

Als je maar wint. De rol van sportouders.

Ouders leren hoe zij hun kind beschermen, steunen en loslaten

Beste ouders,

Sporters kunnen al op jonge leeftijd druk ervaren. Dat komt doordat ze graag goed willen presteren, ze soms vooral met het resultaat bezig zijn en de verwachting bij wedstrijden daardoor hoog gespannen is. Onzekerheid door het vergelijken met anderen, blijven hangen in gemaakte fouten of frustratie over de scheidsrechter verstoort prestaties en plezier.



Wat gaan we doen?

Wij zijn heel benieuwd hoe het is om sportouder te zijn. Waar loop je tegenaan? In deze actieve workshop ga je de mentale aspecten van sport ervaren. We willen je laten zien hoe je jouw kind positief steunt.

Jullie krijgen het boek *Als je maar wint*. Al lezend ontdek je waardoor je kind soms druk en spanning voelt en je krijgt tools aangereikt hiermee om te gaan. Zodat sportieve doelen behaald worden, maar (top)sport ook leuk blijft.

Wie?

Team Flow

Wil je meer informatie, aanmelden voor mentale training of alvast hierover lezen:

Ga naar www.sportinperspectief.nl of mail naar info@flowmentaletraining.nl.

