

هنر زیبای تسلی دادن کودکی که بازی خود را باخته است

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۱۰/۳)

وقتی که یک شمشیرباز بازی خود را می بازد، چه کسی گناهکار است؟ آیا شما می توانید به این سوال چند گزینه ای پاسخ دهید؟

۱. والدین
۲. مربی
۳. داور
۴. حریف
۵. خود کودک
۶. همه ی موارد فوق

در اینجا یک جواب صحیحی وجود دارد که همه ی آن را می دانیم.



البته که شما در باخت فرزندتان مقصر نیستید، زیرا که وظیفه شما این نیست که همه نوع کاری را برای او انجام دهید، بلکه **تسهیل مقدمات کار** است تا خودش بقیه ی کارها را انجام دهد. خطای مربی نیز نمی تواند باشد، زیرا شغل مربی آموزش و پشتیبانی از کودک شما است. شاید هم تقصیر و گناه داور باشد؟ البته گاهی اوقات **داورها قضاوت های بدی را ارائه می کنند**، اما داور نمی تواند در این مورد نقش مهمی داشته باشد. حریف هم البته می تواند عامل بزرگی باشد، اما غیرمنصفانه است اگر بگوییم این "تقصیر" اوست چونکه برنده شده است، زیرا این همان کاری است که او باید انجام دهد!

تنها خود کودک می ماند. بله، شمشیرباز کودک ما در نهایت مسئول پیروزی یا شکست خود است، اما همه ی ما می دانیم که به این سادگی ها هم نیست. تکیه ی کودکان بر بزرگ ترهاست، و در نهایت این مسئولیت خود بزرگ ترهاست که باید از کودکان خود حمایت کرده و به آنها پشتیبانی لازم را بدهند تا بتوانند به موفقیت برسند. اگر استعداد و علاقه مندی های هر کودکی پرورش داده شود و ارزش های آنها به رسمیت شناخته شود، همه ی آنها سخت کار خواهند کرد.

آخرین پاسخ می تواند گزینه درست باشد. هر فردی در این فرآیند دستی بر آتش نتیجه ی مسابقه داشته است. حتی می تواند از این لیست هم فراتر رفت تا برسیم به خواهر و برادر، معلمان مدرسه، کادر پشتیبانی باشگاه شمشیربازی، پیشخدمت کافه ی محل صرف ناهار، برگزار کنندگان مسابقات، و غیره و غیره. هر بازی شمشیربازی خود تلفیقی است از تجربیات و تمرکز هر یک از دو شمشیرباز است، و خود آنها نیز تحت تاثیر

مجموعه ای از افراد و متغیرهای متعددی هستند که در طول این مسیر، با آنها برخورد می کنند. شما هرگز نمی توانید واقعا "یک عامل" یا "یک فرد" را مشخص کنید که بر نتیجه ی یک مسابقه تاثیر داشته است. این غیر ممکن است.

دندان های تیز ببر و شمشیربازی

هرچند هر یک از والدین کودک شمشیرباز می داند که نمی تواند یکی از افراد این فرآیند را در باخت فرزندش در یک مسابقه سرزنش کرد، با این وجود تقصیر را گردن کسی انداختن خیلی آسان است. این کاملا غریزی است، زیرا ما می خواهیم از کودکان مان در برابر آسیب ها محافظت کنیم. مغز ما در چنین مواردی سریع عمل می کند و درست مانند احساس خطر نزدیک شدن یک اتوبوس، که بطور غریزی ما را تشویق می کند تا فرزندمان را از مسیر آن اتوبوس در حال حرکت کنار بکشیم، یا اینکه او را از چنگال یک ببر دندان تیز در جنگل نجات دهیم. ترجمه ی این مورد در جامعه ی مدرن و نسبتا امن ما می تواند به صورت نجات دادن او از دست یک داور بیان کرد.

اخیرا صحنه ای را مشاهده کردم که در آن یک کودک بازی حذفی خود را برای رسیدن به دور کسب مدال (نیمه نهایی) بابت نتیجه ی ۱۴-۱۵



باخت. سر و صدای مربوط به قضاوت آخرین ضربه ی داور، که ضربه ی تعیین کننده ی سرنوشت بازی بود، فراموش نشدنی است. پدر کودک برای دفاع از فرزند خود به دلیل آنچه او فکر می کرد بی عدالتی محظ انجام شده بود، وارد میدان شد، و عدم دخالت دیگر تماشاگران و ورزشکاران موجود در محل مسابقه غیر ممکن بود. به طور طبیعی، داور پای قضاوت خودش ایستاد و از تغییر دادن آن خودداری کرد، و در پایان آن پسر حذف شد.

پس از پایان مسابقه، پدر به فرزندش اعلام کرد (با صدای به اندازه کافی بلند که دیگران به وضوح می توانستند بشنوند) که داور اشتباه کرده بود، اینکه قضاوت کاملا نادرست بود و از نظر اخلاقی حق برنده شدن در آن بازی با پسرش بود، با وجود اینکه داور این حق را از او گرفته بود.

نکته در این نیست که این پدر، که قلبا در حال دفاع و محافظت از فرزندش بود، مورد سرزنش قرار دهیم، زیرا او نیز در حال نجات دادن کودکش از میان دندان های ببر بود. اگرچه آن داور حیوان درنده ای نبود که بتواند آن پسر را بخورد، اما وظیفه ی خود را به بهترین وجه انجام

می داد. هنگامی که شما به عنوان یک پدر و مادر با این گونه رفتار، فرزند خود را متقاعد می کنید که دیگران را برای باخت تان سرزنش کنید، باخت اصلی و واقعی شما، در پروسه ی رشد کودک تان رخ داده است. بله، می توان گفت که قضاوت برخی داورها زیاد عالی نیست و بعضی اوقات قضاوت های بدی را اعلام می کنند. اما این خود بخشی از بازی است.

اگر شما این مسئولیت بزرگ و سنگین را به گردن سرمربی کودک، هم تیمی ها، مربی، داور و یا در بدترین حالت گردن فرزند خود بیاندازید، اشتباه کرده اید و به پیشرفت او، به عنوان یک شمشیرباز و به عنوان یک انسان، لطمه زده اید. اگرچه می شود گفت که داور مثال ما آن قضاوت سرنوشت ساز را کرده است، اما نتیجه ی کل آن بازی به وسیله ی آن امتیاز پایانی مشخص نشده بود.

چهار راه برای کمک به فرزندتان بعد از یک باخت

شناختن آنچه نباید انجام داد به اندازه کافی آسان است، اما سوال این است که موقعی که فرزندتان می بازد شما باید چه کاری را انجام دهید؟ به خصوص اگر در یک مسابقه ی بزرگ باشد که به سختی برای آن آماده شده باشد؟

۱. بگذارید فرزندتان فرآیند باخت را پردازش کند

دیدن ناراحتی کودک برای شما هرگز آسان نیست. غریزه ی به شما نهیب می زند تا وارد عمل شوید و بلافاصله به او کمک کنید. اما در چینی وضعیتی، اگر شما به فرزندتان اجازه ندهید تا درد را احساس کند، به طور غیر مستقیم به او صدمه خواهید زد. مهم نیست که باخت چقدر سخت باشد، اما باید درک کنیم که این درد با گذشت زمان کم تر خواهد شد. در حقیقت تجربیات دردناک متعددی در زندگی وجود دارد که اگر شما نخواهید، هرگز فراموش خواهند شد.

اما اگر آن را با تمام وجود حس کنید، خیلی راحت می توانید از آن بگذرید!

این کار با تلاش شما برای "روشن کردن" کودک تان جهت برخورد روشن بینانه با مشکلات، و تلاش برای "سخت کوش" کردن او با توصیه ی کنترل و فروکش دادن احساسات خود، و نه مقصر دانستن شخص دیگری، انجام می شود. فقط اجازه دهید که درد را کاملا تجربه کند، آنگاه تماشا کنید که اثرات منفی آن تجربه چگونه به خودی خود از بین خواهد رفت. و اگر احيانا از بین نرفت، آنجاست که وقت دست به کار شدن شما خواهد بود.

۲. به صحبت های کودک تان گوش دهید

قبل از اینکه به هر نتیجه ای در مورد مسابقه برسید، اجازه دهید فرزندتان درباره ی تجربه ی خود صحبت کند. اغلب اوقات بچه ها به اندازه ی پدر و مادرها در مورد باخت ناراحت نمی شوند، و در واقع این واکنش پدر و مادرها است که باعث می شود چنین جریان بزرگ به وجود آید. از او در مورد احساسش بپرسید، ببینید به نظرش چه اشتباهی رخ داده است، و چه چیزهایی می توانند از این تجربه یاد بگیرد. اجازه دهید آنچه کودک تان احساس می کند را بیان کند و بجای فرضیات شما بگذارید او نتیجه گیری کند.



گوش دادن به فرزند شما نتیجه ی اضافی دیگری هم دارد که تایید و اعتبار دادن به او است، که خود بهترین راه برای ایجاد اعتماد به نفس است. فرزندتان خواهد فهمید که وجودش مهم است، حتی در زمانی که همه چیز درست از آب در نیامده است.

۳. رفتار خوب را مدل سازی کنید

یک اصل خیلی مهم وجود دارد، و آن این است که فرزند شما همان کاری که شما انجام می دهید انجام خواهد داد، چه خوب باشد و چه بد. اگر شما سر داور داد بزنید، با مری بد اخلاقی کنید، سر هم تیمی های او فریاد بکشید، و غیره، آنگاه که فرزند شما رشد کرد همین کارها را نیز انجام خواهد داد. چشمان خود را ببندید و بچه ی خود را به عنوان یک بزرگسال تصور کنید که رفتار شما را انجام می دهد. در آن صورت، آیا به او افتخار خواهید کرد؟ آیا فکر خواهید کرد که تربیت سالمی دارد؟

۴. دنبال مقصر نگردید

این کار را نکنید. هرگز. هیچ وقت. هزاران دلیل وجود دارد که نتیجه ی یک مسابقه ی شمشیربازی به گونه ای که هست رقم می زند، و هرگز نمی توان آن را به یک دلیل دانست. وقتی این اصل پذیرفته شد، شمشیرباز باید **مسابقات خود را طوری تجزیه و تحلیل** کند تا ببیند چگونه می تواند عملکرد خود را بهبود بخشد. چیزی که ممکن است پیدا کنیم این است که هیچ لحظه ی سرنوشت سازی در مسابقه وجود نداشته است که نتیجه را به نفع یک بازیکن و به ضرر دیگری تثبیت کند.

این بدان معناست که دلیل باخت شما خطای داور نبوده است. اگر نتیجه ی مسابقه نزدیک بوده و به امتیاز تعیین کننده ی نهایی کشیده شده است، به یاد داشته باشید که بازی هر دوی شما نزدیک به هم بوده است. بله، در کل یک مسابقه ممکن است موقعیت هایی کاملاً حساسی برای داور اتفاق بیافتد. بله چنین اتفاقی که به ندرت می افتد بسیار نامطلوب است، اما وقتی و اگر اتفاق بیافتد، به اندازه کافی ارزش دارد که آن را فراتر از برخورد والدین با داور، مورد ارزیابی و چالش قرار گیرد.

تلاش کنید تا حقیقت مطلب را در کودک تان ایجاد کنید، که برای هرگونه اتفاق خاصی در مسابقات شمشیربازی، و از همه مهم تر، در زندگی مجموعه ای از دلایل وجود دارد.

آنها را دوست بدارید

ورزشکاران خردسال، به ویژه در حین پیشرفت شان در ورزش، شخصیت ارزشی خود را از طریق برد و باخت در مسابقات ایجاد می کنند. خیلی ساده، هر قدر زمان و تلاش بیشتری در شمشیربازی خود پیاده می کنند، سرمایه گذاری بیشتری برای بهتر انجام این کار خواهند داشت. و اگر بچه ها بیاموزند که آنچه انجام می دهند مهم تر از علت وجودی شان است، به طور بالقوه بسیار خطرناک خواهد بود.



اگر فرزند شما یک بازی شمشیربازی را ببرد یا ببازد، **شما هنوز هم او را به دلیل وجودش دوست دارید.** حتی اگر برنده می شد، علت وجود شما به دلیل کسب پیروزی نیست، بلکه برای اینکه آن تجربه را به صورت مشترک و با هم بیازمایید.

یک مرز بسیار باریک بین زیاده روی و دادن درس های مورد نیاز هنگام باخت در مسابقات شمشیربازی وجود دارد. همان گونه که هر والدی متفاوت است، هر بازیکنی و هر مسابقه ای تفاوت خود را داراست. با این حال ما می توانیم به گونه ای برخورد کنیم که هم شخصیت ورزشکاری و جوانمردی و هم شمشیربازی خود را توسعه و گسترش دهیم!

Igor Chirashnya,
Academy of Fencing Masters Blog