



## **Het 4-lademodel**

### **Doel:**

- Iedere persoon voelt zich in onze club
- Op een gepaste manier gewenst gedrag aanleren in onze club
- Duidelijkheid voor iedereen: een bepaalde overtreding kan leiden tot een bepaalde soort maatregel / sanctie

### **Vier soorten overtredingen:**

Het 4-lademodel bestaat uit vier categorieën van overtredingen en opvoedingsstrategieën. Men plaatst ze in een kwadrant met op de verticale as de ernst van de overtreding en op de horizontale as de frequentie ervan. De kleuren zijn bedoeld om het benoemen van de categorieën eenvoudiger te maken. Door gebruik te maken van het model creëren we voorspelbaarheid voor de speler en een houvast voor de coach / het bestuur. Het model maakt duidelijk welk type maatregel zal volgen na een overtreding en ondersteunt ons om gedifferentieerd op te treden bij overtredingen, zonder arbitrair te zijn.

Het 4 lademodel heeft twee pijlers:

1. Een objectief kader om de ernst van overtredingen te bepalen.
2. Voor elke categorie van overtredingen een eigen 'lade' met diverse passende maatregelen waaruit het bestuur kan kiezen.



<p><b>LADE 1</b> <b>ERNSTIG - ZWAAR</b></p> <p>Ook al is het <b>uitzonderlijk</b> dat een speler dit doet, ook al zijn er verzachtende omstandigheden, dan nog is deze overtreding ernstig.</p>	<p><b>LADE 4</b> <b>ERNSTIG - ZWAAR</b></p> <p>Overtreding van <b>ernstige aard</b>, die <b>meerdere keren</b> voorkomt en aantoonst dat er sprake is van een <b>zeer negatieve mentaliteit</b>.</p>
<p><b>LADE 2</b> <b>STOREND – NIET ZWAAR</b></p> <p>Overtreding van <b>niet ernstige aard</b>, die <b>zelden voorkomt</b>.</p>	<p><b>LADE 3</b> <b>STOREND – NIET ZWAAR</b></p> <p>Overtreding van <b>niet ernstige aard</b>, die <b>regelmatig</b> voorkomt en aantoonst dat het een <b>slechte gewoonte</b> is geworden.</p>

## Omschrijving van de categorieën

### **1. INCIDENTEEL maar ERNSTIG (1x)**

Ook al is het uitzonderlijk dat een speler zoiets doet, en ook al zijn er eventueel verzachtende omstandigheden, dan nog is deze overtreding heel ernstig.

#### Voorbeelden:

- Vandalisme / materiaal vernielen
- wapenbezit
- diefstal
- een vechtpartij
- een bedreiging
- medespelers of coach in gevaar brengen / agressief zijn
- anderen ongewenst (intiem) aanraken
- brandblusser leeg spuiten
- liegen om anderen te benadelen
- onder invloed van alcohol of drugs op training / wedstrijd zijn
- drugs dealen
- drugs of alcohol meebrengen
- een valse bommelding doen
- spelers of coach ongemerkt filmen



- brand stichten
- brandalarm zonder reden laten afgaan
- racisme
- discriminatie
- iemands broek aftrekken
- weglopen
- (cyber)pesten
- iemand chanteren, afpersen
- zichzelf verwonden
- ...

Het is goed mogelijk dat een ernstige overtreding werkelijk éénmalig is en nadien nooit meer voorkomt.

## 2. INCIDENTEEL en NIET ERNSTIG (1x)

Dit is een overtreding die slechts sporadisch voorkomt en waarvan het niveau veel minder ernstig is dan de eerste categorie.

Voorbeelden:

- onbeleefd zijn
- praten terwijl de coach uitleg geeft
- liegen
- sportmateriaal vergeten
- te laat op training of wedstrijd komen
- ongepaste grappen of opmerkingen geven
- kleedkamers niet netjes achterlaten
- ...

## 3. NIET ERNSTIG maar FREQUENT (2x of meer)

Dit is het niveau van de ernst van de tweede categorie, maar het verschil is dat de frequentie de vooraf afgesproken grens overschrijdt, waardoor de overtreding erg problematisch wordt. De overtreding is een slechte gewoonte geworden.

Voorbeelden:

- meer dan drie keer te laat komen op training / wedstrijd
- aandacht vragen op een negatieve manier
- onnodig in discussie gaan , laatste woord willen hebben
- onnodige geluiden of lawaai maken



- herhaaldelijk babbelen tijdens de training
- niet luisteren naar de uitleg van de coach
- anderen aanraken
- commentaar geven op anderen
- liegen
- onbeleefd zijn
- ongepaste taal gebruiken
- pesten, zelfs al is het met een komische noot
- coach onderbreken
- opmerkingen geven over anderen
- speels gedrag
- kleine plagerijen
- ongepast taalgebruik
- een vreemde taal spreken tijdens de trainingen
- opdrachten weigeren
- kleedkamers niet netjes achterlaten
- ...

#### 4. ERNSTIG en FREQUENT (2x of meer)

Deze overtredingen zijn veel ernstiger dan wat er in de derde categorie gebeurt: er vallen slachtoffers. Dit is het niveau van ernst van de eerste categorie, met de bijkomende omstandigheid dat het gedrag blijkbaar niet een incidentele overtreding is maar een zeer negatieve ingesteldheid.

Voorbeelden:

- pesten
- anderen slaan of verwonden
- diefstal
- steaming
- iemand manipuleren
- cyberpesten
- grove beledigingen
- iemand bevooroordelen
- onder invloed van drugs of alcohol naar training / wedstrijd komen
- dealen
- liegen om anderen te benadelen
- zichzelf verwonden
- ruzie stoken
- over iemand zijn seksuele grenzen gaan
- uitdagen
- materiaal met opzet stuk maken
- weglopen
- systematisch weigeren om instructies uit te voeren
- opgelegde straffen niet willen uitvoeren
- geen gezag willen aanvaarden
- racisme
- discriminatie
- ...



## Aandachtspunten bij het toekennen van de categorieën

### **Het onderscheid tussen incidenteel en frequent**

Wat de eerste en tweede categorie op de linkerkant van het kwadrant met elkaar gemeen hebben, is het incidentele, bijna toevallige karakter van de overtredingen. In de derde en vierde categorie op de rechterkant is het ongewenste gedrag een onhebbelijke gewoonte of karaktertrek geworden. Het komt zelden voor dat een speler bijvoorbeeld tweemaal vandalisme pleegt.

### **Het onderscheid tussen ernstig en niet ernstig**

Het gaat niet om het verschil tussen zware feiten en typisch pubergedrag. Het signaal dat men bij zware overtredingen moet geven, moet sterker zijn en gericht naar een groter publiek dan bij feiten die vooral te maken hebben met de ontwikkeling van het adolescentenbrein.

Belangrijk is om een heldere communicatie te voeren met de spelers en hun ouders over de getroffen beslissingen.

<b>LADE 1</b> <b>ERNSTIG - ZWAAR</b>  <b>STRAF - ALS - SIGNAAL</b>	<b>LADE 4</b> <b>ERNSTIG - ZWAAR</b>  <b>HERSTEL EISEN</b>
<b>LADE 2</b> <b>STOREND – NIET ZWAAR</b>  <b>WAARSCHUWEN</b>	<b>LADE 3</b> <b>STOREND – NIET ZWAAR</b>  <b>AANLEREN / TRAINEN</b>



## **Straf-als-sigitaal** (INCIDENTEEL maar ERNSTIG)

Bij een zware overtreding moet de club in eerste instantie een duidelijk signaal naar de buitenwereld zenden om te tonen dat ze de situatie heel ernstig neemt. Gezien de aard van de overtreding kan het niet anders dan om een straf gaan. Straffen helpen zelden om gewenst gedrag te bereiken, maar bij een zware overtreding kan men er niet buiten. Bij zware overtredingen hoeft niet altijd de definitieve uitsluiting in aanmerking te komen.

Mogelijke invullingen (eventueel combinaties):

- materiële schade herstellen / betalen
- herstel ten aanzien van personen die schade hebben geleden
- alternatieve werkstraf in een lokale instelling die met de club samenwerkt
- kleedkamers poetsen
- contract met begeleiding
- tijdelijke uitsluiting van (een) wedstrijd(en) met verplichte aanwezigheid
- definitieve uitsluiting met verwijzing naar gespecialiseerde hulpverlening
- ...

## **Waarschuwen** (INCIDENTEEL en NIET ERNSTIG)

Bij lichte overtredingen die geen grote hinder veroorzaken, kan een korte opmerking volstaan. Veel spelers gedragen zich vrij snel volgens wat er van hen verwacht wordt. Andere wachten tot ze 'betraapt' worden en doen pas daarna wat hen gevraagd wordt. Als een overtreding bij een speler uit de hand loopt, behoort die niet meer tot de tweede maar tot de derde categorie en moet die dus anders aangepakt worden.

Let op, het is niet de bedoeling om verschillende soorten van lichte overtredingen bij elkaar op te tellen. Anders zou de grens tussen 'incidenteel' en 'frequent' al snel overschreden worden en zou er van deze categorie niet veel overblijven.

Mogelijke invullingen (eventueel combinaties):

- een 'joker' inleveren
- een opmerking
- een citaat
- een kort gesprekje
- een gebaar: wijzen, duim omhoog of omlaag, ...
- lichaamstaal: de wenkbrauwen fronsen, streng kijken, met de ogen rollen, zuchten, glimlachen als het goed gaat, ...
- ...



## **Gewenst gedrag aanleren en trainen (NIET ERNSTIG maar FREQUENT)**

Deze strategie kan ook preventief gebruikt worden.

Als niet-ernstige overtredingen een slechte gewoonte blijken te zijn die veel last berokkent, is de strategie van het waarschuwen en krediet geven niet meer geschikt. Ook aan waarschuwingen went de speler als er verder geen gevolgen zijn.

Waar de grens ligt tussen de tweede en derde categorie, m.a.w. wat 'incidenteel' en wat 'frequent' genoemd wordt, is afhankelijk van de regel, van het niveau waarop die zich bevindt (clubniveau, teamniveau of beide) en van de daaraan verbonden procedures.

Mogelijke invullingen (eventueel combinaties):

- (positieve) spelervolgkaart
- zelfevaluatiekaart
- complimenten en kleine beloningen als het goed gaat
- nablijven na training met zinvolle taak
- een gesprek onder vier ogen tijdens een verplicht nablijven: het 'privégesprek'
- heldere afspraken met positieve en negatieve consequenties
- voordoen en laten oefenen
- individueel stappenplan met verschillende kleine tussenstappen
- veel tussentijdse individuele feedback, zowel positief als negatief
- ...

De belangrijkste voorspeller van gewenst gedrag is CONTACT en verbondenheid met de speler. Het besef van de speler dat de coach hem / haar belangrijk vindt en hem / haar persoonlijk wil helpen bij zijn carrière, kan bereidheid om een nieuwe gewoonte te leren vergroten.

## **Herstel eisen (ERNSTIG en FREQUENT)**

Deze behoort bij een categorie van overtredingen die zeer ernstig zijn omdat een persoon (coach of speler) fysiek of psychisch gekwetst werd. Het is belangrijk om hier twee boodschappen te geven. Ten eerste een duidelijk signaal naar de buitenwereld sturen dat de club het incident ernstig neemt en het niet onder de maat veegt. Ten tweede moet men het slachtoffer betrekken bij het zoeken naar herstel.



Een 'herstelconferentie' is de formule waarbij een meerzijdig partijdige moderator de dader en het slachtoffer bij elkaar brengt om over het incident te spreken. De herstelconferentie is geslaagd als het slachtoffer het voorstel van de dader tot herstel aanvaardt en als de afspraken daarover op papier staan en door alle aanwezigen ondertekend worden. Deze ingrijpende maatregel is zinvol en wordt toegepast bij gevallen van fysiek of psychisch geweld, bij zware pesterij of bedreiging met ernstige gevolgen voor het slachtoffer.

Mogelijke invullingen (eventueel combinaties):

- herstelconferentie of herstelgesprek
- antipestprocedure
- alternatieve werkstraf in een lokale instelling die met de club samenwerkt
- time-out bij een gespecialiseerde organisatie
- contract met begeleiding
- spelervolgkaart
- verplichte begeleiding door een 'buddy' (vrijwillige coach / bestuurslid)
- tijdelijke uitsluiting op trainingen en wedstrijden met opdrachten die verband houdt met de overtreding
- definitieve uitsluiting met verwijzing naar gespecialiseerde hulpverlening
- ...