



## Le support des parents ....La clé du succès

Le rôle des parents dans la vie d'un jeune joueur de soccer a un impact énorme, en autant qu'il est vécu de façon positive. Voici quelques suggestions qui permettront à tous de vivre une saison de soccer agréable :

- Laissez les entraîneurs faire leur travail, c'est-à-dire **entraîner**. Vous avez confié votre enfant à l'entraîneur et ce dernier doit être libre de donner sa formation de la meilleure façon et ce, afin d'éviter toute confusion dans l'esprit des joueurs.
- Supportez le programme de l'équipe en vous **impliquant** et en **offrant votre aide**.
- Soyez le meilleur **fan** de votre enfant, supportez le dans la victoire comme dans la défaite...ne jamais lui retirer votre affection s'il ne performe pas comme vous le souhaiteriez.
- **Supportez** et **encouragez** tous les joueurs de l'équipe, ils sont les co-équipiers de votre enfant et il faut encourager le jeu d'équipe.
- Laissez les entraîneurs s'occuper de la **motivation** des joueurs. La promesse de récompenses distrait et nuit à la concentration tant dans les pratiques que dans les matchs.
- Encouragez la **communication** entre votre enfant et son entraîneur. S'il doit être absent ou s'il a des difficultés durant les pratiques, encouragez votre enfant à parler directement avec son entraîneur, cette responsabilité fait partie intégrante de son développement de joueur.
- Adoptez **un comportement approprié** au soccer. Évitez les commentaires pouvant distraire les joueurs, souvenez-vous que le développement et l'estime personnelle de votre enfant sont en jeu, que s'il ne peut se concentrer sur les aspects de son jeu, il ne jouera pas aussi bien.
- Gérez le stress et les **facteurs de stress** à la maison.
- Gérez bien les **habitudes alimentaire** et le **repos**. Un athlète doit se nourrir convenablement et se reposer adéquatement pour le sport qu'il exerce.
- Aidez votre enfant à bien reconnaître ses **priorités**. Aidez-le à maintenir l'attention requise pour ses travaux scolaires, ses amis et toutes autres choses de la vie hors-soccer. Aussi, s'il s'est engagé dans le soccer, aidez-le à remplir ses obligations envers son équipe.
- **Voir la réalité**. Rappeler à votre enfant que l'important ce n'est pas le résultat de la partie mais bien la façon de jouer, que si son équipe a perdu la rencontre, il a tout de même fait de son mieux et qu'il faut voir cela comme une « victoire ».
- Gardez une **juste perspective** du soccer. Le soccer n'est pas tout dans la vie et si les performances de votre enfant vous procurent des émotions trop fortes, essayez de les contenir. Souvenez-vous qu'après le soccer, la vie continue et que vos objectifs et vos besoins doivent rester séparés de l'expérience que votre enfant vit.
- **Ayez du plaisir**. Nous tentons tous de permettre aux joueurs de s'améliorer en tant que joueur et comme personne et ce, dans un environnement plaisant et stimulant. Nous avons hâte de démarrer la saison, en espérant que vous aussi!