

Hoe afspraken maken met jeugdSporters

Waarom afspraken maken?

- Afspraken geven houvast, kinderen en jongeren weten waar ze aan toe zijn en dat zorgt voor rust en duidelijkheid.
- Veel afspraken zijn gericht op het belang van veiligheid, om de risico's op ongelukken zo klein mogelijk te maken. Naast fysieke veiligheid denken we hier bv. ook aan psychische en emotionele veiligheid.
- Kinderen en jongeren zoeken nog naar welk gedrag er wel en niet geaccepteerd wordt. Afspraken helpen daar bij.
- Met het maken van duidelijke afspraken voorkom je conflicten.

Hoe jeugdSporters hierBij Betrekken?

Bij kinderen is het meestal wel nodig dat je als volwassene de grenzen bepaald, maar je kan kinderen hier dan wel mee laten nadenken over de invulling.

- 1) Waarover wil je een afspraak maken (bv. gedrag op training)
- 2) Wat gaat er al goed? En waarover moeten we nog een afspraak maken?
- 3) Wat is het voordeel als we ons houden aan deze afspraak?
- 4) Laat de kinderen ook mee nadenken over de gevolgen van het niet naleven van de afspraak
- 5) Herinner ze regelmatig aan de afspraak
- 6) Evalueer en stel indien nodig bij

Bij jongeren kan je ze hier al wat meer vrijheid ingeven.

Probeer met hen eens te vertrekken uit waarden die jullie (sporters en trainers) belangrijk vinden en pas vervolgens stap 2 t.e.m. 6 ook toe.

Belangrijk:

- Zorg dat de afspraken duidelijk zijn en consequent worden toegepast.
- Geef zelf het goede voorbeeld.

