

3 Οκτωβρίου 2016

Τα παιδιά που κάθονται στον «πάγκο»

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





Ο Αθλητισμός είναι ένα πολύ σημαντικό κομμάτι στην ζωή των παιδιών. Τα βοηθά στην ανάπτυξή τους, σωματική, ψυχική και πνευματική. Τους μαθαίνει πειθαρχία, να ανταγωνίζονται ευγενικά, να προσπαθούν, να μην εγκαταλείπουν, να βάζουν στόχους. Αναπτύσσει δεξιότητες που ίσως δεν ανακάλυπταν ποτέ, ίσως ξεπηδήσει κάποιο ταλεντάκι από αυτή την διαδικασία, γίνονται κοινωνικά και διευρύνεται ο τρόπος σκέψης τους. Τι γίνεται όμως με τους προπονητές και τις προπονήτριες; Είναι αρκετά κατάλληλοι για να αναλάβουν «την προπόνηση» των παιδιών μας; Πολλές φορές έχουμε να κάνουμε με άριστους προπονητές σε διάφορα αθλήματα. Στίβο, κολυμβητήριο, μπάσκετ, βόλεϊ γήπεδο. Εκεί στα γήπεδα και στους στίβους που αφήνουμε τα παιδιά μας να γυμναστούν, να προπονηθούν και να τα καμαρώσουμε να αγωνίζονται. Εκεί, τα εμπιστευόμαστε στους ειδικούς, ελπίζοντας ότι θα κάνουν το καλύτερο που μπορούν για τα βλαστάρια μας.

Ποια είναι η συμπεριφορά των προπονητών προς τα παιδιά μας; Μήπως όταν δεν είναι αρκετά καλά για να πετύχουν στόχους, τους στόχους που θέτει ο σύλλογος ή ο προπονητής τα παραγκωνίζει; Ποια είναι η αντίδραση των παιδιών αυτών; Πως γράφει «ο πάγκος» στην παιδική ψυχούλα; Στην ηλικία αυτή, την τόσο ευαίσθητη, το εύθραυστο συναισθηματικά παιδί μας μπορεί να καταρρεύσει. Όταν ένα παιδί, σε όλους τους αγώνες της ομάδας του «είναι στον πάγκο» απογοητεύεται. «Δεν είμαι αρκετά καλός, είμαι άχρηστος». Τι γίνεται ακόμα όταν το παιδί είναι καλό,

αλλά ο προπονητής εμμένει και το κρατά «στον πάγκο»;

Ίσως ο προπονητής να μην έχει την παιδεία και να μην γνωρίζει πώς να χειριστεί το σύνολο των αθλητών του. Η ανεπάρκεια του προπονητή συνεπώς γκρεμίζει ότι εμείς, ως γονείς, χτίζουμε. Η αυτοεκτίμηση του παιδιού, προπόνηση με προπόνηση, αγώνα με αγώνα, μειώνεται. Βλέπουμε το παιδί μας, ενώ ήταν τυπικό στις προπονήσεις του να μην θέλει να πάει ή να πηγαίνει βαριεστημένα. Οι αγώνες χάνονται ο ένας πίσω από τον άλλον. Ο προπονητής όμως επιμένει. Τα παιδιά που είναι αναπληρωματικά, το βλέπουν. Αναρωτιούνται, «γιατί δεν κάνει αλλαγές;». Ειδικά όταν κάποιο παιδί έχει δείξει ότι «μπορεί», ο παραμερισμός χτυπάει σαν μαστίγιο την ψυχή του. Την ψυχολογία του και το συναίσθημά του. «Γιατί δεν με έβαλε στον αγώνα;» αναρωτιέται. «Αφού στις προπονήσεις είμαι καλύτερος από αυτούς που παίζουν» λέει παραπονεμένα κοιτώντας μας στα μάτια με αγωνία περιμένοντας μια απάντηση που θα το ησυχάσει. Τι μπορούμε να του απαντήσουμε; Πως μπορούμε να απαλύνουμε το συναίσθημα της απόρριψης που νιώθει; Πως μπορούμε να το ενθαρρύνουμε, να συνεχίσει να πατάει στα πόδια του και να νιώθει ότι «αξίζει»;

Συνήθως, πηγαίνουμε τα παιδιά μας στους συλλόγους, τα αφήνουμε και πάμε να τα πάρουμε όταν τελειώνουν την προπόνησή τους. Δηλαδή είμαστε απλά το ταξί. Δεν ξέρουμε τι γίνεται εκεί. Τρέχουμε με χαρά στους αγώνες για να χειροκροτήσουμε το παιδί μας ανεξάρτητα αν η ομάδα του κερδίσει ή χάσει. Ας μείνουμε σε κάποιες προπονήσεις, να δούμε, να έχουμε εικόνα. Να ξέρουμε πως «χτίζεται» ο μικρός αθλητής μας. Να καταλήξουμε σε συμπεράσματα. Να δούμε αν η επιλογή συλλόγου και αθλήματος είναι η καλύτερη για το παιδί μας. Να ξέρουμε αν το άθλημα που επέλεξε το παιδί μας «του πάει». Ίσως να του ταιριάζει κάποιο άλλο άθλημα. Ο προπονητής εκτός από την τεχνική κατάρτιση που απαιτείται πρέπει να έχει και γενικότερη παιδεία. Να έχει υψηλόσυναίσθημα δικαίου. Κυρίως σε πρώτη φάση, επειδή έχει να κάνει με παιδιά, πρέπει να χαμηλώσει. Να έρθει στο ύψος τους, ώστε να μπορεί να τα κοιτάξει κατάματα για να μπορέσει να τα καταλάβει. Να σκύψει στις ψυχούλες τους και αφού τις διαβάσει να τους μεταδώσει σιγά -σιγά την τεχνική του αθλήματος. Σε αυτές τις τόσο μικρές κατηγορίες με τους τόσο μικρούς αθλητές, δεν παίζονται εκατομμύρια ευρώ. Παίζονται πολλά περισσότερα. Η ευαίσθητη ψυχολογία και το συναίσθημα των παιδιών μας. Αυτά, δεν πρέπει ποτέ να επιτρέψουμε σε κανέναν να τα βλάψει. Για κανέναν λόγο.

Ο αθλητισμός σίγουρα βοηθά στην προαγωγή των παιδιών μας ως άτομα, χτίζει υγιές σώμα και πνεύμα, αλλά η λάθος επιλογή μπορεί να τα ευνουχίσει. Εμείς οι γονείς είμαστε αυτοί που πρέπει να βάλουμε «στον πάγκο» συλλόγους και προπονητές όταν διακυβεύεται η ψυχοσυναισθηματική υγεία των παιδιών μας.

Πηγή: themamagers.gr