

DRAGI STARŠI, „SAJ SO SAMO OTROCI“!

Ko imate kaj časa si pojdite ogledati druge tekme mlajših igralcev kjer lahko vidite kar nekaj gledalcev kateri pa ponavadi spremljajo svoje otroke na vseh tekmah. Naj bo vaša vloga samo opazovanje. Lepo, da si starši vzamejo čas za vse to a po drugi strani je mogoče bolj srečen tisti otrok katerega starši niso mogli biti prisotni.

Še vedno se pri marsikomu na treningu čuti večja sproščenost v kolikor ga nihče ne opazuje kot v drugem primeru. Ni v vseh primerih in povsod enako a po večini je tako. Zakaj pa je tako?

Kaj ne živimo v času, ko se je potrebno otrokom še bolj posvečati kot pred nekaj leti? Kdaj je bilo bolje: takrat ko smo na tekme in treninge hodili sami ali danes, ko jih tja pripeljemo starši in si vse skupaj ogledujemo?

Danes opazujemo kako je marsikdo na tribuni veliko boljši trener kot trener sam. Toliko napak kot jih vidimo pri otrocih jih niti najboljši trenerji ne morejo odpraviti. Marsikateri otrok se počuti nelagodno ko s tribune zasliši in spozna glas sovjega starša saj se ponavadi sliši samo kritika za kritiko. Na koncu se tak otrok celo svojim soigralcem želi opravičiti za tako imenovani „entuzijazem“ njegovih najbližjih.

Seveda starši želimo našim otrokom vse najboljše in s tem namenom delimo ob vsaki napaki en nasvet kako lahko to izboljša. Ampak velja si zapomniti, da edino kar si otroci želijo je igrati nogomet - njihov nogomet - kjer so sami sodniki, kjer je tekma njihov učitelj in kjer starejši niso dobrodošli.

Če se kdo med vami vidi v vlogi napisani zgoraj imamo en nasvet za vas – ne delajte tega več. Vaših nasvetov namreč ne sprejema nihče: niti vaš sin niti hčerka, niti trener, še manj pa ostali igralci. Verjamemo, da želite dobro in prav ampak s takimi dejanji samo sebe omalovažujete.

Vi niste trener prvoligaša in tudi vaši otroci niso profesionalni nogometaši. Oni so otroci in ne potrebujejo nekoga, ki na tribunah fanatično skače gor in dol kot, da bi bilo njihovo življenje odvisno od izida tekme ali zmogljivosti njegovega otroka.

Štiri stvari katere si velja zapomniti:

- Eden največjih ciljev vsakega od staršev je, da njegov otrok postane **profesionalni** nogometaš
- Eden največjih razlogov zakaj otroci zgubijo ljubezen do športa je **pritisk**
- Eden največjih glavobolov za trenerje predstavljajo **sovražni starši**
- Glavi razlog zakaj otroci igrajo nogomet je **zabava**

Če zabavo izključite iz treninga in tekme boste ugotovili, da se otroci začnejo hitro dolgočasiti in počasi prenehajo z aktivnostjo. To pa ne bi bilo dobro saj je nogomet nekaj res lepega v očeh tistih kateri ga igrajo in ni po naključju najbolj popularen in množičen šport.

Otroci skozi celo tekmo opazujejo, če se kdo od njegovih najbližjih nahaja na tribuni. Ko vas opazi mu lahko z nekim znakom odzdravite (nasmešek, prikimati, pomežikniti) in nikakor mu ni potrebno verbalno sporočati kako dober je saj v tem primeru poveste, da ste zato tam, da opazujete vsako njegovo potezo. To ima lahko verjeli ali ne negativen vpliv na nadaljnji potek njegovega pristopa. V prvem primeru se bo enostavno zavedal, da ste tam nekje v množici in vas ne bo več iskal, ker vas ne potrebuje navduševati oziroma iskati vašo potrditev.

Ni lahko stati in opazovati kako vaš otrok pade ga nekdo spotakne, odrine ali celo udari. Ni lahko gledati kako izgubljajo od nasprotnika. Vaša naloga je enostavna, da jih pametno peljete skozi vse to, da jih opogumljate in se zavedate kako tanka je linija med spodbujanjem in zbadanjem oziroma ustvarjanjem nepotrebne pritiska.

Z zbadanjem dosežemo to, da se otrok začne zapirate vase in se skoraj za vse storjen napake opravičevati tako staršem kot ostalim. Otroci tega na potrebujejo in to je popolnoma napačno. Otroku ne sme biti nerodno še manj pa ga ne sme biti sram pred starši ali skrbniki za svoja dejanja na igrišču, oziroma za rezultat tekme v kateri je sodeloval. Bodite nekdo, ki opogumlja in ne kritizira!!!

Otroci so zelo prožni ampak prav tako lahko lomljivi in prav zato potrebujejo vaše zaupanje, podporo in to lahko pride samo od vas samih.

Bodite vzor vašemu otroku in mu kot starš pomagajte z:

- zaupanjem
- razumevanjem
- spodbujanjem
- potrpežljivostjo
- pohvalami
- ploskanjem
- izkazovanjem zanimanja
- poslušanjem

Z vsemu temu se bo vaš otrok počutil kot da je na vrhu sveta in nepremagljiv. Od vas se bo nalezl ogromno samozavesti, vsi strahovi in nezaupanje v sebe bo izginilo. Smisel vsega je, da on odnese s tekme največ kar je možno.

V nasprotju pa drezajoč starš lahko otroku uniči samozaupanje, ga napolni s strahom mu odvzame tisto naravno pri nogometu: zabavo in ljubezen. Ko pa se enkrat vse to zgodi pa zelo težko kasneje popravimo in lahko otroka spremlja skozi vse življenje in ne samo v športu.

Vaša vloga se ne začne in konča na tekmi pač pa je izredno pomembna tako pred in po njej.

Pred tekmo

Od otroka ne zahtevajte preveč in ne bodite človek kateri uresničuje svoje nedosežene cilje skozi njega. Ne zahtevajte naj „zabije gol“ ali naj s prekrški zaustavljajo nasprotnika, naj bo sebičen saj se bo tako mnogim dokazal... Še manj pa mu obljubite nakup nečesa v primeru, če bo Pred tekmo mu lahko zaželite vse dobro tako njemu kot ekipi, naj uživajo v igri, zaželite mu obilo zabave itd. S takim pristopom otroka razbremenimo in gre v igro brez bremena „morati“ kar pa je za njegov napredek izredno pomembno.

Za najboljši rezultat koristite sledeče:

- Rad te imam
- Pojdi in se zabavaj
- Srečno
- Ti to zmoreš
- Zaupaj v sebe in ekipo

Po tekmi

Analizo igre bo opravil trener saj je to njegova naloga zato ste po tekmi lahko brez kritik na igro otroka kot ekipe. Velikokrat se otroci predobro sami zavedajo kako dobri in kako slabi so bili in jih ni potrebno na take stvari še enkrat opomniti. Poveste pa jim lahko kako ste uživali v dogodku in kako veseli ste, ker se ukvarja prav s tem športom. Omenite lahko tudi kako dobro je igral in kako ponosni ste nanj.

V kolikor pa vam otrok želi povedati kako slabo se je odrezal mu predvsem zelo dobro prisluhnite. V tem primeru je lahko vsak nasvet napačen. Opazili boste, da imajo oni sami do sebe zaradi velikih pričakovanj kar veliko samokritik. Prav zaradi tega jih ne rabimo dodatno stimulirati še mi, seveda pa jim ne smemo lagati saj oni dobro vedo kakšni so bili.

Ko se vam to zgodi je edina rešitev, da jih opomnite, da ima vsakdo dober in slab dan in ne more biti vedno najboljši na igrišču a mu kljub vsemu popolnoma zaupate. Vsekakor pa ne dovolite, da otrok ostane slabe volje zaradi dogodkov na tekmi. Poskušajte ustvariti pozitivno vzdušje doma.

V primeru, da je vaš otrok odigral čudovito nikar ne pretiravajte z izjavami kot so: postal boš zvezdnik ali profesionalc. Zadostovalo bo če ga nagraditi z besedami navedenimi zgoraj, naj bo preprosto priznanje.

Za najboljši rezultat koristite sledeče:

- Rad te imam
- Uživali smo ob gledanju kako si igral
- Kaj bi rad počel sedaj
- Kaj bi rad jedel

Zapomnite si, da je za otroke nogomet zabava!!!!

Veliko zgornjih načel ne velja za vse starše in so zgolj omembe vredni, da nas spomnijo kaj je prav in kaj ne. Še veliko je tega kar bi lahko napisali in tudi bomo.

Če ste eden tistih iz zgornjega opisa zato niste nič slabši starši ali skrbniki saj morda samo na drug način kažete vašo željo po uspehu vašega otroka. Poiskati morate samo ravnotežje med opogumljanjem in zbadanje. Zapomnite si, da otroci ne jemljejo nogometa tako resno, za njih je to čista zabava kjer so svobodni, brez pravil in naj tako tudi ostane.