LEKCIA 1 Z 30

Auto po zápase

10 minút, ktoré môžu zmeniť váš vzťah

HLAVNÝ PRINCÍP

Načasovanie spätnej väzby je súčasťou spätnej väzby.

DOHODA O CESTE DOMOV

1. Kto po zápase začne rozhovor: dieťa samo, alebo sa rodič najprv opýta.
2. Kedy sa rieši výkon: v aute, pri večeri, na druhý deň, alebo až s trénerom.
3. Akú podporu chce dieťa cestou domov: ticho, hudbu, jedlo, bežný rozhovor o niečom inom.
4. Veta pri sklamaní: „Vidím, že ťa to veľmi štve.“ Veta pri neúcte: „Nadávať spoluhráčovi nie je v poriadku.“
5. Veta po vlastnom výbuchu: „Mrzí ma, že som kričal. Nebolo to v poriadku.“ Bodka.

POVEDZTE

Chceš sa o zápase porozprávať teraz alebo neskôr?

Vidím, že ťa to veľmi štve.

Nadávať spoluhráčovi nie je v poriadku.

Keď budeš chcieť, poviem ti, čo som videl.

Mrzí ma, že som kričal. Nebolo to v poriadku.

RADŠEJ NIE

Prečo si tam neprihral?
Rozbor bez súhlasu rozhovor skôr zatvorí, než otvorí.

Veď to nebola tvoja chyba, tréner to zle poskladal.
Presúva zodpovednosť inam a berie trénerovi dôveru, ktorú dieťa potrebuje.

Mrzí ma, že som kričal, ale ten rozhodca bol fakt slepý.
Po „ale“ dieťa počuje iba obhajobu.

JEDNA VETA NA ZAPAMÄTANIE

Dobrá rada v zlom čase môže byť zlou podporou.