



PROFESSIONE GENITORE

Il bambino viene sul campo per vivere un'esperienza giocosa con i suoi coetanei per imparare a giocare divertendosi: non per soddisfare l'orgoglio dei genitori. Quando le aspettative sono troppo elevate le difficoltà di apprendimento aumentano; la paura di non essere all'altezza e quindi di perdere l'affetto dei genitori, infatti genera l'ansia e stress e spesso è causa prima dell'insuccesso. Se il bambino viene criticato o disapprovato troppo spesso, se sperimenta abitualmente l'insuccesso nell'apprendimento è facile che nascano in lui sentimenti di inferiorità, senso di inadeguatezza, desiderio di abbandonare l'attività. Solo chi ha fiducia nelle proprie capacità è disposto ad impegnarsi fino in fondo. L'autostima nasce dall'approvazione, dall'incoraggiamento, da superare gli ostacoli che separano dallo scopo.

La fiducia in un bambino

Per favorire la fiducia in un bambino è necessario:

- . Stimolarlo ad essere autonomo
- . Incoraggiarlo, creando in lui buone aspettative nei confronti delle proprie capacità (ma non eccessive)
- . Approvarlo in caso di buona riuscita
- . Aiutarlo dopo un insuccesso (rincuorandolo ed evitando di sfogare su di lui la propria delusione)
- . Motivarlo al miglioramento delle proprie prestazioni
- . Fargli capire che essere differente agli altri (ad esempio meno bravo) è cosa accettabile
- . Riconoscergli il diritto di non riuscire, mantenendo in lui la certezza di essere sempre e comunque, rispettato, accettato, e soprattutto amato

Consigli pratici per favorire l'apprendimento

- . **Non sostituitevi all'istruttore** nel giudizio dei risultati; solo lui è in grado di valutare correttamente il processo di apprendimento
- . **Non rimproverate** vostro figlio se non ha eseguito bene gli esercizi; i bambini in genere ce la mettono tutta e quando non riescono, hanno bisogno di sostegno e non rimproveri
- . Non valutare le loro prestazioni paragonandoli ad altri, **non imponete confronti**: ognuno va valutato per se stesso, i paragoni creano ansia e stress
- . Cercate di **sviluppare anche nei più piccoli l'autonomia** rendendoli consapevoli di ciò che fanno e rispettando le loro scelte senza costrizioni
- . **Sottolineate positivamente** ogni miglioramento, anche se non è pari alle vostre aspettative; la sicurezza in se, base del successo, nasce dall'approvazione e dall'incoraggiamento
- . **Non create aspettative** troppo elevate, il mancato raggiungimento di obiettivi che voi avete scelto per loro, crea delusione e non li concilia con lo sport

In definitiva

Impariamo ad accettare anche i limiti dei nostri bambini. Essi non sono nati per soddisfare il nostro orgoglio o per compensare le nostre frustrazioni; potranno crescere e diventare forti solo con il nostro aiuto e la nostra comprensione e quando si allenano è un momento tutto loro lasciateli soli e per cortesia **NON ENTRATE NEL CAMPO DI ALLENAMENTO.**

Roma 3.2.201