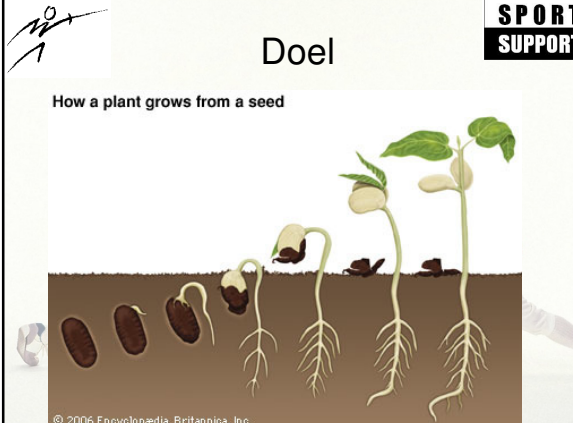




**SPORT SUPPORT®**

## Help! Mijn kind sport


De ouder – kind relatie



**SPORT SUPPORT®**

## Doel

How a plant grows from a seed




© 2006 Encyclopædia Britannica, Inc.



**SPORT SUPPORT®**

## Verloop


- Energizer
- Autonomie
- Stimuleer taakgerichtheid
- Geef het goede voorbeeld
- Eindopdracht



**SPORT SUPPORT®**

## Autonomie

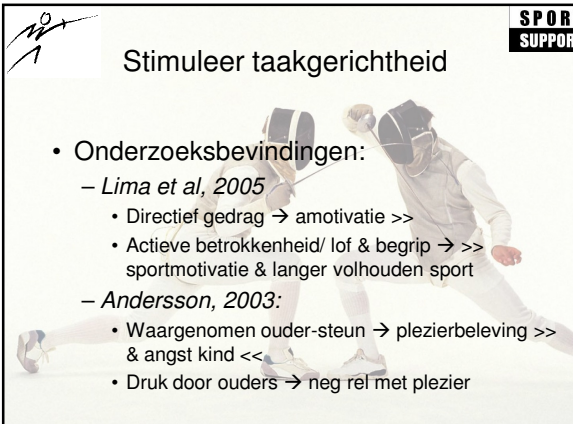
- Op 2j crisis: autonomie vs schaamte/twijfel
  - Wil uitoefenen
  - Keuzes maken
  - Zichzelf controleren
- Op jonge leeftijd wordt al veel van hen verwacht, maar hoe onafhankelijker hoe beter ze dit aankunnen.



**SPORT SUPPORT®**

## Dus...

- Besef als ouder:
  - Hoe sneller ze zelfstandig zijn, hoe meer slaagkans in een veeleisend systeem.
  - Opvolgen is goed, maar overnemen van actie is af te raden.
- Doe je iets fout door ze jong los te laten?
  - Je stimuleert ze
  - Je moet ze **warmte** blijven geven (basisnestwarmte) "**gevoel terecht te kunnen**"



**SPORT SUPPORT®**

## Stimuleer taakgerichtheid

- Onderzoeksbevindingen:
  - *Lima et al, 2005*
    - Directief gedrag → amotivatie >>
    - Actieve betrokkenheid/ lof & begrip → >> sportmotivatie & langer volhouden sport
  - *Andersson, 2003:*
    - Waargenomen ouder-steun → plezierbeleving >> & angst kind <<
    - Druk door ouders → neg rel met plezier

## Wat is taakgerichtheid?

- Oefening handen draaien

Taakgerichtheid	Egogerichtheid
Motivatie komt vanuit: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigen progressie zien</li> <li>- Leren op zich is belangrijk</li> <li>- Focus ligt op iets zelf kunnen en zelf verbeteren</li> <li>- Inspanning leidt tot verbeteren</li> <li>- Richten zich op taken steeds beter uitvoeren</li> </ul>	Motivatie komt vanuit: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vergelijken met anderen</li> <li>- Beter zijn dan...</li> <li>- Het resultaat los van hoe het proces liep</li> </ul>
Dat geeft hen het gevoel succesvol & goed bezig te zijn → Zie je de link "autonomie"	Dan voelen ze zich succesvol

## Ontwikkeling van de prestatiemotivatie

- 0-4j: nemen automatisch zelf hun vaardigheden waar (wat kan ik goed?) → **taak-oriëntatie**
- 4j/5j – 12j/13j: ze vergelijken zich spontaan in hun kunnen met de leeftijdsgenootjes → natuurlijke drang tot **ego-oriëntatie**
- > 13j/14j: **integratie** tussen taakgerichtheid en egogerichtheid

## Gevolgen voor de ondersteuning

- 0j – 4j : laten ontdekken/experimenteren
- 4j/5j – 12j/13j: **sterk ondersteunen op taakgerichtheid** om een taakgericht trainings- / prestatieklimaat te creëren / te ondersteunen
- > 13j/14j: verdere ondersteuning van het taakgerichte trainingsklimaat met een erkenning voor de belangrijke rol van de egogerichtheid naar het einde van de juniorloopbaan

## Psychodiagnostiek - TEOSQ

Test: natuurlijke aanleg van je zoon/dochter?

		Ego	
		Hoog	Laag
Taak	Hoog		
	Laag		

## Psychodiagnostiek - TEOSQ

		Ego	
		Hoog	Laag
Taak	Hoog	TOP	TOP
	Laag	werk!	Dropout

Taakgerichtheid = te ontwikkelen / stimuleren  
 Egogerichtheid = vrij stabiel  
**Involed ouders = cruciaal voor bevorderen taakgerichtheid**

## Groepsoefening

Hoe ga jij vanaf nu de taakgerichtheid van je kind extra mee helpen ontwikkelen?

 Geef het goede voorbeeld 

**Jonathan 3j**



 Uit de theorie 

- Sociale leertheorie:
  - kinderen leren door ouders te observeren.
  - dit bepaalt mee je gedragingen en gewoontes die je als kind hanteert.
  - dit legt basis voor onder andere **zelfvertrouwen!**
- Bandura
  - Kinderen reproduceren gedrag ouders en nemen overtuigingsysteem over
  - Voor de adolescentie wordt sportbetrokkenheid meest door ouders beïnvloed, vooral wanneer plezier & opwinding benadrukt worden.



 Een sportsituatie: wat ziet je kind bij jou? 

**Golfwedstrijd**



 Wanneer is je gedrag van groot belang? 

- Vooral bij moeilijker schermmomenten...
  - Slechte wedstrijd
  - Slechte evaluatie door trainer
  - Toegeven naar "belangrijke" wedstrijd
  - Rustperiode
  - Kwetsuur
  - Prioriteitenconflict v.b. Familiefeest valt op testweekend



 Dus... 

- Richt je je kind op langere termijn doelen?
  - VK  OS 
- Emotie wekt emotie op => kind neemt dit over!
  - Besef: je oogst wat je zaait + wilt loyaal zijn tov ouder & trainer
- Geef ruimte voor ventilatie kind maar stel eigen reactie uit! v.b. 24u-regel
- BEIDE ouders: bewuste keuzes maken voor TSvoorbereiding kind + gevolgen van systeem => effect op jou straalt uit op kind
- Hoe reageer jij op concurrentie in de leeftijdsgroep van je kind? => welke boodschap?



 Eindopdracht! 

- Welke 3 kernboodschappen neem ik voor mijzelf mee?
- Evaluatie + eigen interesse-thema's volgende sessies



