij en luistert als ik ergens mee zit. Hij is echt een soort vaderfiguur die wil dat het goed met je gaat. En ook met kleine dingen, zoals dat we ons goed warm moeten aankleden na de training als het koud is. Hij toont veel interesse en vooral ook in hoe het op school en thuis gaat bijvoorbeeld. Hij wil dat het goed gaat op school, dat je je best doet en dat je je gedraagt op straat. Dat zijn dingen die je allemaal meekrijgt van hem.'

'Ik neem die dingen ook echt aan van Khalid omdat ik echt weet dat hij het goed met me voor heeft. Bij een schoolleraar lijkt het alsof hij het doet omdat het moet.'

'Ik doe nu de opleiding Beveiliging op het ROC en wil daarna doorleren om bij de koninklijke marechaussee te komen. Daarnaast wil ik zoveel mogelijk thaiboksen, maar als je ouder wordt moet je ook meer aan andere dingen gaan denken. Met thaiboksen kan het altijd mis gaan, dus is het belangrijk een diploma te hebben. Dit heb ik van Khalid meegekregen en vanuit huis. Voor mijn opleiding heb ik nu een stage nodig. Khalid is me nu aan het helpen om een goede plek te zoeken. Hij neemt ons binnenkort ook mee naar de Universiteit Utrecht om eenmalig les te geven aan studenten.'

## Literatuurlijst

- Dongen van, M. (16 juli 2012) Het immer duistere imago van het vechtsportgala. Volkskrant.
- Elling, A. & Wisse, E. (2010). Beloften van de vechtsport. Mulier Instituut, centrum voor sociaal wetenschappelijk sportonderzoek.
- Julen, J. (2012, november 12). Kickboksen crimineel of juist goed voor je opvoeding? NRC
- Kammerman, S. & Thie, M. (2013, januari 25) Criminelen kloppen soms letterlijk bij de sportschool aan. NRC
- Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Applied Developmental Psychology*, 25, 283-302.
- Nosanchuk, T. A., & MacNeil, M.L.C. (1989). Examination of the effects of traditional and modern martial arts training on aggressiveness. *Aggressive behavior*, 15, 153-159
- RadarUitvoering Zorg en Welzijn (Juni 2013). Werken met de krachtpatsertjes van Rotterdam: Visie Jeugd.
- Theeboom, M., de Knop, P., & Wylleman, P. (2008). Martial arts and socially vulnerable youth. An analysis of Flemish initiatives. *Sport, Education and Society*, 13, Society, 13, 301-318.
- Vertonghen, J., Theeboom, M., & Cloes, M. (2012). Teaching in martial arts: The analysis and identification of teaching approaches in youth martial arts practice. *Archives of Budo*, 4, 91-202.

### **Colofon**

Dit boekje is geschreven in opdracht van de vrienden van de thaiboksschool en is gefinancierd door de deelgemeente Rotterdam Centrum en Stichting Radar Wmo diensten.

*Tekst* Mara Frank en Pomme Woltman (RadarAdvies)

*Interview met Khalid Chennouf*

Hans Maas

*Redactie* Hans Maas

*Fotografie* Tom Pilzecker, Jaap van Leeuwen

*Vormgeving* DATBureau

*Drukwerk* Logiprint

### **Met dank aan**

Khalid Chennouf (trainer thaiboksschool, in dienst bij Stichting Jong), Ron van Gelder, Richard de Boer, Aart van Boeijen ('vrienden' van de thaiboksschool), Marjolijn Masselink (portefeuillehouder Welzijn en Financiën), Han Paulides (Stichting Radar Wmo Diensten) Fidae El Hafiane, Ouail Iibnyoussef, Soraya Bouroukba, Hamza Berrakane (jongeren die thaiboksen), Hasan Ali, Zaibid Viana (ouders van jongeren die thaiboksen), Marc Boes (Stichting Jong), Nabil ben Allouch (Veiligheidscoördinator en projectleider jeugdoverlast deelgemeente Rotterdam Centrum), Mohammed Mejdoubi en Kamal El Kadi (ambulant jongerenwerker Meion/RadarUitvoering), Natalie Dupon (Stichting Radar Wmo Diensten), Jasmina Eznaden (jeugdagent).

