

PRIJE NATJECANJA		NAKON NATJECANJA			
podrška	pritisak	POBJEDA		PORAZ	
		podrška	pritisak	podrška	pritisak
<p>usmjeravanje na pozitivan ishod</p> <p>iskazivanje ponosa zbog dosadašnjih rezultata</p> <p>slušati dijete i prepoznati njegove potrebe, te tome prilagoditi svoje ponašanje</p> <p>zagrliti dijete</p> <p>biti smiren i nasmijan kad dijete ide na borilište, osobito u zadnjem kontaktu</p>	<p>razgovor o natjecanju kao o pitanju 'života i smrti'</p> <p>mijenjanje uobičajenih obrazaca ponašanja</p> <p>podsjecanje na važnost natjecanja i isticanje potrebe za pobjedom / rezultatom</p> <p>korištenje zastrašivanja gubitkom statusa i sl. kao motivacijske strategije prije natjecanja</p> <p>motiviranje pobjedom i povlasticama koje ona donosi</p> <p>pregledavanje ždrijeba i razgovor o snagama i rezultatima protivnika</p> <p>emocionalne ucjene (ako ne pobijediš onda...)</p> <p>pokazivanje nervoze i negativnih emocija</p> <p>glasni komentari prethodnih natjecanja djeteta sa ostalim roditeljima</p> <p>upozoravanje na nedostatke ili ranije pogreške (nemoj sad opet...pazi..nemoj)</p> <p>rasprava s trenerom o predstojećem natjecanju</p>	<p>zagrliti dijete, čestitati</p> <p>istaknuti ponos i zadovoljstvo izvedbom</p> <p>naglasiti djetetu da je pobjeda rezultat truda, rada, treninga, napora koji se isplate</p> <p>istaknuti napredak u odnosu na vlastite sposobnosti, a ne u odnosu na poraženog protivnika</p> <p>pitati dijete što je naučilo iz tog natjecanja</p> <p>pitati dijete je li ono zadovoljno</p> <p>veseliti se zajedno s djetetom (sretan sam tu sada i ovdje s tobom, bez isticanja potencijalne opasnosti od neuspjeha sljedećeg natjecanja)</p> <p>dozvoliti djetetu da se opusti i veseli, ako to želi</p> <p>čestitati treneru</p> <p>dozvoliti djetetu zasluženi predah</p> <p>radovati se uspjehu druge djece iz kluba</p> <p>nagraditi trud i zalaganje</p>	<p>odmah krenuti s komentarima borbe, davati pohvale nakon kojih slijedi ALI..</p> <p>kritizirati pogreške</p> <p>isticati buduće zahtjeve i buduća očekivanja</p> <p>pokazivati nezadovoljstvo, tražiti još više</p> <p>umanjivati vrijednost postignuća govoreći kako je to (pobjeda) za dijete normalno i kako se to od njega/nje i očekivalo</p>	<p>zagrliti dijete</p> <p>čestitati</p> <p>naći razlog za pohvalu, istaknuti prije svega ono što je bilo dobro</p> <p>odobriti djetetu pravo na reakciju kakvu ono želi treba</p> <p>pitati dijete što je naučilo iz tog natjecanja</p> <p>iskoristiti situaciju za dodatnu motivaciju, rad i zalaganje na treningu</p> <p>dozvoliti djetetu 'vrijeme za oporavak'</p> <p>razumjeti ako dijete ne želi analizirati borbu s roditeljem</p> <p>dozvoliti djetetu predah (npr. vikend <i>bez plivanja</i>)</p> <p>nagraditi trud i zalaganje</p> <p>istaknuti da ste ponosni i da ga volite bez obzira na sve borbe i sve na svijetu</p> <p>usmjeriti dijete na sportsko ponašanje i sljedeći cilj</p>	<p>vikati, kritizirati, grditi dijete i njegovu izvedbu</p> <p>pokazivati nezadovoljstvo i ljutnju</p> <p>kažnjavati dijete zbog rezultata</p> <p>navoditi moguće negativne posljedice poraza (npr. trener te više neće voditi na natjecanja..)</p> <p>negativno komentirati djetetovu izvedbu sa drugim roditeljima ili pred drugim sportašima</p> <p>uspoređivati dijete s drugom djecom koja rade bolje</p> <p>reći da ste znali da će se to dogoditi</p> <p>govoriti da je to zato jer Vas dijete ne sluša</p> <p>navoditi konačne istine (ti uvijek, ti nikad...)</p> <p>prijetiti djetetu negativnim posljedicama</p> <p>reći djetetu da vas je razočaralo</p>

