

## چگونه فرزندان را به ادامه دادن شمشیربازی تشویق کنیم

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۷/۳۰)

گاهی اوقات کنترل کودکان خیلی دشوار است. در یک لحظه آنها در مورد چیزی فوق العاده هیجان زده می شوند، و یک دقیقه بعد به طور کامل به آن پشت می کنند! شمشیربازی یک تعهد بسیار بزرگ برای یک خانواده به حساب می آید، زیرا واقعا ما همه تمایل داریم که فرزندان مان در شمشیربازی به موفقیت برسند. اکنون چگونه می توانیم فرزند خود را به ادامه دادن شمشیربازی تشویق کنیم؟

مانند بسیاری از کارهای دیگر در زندگی، بهتر است که از شیوه ی پیشگیری استفاده کنیم. تشویق فرزندان با روش های مثبت، به شما کمک می کند تا در طول این مسیر به بحران برخورد نکنید. در اینجا به چند راهبرد برای کمک به شما و خانواده تان می پردازم.

### چند الگوی شمشیربازی را در نظر بگیرید

با تماشای بیشتر و بیشتر فیلم های شمشیربازی، این شانس را به فرزند خود بدهید که خودش به دنبال آنها برود. در حالی که نام بازیکنان فوتبال زنان همه هست، متأسفانه نام شمشیربازهای معروف در اخبار سراسری زیاد مطرح نیست. تماشای مسابقات شمشیربازی با همدیگر، فرزندان را تشویق می کند که چند بازیکن مطرح را به عنوان الگو انتخاب کند. ما چند بازیکن المپیک و ملی شگفت انگیز داریم که واقعا ارزش تقلید را دارند. به فرزندان کمک کنید تا با انجام تحقیقات مجازی مشترک بتوانند چند بازیکن عالی برای پیگیری مسابقات آنها، انتخاب کنند. با برخی از آنها چت کنید، اگر آنها را در یک مسابقه دیدید، با آنها صحبت کنید و از آنها امضا بگیرید. این ارتباطات باعث می شود شمشیربازی برای کودک شما بسیار هیجان انگیز بشود.



### خودتان در مورد شمشیربازی هیجان زده بشوید

نگاه بچه ها همیشه به ماست! اما ما این را حس نمی کنیم. آنها همیشه در حال تماشای ما هستند. برای تشویق فرزندان به ادامه ی شمشیربازی، سانس کنید خودتان در مورد آن هیجان زده شوید! البته **ما نمی خواهیم بچه هایمان را در طول فعالیت های خود تحت سلطه قرار دهیم**، اما اگر بردن آنها به تمرین برای ما یک امر عادی بشود، آنها نیز احساس خواهند کرد که تمرین یک کار روزمره است. بعضی اوقات ما به عنوان پدر و مادر بدون آنکه متوجه بشویم، درگیر این کار می شویم، دقیقا مانند سایر موضوع هایی که باید از آنها مراقبت کنیم. چگونگی واکنش به

شمشیربازی فرزندان را بررسی کنید و در صورت مشاهده ی نشانه های هشدار دهنده که ممکن است شما باعث آن هستید، آنها را سریعاً تنظیم و کنترل کنید.

## تلاش های او را ستایش کنید، نه نتیجه

یکی از بهترین خصوصیات شمشیربازی، به خصوص بخش رقابتی آن، این است که به بچه ها می آموزد که باخت زیاد هم بد نیست. چونکه باخت مشکلی ندارد! در زندگی گاهی اوقات همه چیز بر وفق مراد است، و گاهی اوقات این طور نیست. در سراسر طول این مسیر، تلاش فرزند خود را تشویق کنید و نه نتیجه را. بله، نتیجه مهم است، اما تنها تا آنجا که به آنها کمک کند تا رشد کنند و توانایی انعطاف پذیری را بیاموزند. موفقیت فرزند شما در این نیست که المپیک بشود یا مدال طلا کسب کند، بلکه در این است که ببینیم آنها در این ورزش سرگرم شده و در حال یادگیری مهارت های زندگی هستند.



یکی از مزیت های بزرگ این کار این است که اگر فرزند شما بدانند که به آنها اعتقاد دارید، بدون توجه به زمینه ی کاری، رابطه ی شما به عنوان یک عضو خانواده نزدیک و نزدیک تر می شود. بغل کردن او پس از یک بازی، واقعا رابطه شما را مستحکم تر می کند. بچه ها عشق بی قید و شرط را می خواهند، و از داشتن آن احساس پرواز می کنند.

## بها دادن به پایان دادن دوره

همه چیز در زندگی یک دوره دارد. اگر به نظر برسد که فرزند شما در شمشیربازی واقعا با خودش درگیری دارد، متقاعد کردن او برای ادامه دادن آن برای مدتی بسیار مهم است. این بدان معنا نیست که او را برای همیشه مجبور به ماندن بکنید، بلکه او وادار باشد تا پایان فصل یا نیم فصل به تمرینات خود ادامه دهد.

غالب اوقات او واقعا قصد ندارد شمشیربازی را رها کند، بلکه بیشتر در فراگیری یک مهارت سخت دچار مشکل شده و این باعث نا امیدی او گردیده است، و یا اینکه درگیر برخی مشکلات شخصی شده است که به مرور زمان بهبود خواهد یافت، و یا به سبب یک مسابقه غرور او جریحه دار شده است. در زندگی ما باید یاد بگیریم که در برابر سختی ها مقاومت کنیم، و این تنها و بهترین راه برای رسیدن به موفقیت است!

**والد بودن یک شاهکار پیچیده و چالش برانگیز در زمینه ی فداکاری و عشق است. محبت کردن به بازیکن جوان خود بهترین راه برای حفظ شمشیربازی است، بنابراین بیایید از این طریق به او کمک کنیم.**