

ΓΟΝΕΙΣ

Τα πρέπει & τα δεν πρέπει...

Πηγή: Σεμινάριο Προπονητικής-
Χαλκίδα 2011

Δρ. Νίκος Γεωργιάδης –Αθλητικός
Ψυχολόγος

Έμφαση στη νίκη και το αποτέλεσμα



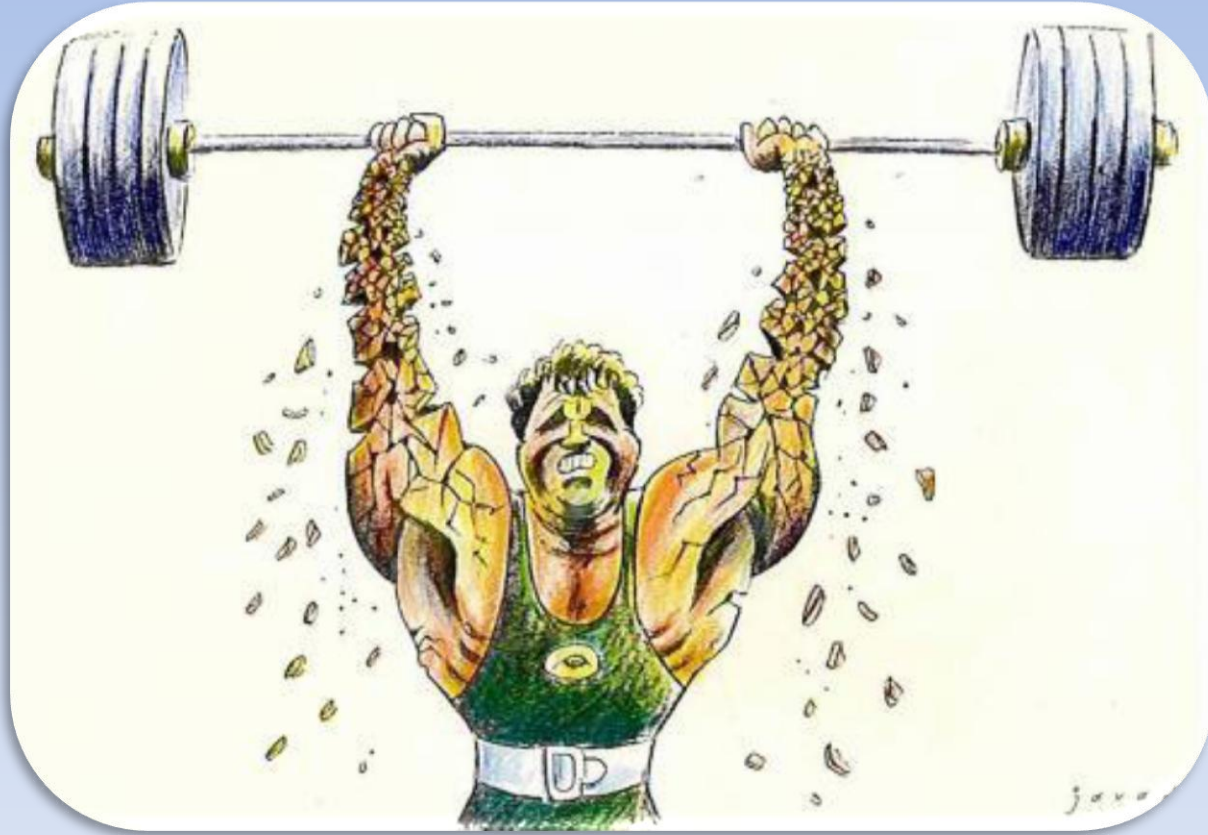
Βία μέσα και έξω από το γήπεδο



Βία μέσα και έξω από το γήπεδο



Γίγαντες από γυαλί



“Φαρμακευτική” Αγωγή



Αρχαίο πνεύμα αθάνατο...



Ο μόνιμος... φταίχτης



Εντάξει, δε θα σε αποβάλλω!!!

Μαμάδες με ... φίλαθλο πνεύμα



Πρέπει...

Πρέπει για τους γονείς

- Να αισθάνεστε ιδιαίτερη ευχαρίστηση για τη συμμετοχή του παιδιού σας στον αθλητισμό.
- Να προσπαθείτε να περνάτε καλά κατά τη διάρκεια των αγώνων
- Όταν παρακολουθείτε το παιδί σας να αγωνίζεται να φαίνεστε ήρεμοι, θετικοί και γεμάτοι ενέργεια. Η διάθεσή σας επηρεάζει το πώς αισθάνεται και αποδίδει το παιδί σας.
- Να έχετε και δική σας ζωή εκτός από το να παρακολουθείτε το παιδί σας στα αθλητικά του βήματα εντός και εκτός γηπέδου.

Πρέπει μαζί με τους άλλους γονείς

- Να δημιουργήσετε φιλίες με τους άλλους γονείς. Η “παρέα” με την καλώς εννοούμενη έννοια αυξάνει τη διασκέδαση στα παιχνίδια και τις προπονήσεις.
- Να προσφέρετε τη βοήθεια σας, το χρόνο σας, τις γνωριμίες σας για τη βελτίωση των προσφερόμενων υπηρεσιών προς τα παιδιά σας.
- Να προστατεύετε την ομάδα και τα παιδιά από κακή συμπεριφορά και λανθασμένες παρεμβάσεις γονέων και παραγόντων.

Πρέπει μαζί με τους προπονητές

- Να αφήσετε την προπονητική στους προπονητές
- Να τους υποστηρίζετε ώστε να κάνουν καλύτερα τη δουλειά τους
- Να επικοινωνείτε μαζί τους για θέματα που αφορούν το παιδί σας
- Να μαθαίνετε για το παιδί σας ο ένας για τον άλλο
- Να ενημερώνετε τον προπονητή για θέματα που αφορούν το παιδί σας σε σχέση με το σχολείο και που μπορεί να επηρεάζουν την απόδοσή του

Πρέπει μαζί με τους προπονητές

- Να ρωτάτε για την πορεία των παιδιών σας: Έχετε δικαίωμα να γνωρίζετε!
- Να γίνετε σύμμαχος με τον προπονητή

Πρέπει μαζί με το παιδί

- Να παρέχετε καθοδήγηση στο παιδί σας αλλά να μην το πιέζετε
- Να βοηθάτε το παιδί σας να πραγματοποιήσει στόχους σε σχέση με τον αθλητισμό
- Να δίνετε έμφαση στη διασκέδαση, στη βελτίωση δεξιοτήτων και σε παρεμφερή οφέλη από τη συμμετοχή των παιδιών σας στον αθλητισμό π.χ. ομαδικότητα, συνεργασία, κοινωνικοποίηση, πειθαρχία, αποφασιστικότητα κ.α.
- Να δείχνετε ενδιαφέρον για τη συμμετοχή του παιδιού σας στον αθλητισμό, παρακολουθείστε τις προπονήσεις του, τους αγώνες του. Ρωτήστε για το πώς “πέρασαν”, τι αισθάνθηκαν, τι καινούριο έμαθαν.

Πρέπει μαζί με το παιδί

- Να προσπαθείτε να τους δώσετε να καταλάβουν τι σημαίνει νίκη ή ήττα στη σωστή τους διάσταση
- Να δίνετε έμφαση και να επιβραβεύετε την προσπάθεια και όχι το αποτέλεσμα
- Να κατανοείτε ότι το παιδί σας μπορεί να χρειάζεται περιστασιακά ένα διάλειμμα από τον αθλητισμό.
- Να κρατάτε αποστάσεις όταν το παιδί σας θέλει να πάρει κάποιες αποφάσεις για τον εαυτό του και για τη σχέση του με τον αθλητισμό. Μέρος της ανάπτυξης τους είναι και το να παίρνουν μόνο τους κάποιες αποφάσεις.

Πρέπει μαζί με το παιδί

- Να διατηρείτε μια αίσθηση χιούμορ. Εάν εσείς διασκεδάσετε και περνάτε καλά το ίδιο θα κάνει και το παιδί σας.
- Να είστε πάντα “δίπλα” του ιδιαίτερα στις δύσκολες στιγμές.
- Να είστε θετικό πρότυπο συμπεριφοράς: Θετικός, ήρεμος, ισορροπημένος.
- Να αγαπάτε το παιδί σας χωρίς όρους. Στην καλή και την κακή εμφάνιση... Στη νίκη και την ήττα...

Δεν πρέπει...

Δεν πρέπει για τους γονείς

- Να βασίζετε την αυτοεκτίμηση σας και την προσωπική σας επιτυχία στη συμμετοχή του παιδιού σας στον αθλητισμό.
- Να μεταδίδετε αρνητικά συναισθήματα στο παιδί σας. Η ανησυχία, το άγχος, η δυσαρέσκεια από μέρους σας, παρασύρει το παιδί σας σε αρνητική απόδοση.
- Να δείχνετε υπέρμετρο ενδιαφέρον για τη σχέση και την απόδοση του παιδιού στον αθλητισμό.

Δεν πρέπει με τους άλλους γονείς

- Να δημιουργείτε έχθρες με τους άλλους γονείς
- Να “μιλάτε” για τρίτους που δεν παραβρίσκονται:
 - *Καλύτερα εάν έχετε να πείτε κάτι να το πείτε στους ενδιαφερόμενους άμεσα και όχι με μεσάζοντες.*
- Αφήστε το “καφενείο” έξω από την ακαδημία.

Δεν πρέπει με τους προπονητές

- Να “μπερδεύεστε” στα πόδια τους σε προπονήσεις και αγώνες
- Να εκφράζεστε διαφορετικά σε θέματα φιλοσοφίας και προπονητικής:
 - *Βεβαιωθείτε ότι έχετε ταυτόσημες ιδέες και αρχές με την ακαδημία και τον προπονητή πριν μπείτε στην ομάδα. Διαφορετικά αποχωρήστε.*
 - *Μην πολεμάτε εκ των έσω την ομάδα σας!*

Δεν πρέπει με τα παιδιά σας

- Να αγνοείτε την κακή συμπεριφορά των παιδιών σας στις προπονήσεις και τους αγώνες αλλά και στο σχολείο ή στο σπίτι.
- Να ζητάτε να κάνετε σοβαρή συζήτηση αμέσως μετά τον αγώνα του παιδιού σας.
- Να αμφισβητείτε τον προπονητή του δημοσίως ή ... στο σπίτι.
- Να κάνετε το παιδί σας να αισθάνεται ένοχο για το χρόνο, την ενέργεια και τα χρήματα που ξοδεύετε για τη συμμετοχή του στον αθλητισμό.

Δεν πρέπει με τα παιδιά σας

- Να συγκρίνετε την απόδοση του παιδιού σας με τα άλλα παιδιά.
- Να ειρωνεύεστε, κακολογείτε, εκφοβίζετε ή να χρησιμοποιείτε απειλές για κίνητρο. Μ' αυτόν τον τρόπο τα υποτιμάτε και διαχρονικά θα τα κάνετε να σας μισήσουν.
- Να κάνετε κάτι που θα τα κάνει να αισθάνονται άσχημα για τον εαυτό τους και για εσάς.
- **Δρ. Νίκος Γεωργιάδης –Αθλητικός Ψυχολόγος**