

Hoe is het om de ouder te zijn van een sportend kind?

Iedereen heeft waarschijnlijk iets andere ervaringen met het opvoeden van een kind dat betrokken is bij sport. Voor sommigen is het een vlotte reis, terwijl er voor anderen wellicht meer hobbels zijn. Ouders in verschillende sporten en landen hebben een aantal van de beste aspecten van het zijn van een sportouder en enkele van de meer uitdagende delen geïdentificeerd - anticiperen op deze uitdagingen kan je helpen tijdens je eigen sportieve reis.

Een sportouder zijn: De beste momenten

- Zien dat je kind plezier heeft en geniet van actief bezig te zijn
- Kijken hoe je kind verbetert en presteert
- Het zien van alle vaardigheden die uw kind leert die hem of haar zullen helpen in hun sport en in het leven
- Uw kind helpen om een fysiek gezonde levensstijl te ontwikkelen
- Andere ouders ontmoeten en nieuwe vriendschappen sluiten
- Een activiteit delen met je kind en je relatie versterken
- Een gedeelde gezinsactiviteit hebben
- Zien dat je kind vrienden maakt en een sociaal netwerk ontwikkelt

Een sport-ouder zijn: Enkele uitdagingen

- Je kind teleurgesteld zien over resultaten, selectie, blessure, enz
- Uitzoeken hoe je je kind het beste kunt laten genieten van sport en op zijn best kunt laten presteren
- Praten met uw kind na moeilijke of teleurstellende prestaties
- Het managen van de financiële en tijdgebonden verplichtingen in verband met sport
- Het ontwikkelen en onderhouden van relaties met coaches en andere ouders
- Beslissingen nemen over de balans tussen onderwijs en sport
- Niet zo veel tijd doorbrengen met uw familie of partner als u zou willen

Gebaseerd op:

Harwood, C., & Knight, C. J. (2009). Stress in youth sport: A developmental investigation of tennis parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 447-456.
Wiersma, L. D. & Fifer, A. M. (2008). "The schedule has been tough but we think it's worth it": The joys, challenges, and recommendations of youth sport parents. *Journal of Leisure Research*, 40, 505-530