



## ***DE ROL VAN DE VOETBALOUDERS***

**OUDERS** zijn er in de eerste plaats om hun voetbalzoon te begeleiden en te motiveren om en zijn studies en zijn voetbaltrainingen harmonieus te laten samenlopen.

### **Begeleiden :**

Begeleiden betekent in geen geval opleiden ! Om de spelers op te leiden werkt de RSCA-jeugdopleiding met jaarplannen, einddoelstellingen per leeftijdscategorie en thematrainingen. Deze opleiding wordt enerzijds verzorgd door een mix van gediplomeerde trainers, didactisch geschoolde vakmensen maar anderzijds vooral trainers met voetbalervaring op het allerhoogste niveau.

Wij vragen dan ook expliciet aan de ouders hun volste vertrouwen te schenken aan deze opleiders en niet zelf over te gaan tot “coachen” op en naast het veld. Wees supporter van een team en niet van één enkele speler.

Begeleiden betekent eerder je voetballende zoon helpen tijdig op de trainingen te zijn en hem in een mindere of moeilijke periode te stimuleren door te bijten, te volharden.

Ouders die niet goed weten hoe ze hun kinderen moeten begeleiden, grijpen vaak terug naar hoe ze dit of dat deden tijdens hun eigen voetbaltijd. Maar wat toen goed was, werkt daarom vandaag niet altijd meer.

### **Motiveren :**

Geen externe motivatie door beloftes te uiten en geschenken aan te bieden maar wel interne motivatie door je voetballende zoon aan te leren voldoening te halen uit de vorderingen die hij maakt, uit een leerrijke training, uit een goede wedstrijd. Geef hem zo veel mogelijk positieve feedback en maak van de rit van en naar het trainingscentrum geen lijdensweg bezaaid met allerlei raadgevingen en voorgekauwde theorie. Nogal wat jonge voetballers gaan gebukt onder een gevoel van mislukken. Ze willen hun ouders, eventueel andere familieleden, niet ontgoochelen en willen in alle opzichten zo goed mogelijk scoren. Faalangst is een teveel aan angst die verlamrend werkt, een nutteloos gevoel waar de speler geen baat bij heeft.

Ga echter ook je voetballende zoon niet oververwennen (hij kan zijn voetbalzak heus wel zelf maken en dragen) en overbeschermen of te helpen verontschuldigen zoeken.



### **Gezond leven :**

Een gezonde voeding en voldoende nachtrust zijn basisvereisten voor een gezonde leefwijze en onontbeerlijk voor de sportieve ontwikkeling.

Leer hen kiezen voor een gevarieerde voeding met een stevig ontbijt, gezonde tussendoortjes, een voedzame lunch met veel fruit en groenten en vooral ... moedig ze aan water te drinken !

Laat ze niet rondslingeren in een rokerige omgeving ...

### **Waar dienen vader, moeder, grootvader en grootmoeder voor op te letten :**

- maak van de verplaatsing van en naar het trainingsoord geen “lijdensweg” voor de speler en overlaadt hem niet met richtlijnen, taken noch repetitieve uitbranders
- geef hem een bemoedigend schouderklopje, een knipoogje na een goede prestatie maar steun hem ook in een mindere periode (leg geen supplementaire druk !)
- geef hem in GEEN ENKEL GEVAL een financiële beloning na een overwinning of een doelpunt
- gedraag je steeds sportief rondom het trainings- en wedstrijdveld. Beschouw je niet als een trainer en laat de richtlijnen over aan deze laatste
- gedraag je waardig en sportief na een nederlaag, geniet maar wees niet uitbundig na een overwinning
- respecteer tegenstanders en scheidsrechters (iedereen die ooit gefloten heeft weet hoe moeilijk dit soms wel kan zijn)
- val een trainer niet lastig net voor of na een wedstrijd maar beleg een afspraak zodat problemen in alle rust en met wederzijds respect kunnen worden besproken
- creëer optimale omstandigheden welke de combinatie studie-voetbal-familiaal en sociaal leven favoriseren
- wees een voorbeeld voor de opgroeiende voetballer : rook niet en drink niet in zijn aanwezigheid en zorg voor voldoende nachtrust



**Vaak gehoord en om eens over na te denken :**

- “ ons Jantje was vandaag niet goed maar Piet, Paul, Gert en ... waren nog veel slechter ... “
- “ waarom wordt Jantje weer gewisseld ? Hij was toch goed bezig ? ... “
- “ de trainer heeft iets tegen ons Jantje ... “
- “ Jantje mag nou eens nooit op zijn beste positie spelen ...”
- “ waarom zit ons Jantje weer eens op de bank ... “
- “ Jantje, ‘k had je nochtans gezegd wat je moest doen ... “
- “ er zijn weer x-aantal ploegen die gebeld hebben voor ons Jantje ...”

DENK ER AAN DAT DE WEG NAAR DE TOP LANG IS, BEZAAID MET HINDERNISSEN EN NIET VOOR IEDEREEN HAALBAAR IS. NIET IEDEREEN WORDT INGENIEUR OF ARCHITECT, JE HEBT OOK LOODGIETERS, KAPPERS en VERKOPERS. ZIJN DEZE LAATSTE MINDERWAARDIG ... ?