

NTF - Foreldreguide



Uansett hvilket nivå barn og ungdommer deltar på, spiller foreldre en viktig rolle. Mange foreldre lurer på hvordan de best kan hjelpe barnet sitt. NTFs foreldreguide er basert på informasjon fra NIF (Norges Idrettsforbund, Olympiatoppen og LTA (Engelske tennisforbundet) og ITF (internasjonale tennisforbundet).

Foreldres eksempel er viktig

Idrett skal være gøy. Den viktigste rollen foreldre har er å støtte, være interessert, oppmuntrende og omsorgsfull. Hvis du som foreldre ikke kan håndtere oppturer og nedturen i barnets idrettsliv – hvordan kan du da forvente at barnet skal gjøre det?

Råd til klubben

- Bli kjent med barnets foreldre. Respekter foreldrerollen, på lik linje som foreldre skal respektere trenerens kunnskap og rolle.
- Utvikle et godt forhold og diskuter ansvarsfordeling mellom trener og foreldre.
- For å lære på riktig måte og ha glede av tennis må barn og ungdom være i et trygt miljø. Alle klubber er pålagt og følge NIFs bestemmelser om barneidrett. Det skal være utnevnt en barneidrettsansvarlig og politiattestansvarlig i hver klubb. Det skal også finnes rutiner i klubben som beskriver hvordan eventuelle mislighold håndteres.
- Informer foreldre om klubbens arbeid med spillerutvikling og hva foreldre kan forvente av oppfølging fra klubben. Forventningsavklaringer gir mindre rom for misforståelser og misnøye. Det oppfordres at klubben inkluderer og har tett dialog med foreldre.

Råd til foreldre

- Det er viktig at du som forelder vet at barn på samme alder kan være svært ulike med hensyn til modning.
- Bli kjent med barnets trener. Treneren har en viktig rolle både i tennisutviklingen og den personlige utviklingen. Respekter trenerens kunnskap og rolle, på lik linje som treneren skal respektere foreldrerollen.
- Utvikle et godt forhold og diskuter ansvarsfordeling mellom trener og foreldre.
- Vær nysgjerrig, still spørsmål og vis interesse for barnet ditt. Ikke vær redd for å spørre treneren om hvilke planer og mål som er realistiske for barnet og be treneren forklare avgjørelser som tas.
- Vis god sportsånd som forelder, respekter regler, dommeravgjørelser og arrangørens beslutninger i arrangementer der barn og ungdommer er med.
- Vi har alle ansvar for kampmiljøet. Som forelder, vær generøs med applaus for alle spillere i en kamp, og gi ros for gode prestasjoner og Fair Play. Bidra til å skape gode relasjoner til de andre foreldrene. Vis respekt og vær høflig, selv når følelser er involvert.
- Ikke gi instruksjoner fra sidelinjen som forelder, spillere må lære seg å bli uavhengige og i stand til å tenke selv.

- La spilleren bære sin egen bag, fylle sin egen vannflaske og ha kontroll på eget utstyr.
- La spilleren selv ta ansvar for kampen, dvs. Ikke bland deg oppi dømming, stilling eller liknende.
- Om det oppstår problemer på banen la spilleren selv hente turneringsleder og respekter turneringsleder eller dommer sin beslutning.

Råd til klubben og foreldre

- Legg vekt på idrettsglede og utvikling av vennskap.
- Gi ros når barn og ungdom viser god innsats og ferdighetsutvikling. Husk at barn og ungdom deltar i idrett for å lære, utvikler ferdigheter og ha det gøy. Unngå ensidig resultatfokus i konkurranser.
- Ros god oppførsel på og utenfor banen. Godta ikke dårlig oppførsel, juks eller dårlige vaner. Hvis du gjør det, betyr det at du godkjenner slik oppførsel og ikke verdsetter respekt for andre.
- Ikke overse plager og smerter hos barn og ungdom. Ta kontakt med fagpersoner for oppfølging.
- Det anbefales at trenere og foreldre bruker spillerguiden. Dette for å se nærmere på råd for rollene sine og hvordan de utvikles fra spilleren er i tidlig barnealder helt opp gjennom ungdomsårene. Spillerguiden finner du her: <http://spillerguiden.no/>

Råd ved uenigheter

Ved eventuelle uenigheter mellom trener og foreldre, vær forsiktig å involvere barnet direkte. Hold en saklig dialog med et felles mål om det beste for barnet. Ved uenigheter eller kritikk så tar man opp det med den det gjelder. I slike situasjoner snakker vi *til* hverandre, ikke *om* hverandre. Husk å vær raus og det anbefales også å sette seg inn i den andre partens sko.

Sjekk ditt engasjement som forelder

Å se sitt barn konkurrere kan være en følelsesmessig opplevelse for mange. De fleste foreldre forsøker å støtte på en god måte. Tenk over hvor mye barnets idrett betyr for deg, Sjekk ditt engasjement ved å svare på spørsmålene nedenfor:

- *Er du mer opptatt av seier enn barnet ditt er?*
- *Føler du at du må «psyke opp» barnet ditt før en kamp?*
- *Føler du at barnet ditt har glede av idretten bare hvis det vinner?*
- *Er du gravalvorlig etter trening og konkurranser?*
- *Føler du at du må tvinge barnet ditt til å gå på trening?*
- *Føler du ofte at du må blande deg inn under trening og kamper fordi du tror du kan mer enn treneren?*
- *Er du fristet til å rope ut stillingen og dømme baller inn eller ut i stedet for å la spillerne gjøre dette?*
- *Føler du at du misliker barnets motstander?*

Hvis du svarer ja på noen av disse spørsmålene, kan det være at du presser barnet for mye. Det kan føre til at barnet slutter med idretten, og det kan også skade forholdet mellom dere.