

Nyhedsbrev

Nr. 4 – November 2018



**Idrætsrådet i
Silkeborg Kommune**
Silkeborg Sportscenter
Århusvej 45
8600 Silkeborg
www.idraet-silkeborg.dk
mail@idraet-silkeborrg.dk

Forretningsfører
Eigil Rasmussen
Tlf.: 6091 2333
mail@idraet-silkeborg.dk

Formand
René Marette
Tlf.: 2462 6515
formand@idraet-silkeborg.dk

“ **DET GODE FORÆLDRESAMARBEJE**

HVORDAN GØR DU DET?

”

TORS DAG D. 29 NOVEMBER KL. 19-20.30
PRÆSENTERER VI KNUD RYOM TIL ET
SPENDENDE OG LÆRERIGT OPLÆG OM
FORÆLDRESAMARBEJDE. TAG DIN
MAKKER I FORENINGEN UNDER ARMEN
OG KOM OG BLIV INSPIRERET.

VI SES!

**Arrangementet foregår i
Silkeborg Sportscenter –
Cafeen.**

**Tilmelding senest den 26.
november til Idrætsrådets
forretningsfører på mail:**

mail@idraet-silkeborg.dk

Træner:

Plej det gode forældresamarbejde



Knud Eske Ryum

- 37 år
- Ph.d. i idrætspsykologi
- Sportspsykologisk konsulent i MUST-Performance
- Formand DIFO (Dansk Idrætspsykologisk Forum)

Knud Eske Ryum svarer på spørgsmål i vores panel med eksperter i krop og sundhed.

Send dit spørgsmål til udspil@dgi.dk

Uden forældre støtte vil et fåtal af børn deltage i foreningsidræt. Alligevel kan der opstå gnidninger mellem trænere og forældre

Forældre gør sig mange overvejelser om, hvordan de bedst bidrager til barnets gode idrætsoplevelse.

Den ideelle forældreinvolvering varierer, fordi børn har forskellige behov og forældre har forskellige erfaringer og ressourcer. Valg af idræt og niveau gør også, at forældre og børn vil møde forskellige udfordringer i løbet af idrætsrejsen.

Som træner skal du derfor sætte rammerne for en kommunikationskultur, ikke kun for dine udøvere, men også for forældrene.

Aha – nu forstår jeg dig!

Relationen mellem barn, forælder og træner kan være givende for alle parter. Men det kræver, at man afstemmer forventninger og prioriteter. Dermed kan mange frustrationer undgås.

Lær at spille sammen

Jo mere du og forældrene kommunikerer, desto hurtigere sikrer I jer en gensidig forståelse for, hvad I hver især prøver at opnå til gavn for alle involverede. Tag dig tid til at lære om forældregruppen og forstå deres perspektiv.

Du styrker dine egne budskaber og dermed udøvernes udvikling, hvis du får forældregruppen på din side.

6 skridt til det gode forældresamarbejde:

1. Forstå og forudså den adfærd, der kan frustrere forældrene – og omvendt. Prøv at undgå den adfærd og italesæt den, hvis den alligevel opstår.

2. Lær hinanden at kende: Tal efter træning, afhold forældremøder, sociale arrangementer, få forældrene til at være frivillig i klubben.

3. Vær tydelig omkring din eller jeres filosofi og om, hvordan I tilgår træning og konkurrencer.

4. Skab forståelse for trænerens tid. Du er ikke tilgængelig 24 timer i døgnet.

5. Skab en kultur, hvor I kan tale om problemer og frustrationer tidligt.

6. Ligesom børnene skal lære idrætten og klubbens regler, skal forældre også! Sørg for at være eksplicit om de krav I stiller, også over for forældrene.

Hvad forældre gør, som kan frustrere trænere:

- Manglende viden om idrættens regler og etikette
- Kræver for meget af trænerens tid
- Har overdrevne forventninger til barnets idræt
- Presser barnet
- Mangler respekt for trænerens rolle: Giver taktiske eller tekniske anvisninger, der strider imod trænerens instruktioner

Hvad træneren gør, som kan frustrere forældre:

- Giver ikke lige eller retfærdig spilletid og har favoritter (især en udfordring, når det gælder forældretrænere)
- Når barnet ikke har det sjovt eller ikke lærer nok
- Ingen forståelse for generel børneudvikling: Behandler børn som små voksne
- Manglende forberedelse eller opmærksomhed under træning
- Dårlige organisatoriske færdigheder
- Dårlig eller begrænset kommunikation
- Manglende respekt eller forståelse for forælderollen