

Even wat meer ruimte a.u.b.

Deze column is geschreven door Irene Heim, zij is sinds 2005 integratief kindertherapeute.
Ze behandelt kinderen die om welke reden dan ook uit balans zijn.

Sinds een maandje of vier zitten mijn dochters op hockey. Volgens een vriendin van mij een superleuke sport zonder agressief schreeuwende ouders langs de zijlijn. Ouders die aan hun kroost vertellen, of nee schreeuwen, over wat er allemaal wel niet beter kan.

Daarnaast zijn ze lekker sportief bezig, leren ze samenwerken, leren ze het gevoel van teambuilding kennen en als klap op de vuurpijl; ze komen ook nog eens buiten.

Bingo dacht ik.

Na een paar proeflessen waren ook de meisjes super enthousiast. Ze hadden acuut geen zin meer in musical les, iets wat ze natuurlijk ook meteen zonder enige vorm van gene aan de musical juf deelde. Misschien niet heel handig. Maar het is zoals het is.

Chaotisch en met mijn hoofd waarschijnlijk bij andere dingen, dacht ik dat hockey een keer in de week was. Dit was naar mijn idee te overzien.

Twee keer een uur langs de zijlijn staan om te kijken hoe de meisjes als een malle achter een bal aanrende met een stick in hun hand. Fout. Mijn jongste hoefde inderdaad maar een keer in de week te trainen. Mijn oudste moest daarentegen 3 keer in de week naar het veld gebracht worden.

In het zonnetje langs de kant staan was helemaal niet zo erg. Maar in de winter langs de kant staan was toch echt wat minder. Ik voelde me soms net een ijspegel.

Of het nou met de kou te maken had of met het karakter van de ouders, geen idee, maar van de lieve positief gestemde en optimistisch coachende ouders was toch wat minder sprake.

Ouder 1: 'Sta je verdomme nou alweer aan de kant? Je moet je grote bek opentrekken naar de coaches, want anders kom je nooit in het veld.' Of; ik in een poging wat positiviteit te brengen; 'wat spelen ze goed samen he, echt knap.' Kreeg ik als tegenreactie van ouder 2: 'Tenenkrommend dit, wat spelen ze slecht. Meiden beter spelen, dit lijkt echt nergens op!'

De meiden reageerden terneergeslagen.

Even voor de duidelijkheid; we hebben het hier over kinderen van een jaar of zeven die in het eerste jaar hockey zitten.

Ik kon wel door de grond zakken bij al die negativiteit. Zo gênant. Laat die meiden gewoon lekker spelen en de coach zijn rol vervullen. Geef ze letterlijk ruimte door te oefenen, vallen en opstaan. En stop een stuk positiviteit in het spel in plaats van met een boos, chagrijnig en opgefokt gezicht langs de zijlijn te schreeuwen en te mopperen. Je frustratie heeft niets met je kind te maken, maar je bent gefrustreerd over jezelf. Dus voor alle ouders met sportende kinderen. Geef je kind ruimte, juich toe, vertel wat ze goed doen, motiveer en activeer. Dan help je je kind pas echt.

ADVIEZEN

Als ouder maar wellicht ook als scout kun je soms geneigd zijn je eigen emoties te projecteren op kinderen. Dit kan als gevolg hebben dat je onbewust hun ruimte inperkt. Met als gevolg dat je kinderen onbewust belemmert in hun ontwikkeling. Denk goed na over de wijze waarop je kinderen aanspreekt en waarom je dit doet. Zou je zelf zo aangesproken willen worden? Door dit stukje bewustzijn kom je meer in contact met jezelf en met het kind en kan hij/ zij onbezorgd groeien en ontwikkelen.

