

A sport nevelő hatása és a szülők tízparancsolata.



A sport óriási előnye abban rejlik, hogy sportolás közben ún. belső készletetés - a motiváltság dominál. Ennél még izgalmasabb kérdés, hogyan és milyen hatásokkal valósul meg az egyén nevelése a sport által, illetve a sportág közegében. A család, a szülők szerepe elvitathatatlan. Sok szülő abba a hibába esik, hogy gyermekében szeretné viszontlátni azt, akivé ő maga vált, vagy válni szeretett volna.

Adódik a kérdés: mit tegyünk hát tudatosan, irányítsuk gyermekünk sportkarrierjét, vagy hagyjuk, hogy önmaga alakítsa azt.? Nehéz a válasz, mert ebben a kérdésben a szülő felelőssége megkerülhetetlen.

Néhány sportpszichológusi tanács a szülőknek:

1. A szülőnek fontos, hogy gyermeke sikereket érjen el, de sose feledkezzenek meg arról, hogy a gyermekéről van szó, és neki joga van gyermekként viselkedni.
2. Segítsd gyermekedet a számára "ideális" sportág kiválasztásában. Olyan sportágat ajánlj fel a gyerekednek, amit szeret és ne azt nézd, hogy Te azt kedveled-e vagy sem, vagy népszerű-e az adott sport vagy sem.
3. Tartsd a sportolást szem előtt. Ne feledd, hogy a sport célja, hogy lehetőséget adjon a gyerekeknek arra, hogy jól érezze magát és fejlődjön.
4. Fogadd el gyermeked képességeit. Kutatások, mérések szerint kimutatható, hogy a kevésbé tehetséges gyerekek sokkal szívesebben játszanak még a vesztes csapatban is, ha többet lehetnek a pályán.
5. Segítsd a gyerekedet abban, hogy reális célokat tűzzön ki maga elé, amelyek mérhetőek és megvalósíthatók. A határozatlan célok, vagy túl nagy kihívások csak elkedvetlenítik.
6. Mindig a gyermek erőfeszítéseit és teljesítményét tartsd szem előtt és ne versenyeredményét.
7. Tanítsd meg a gyerekedet arra, hogy a siker nem egy verseny megnyerése, hanem a saját kitűzött, reális céljának az elérése.
8. Sokkal nagyobb a sikerélmény, ha a teljesítményhez mérjük a célokat és nem az eredményből vonunk le bármilyen következtetést
9. Támogasd a gyermeked csapatát azzal, hogy kilátogatsz a versenyekre és szorítasz neki és társainak, de ne kritizáld őt, az edzőt, az ellenfelet, vagy a csapattagokat! Ne adj edzői utasításokat és tanácsokat a gyerekednek, mert ez nem a te dolgod !
10. "A gyermek legnagyobb boldogsága az a tudat, hogy szeretik." (Don Bosco)