

# اندازه گیری میزان پیشرفت شمشیربازی فرزندتان را متوقف کنید!

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۱۰/۶)

برای چه مدتی فرزند شما مشغول شمشیربازی است؟ **رتبه بندی سطح شمشیربازی** کودک شما چیست؟ نتیجه ی آخرین **مسابقه ی شمشیربازی** که کودک تان در آن شرکت کرد چه بود؟ بالاترین سطح مسابقه ای که فرزند شما در آن به رقابت پرداخت چه بود؟

اگر شما **پدر و مادر یک شمشیرباز** هستید، پس از خواندن این سؤالات احتمالاً یک لیست کامل از پاسخ های ذهنی در شما تحریک و ایجاد خواهد شد. شاید هم گاهی اوقات این سوال ها را با صدای بلند از خودتان پرسیده باشید.



اندازه گیری میزان پیشرفت شمشیربازی فرزندتان حسی است و به سختی می شود با اعداد درجه بندی کرد، اما این کار علاوه بر اینکه برای شما خوب نیست، از همه مهمتر برای او نیز بسیار بد است.

## پیشرفت فرزندم چگونه است؟

بسیاری از والدین نگران هستند که بدانند **عملکرد فرزندانشان در شمشیربازی چگونه است**. و این درست بعد از یک **جلسه درس انفرادی** یا یک کلاس گروهی، یا درست پس از پایان یک **اردو**، و البته بیشتر اوقات پس از یک مسابقه، زیاد اتفاق می افتد. اگر شما می خواهید بدانید که آیا نتایج مورد انتظار شما اتفاق افتاده است یا خیر، باید اول ببینید که فرزند شما آن چیزهایی را که شما انتظار داشته اید را، انجام داده است! وقتی شما سعی می کنید شمشیربازی کودک خود را این گونه اندازه گیری کنید، یعنی این که نمی دانید که این قطره از دانش، این بخش بسیار اندک تکنیک، و این ذره ی ناچیز اطلاعات، چیزی نیست که قابل مشاهده یا لمس باشد. شمشیربازی مجموعه ای از اطلاعات انباشته روی هم است که با گذشت زمان توسعه می یابد. موفقیتی که شما و فرزندتان به صورت توأمان با هم ایجاد می کنید، نیاز به یک سفر بسیار طولانی دارد. این چیزی نیست که بتوانید آن را در فهرست کارهای روزانه ی خود تیک بزنید.

وقتی شما پیشرفت فرزند خود را با این محک های کم ارزش اندازه گیری می کنید، در واقع شما در حال تاثیر گذاری منفی روی شمشیربازتان هستید. پیشرفت در شمشیربازی پیچیده است، و هنگامی که آن را زیر میکروسکوپ می گذارید، شما در حال تبدیل شکست های کوچک به شکست های بزرگ هستید، که به نوبه ی خود باعث می شوید شمشیرباز جوان شما در مورد آنچه باید در مسیر موفقیت خود به عنوان موانع کم ارزش بدانند، آنها را به صورت کاملاً منفی ببیند.

به عنوان مثال، فرض کنید که یک شمشیرباز زیر ۱۰ سال که از سایر بازیکنان رده ی سنی خود بلندتر است، در اسلحه ی فلوره، همه ی امتیازهای خود را با ضد حمله (کونتر اتک) کسب کند، و حتی هم یک بار مجبور به دفاع نشود. در این رده ی سنی این پسر بسیار موفق است و بر تمام رقیب های خود چیره می شود. و این یک سناریوی منطقی است، و ما گونه های مختلفی از آن را فراوان دیده ایم.



با این حال یک مربی خوب شمشیربازی (که این پسر هم خوشبختانه یکی را دارد) می داند که این تاکتیک برای همیشه کارگر نخواهد بود. شاید این پسر در حال حاضر بلندتر از همه باشد، اما این تنها به این دلیل است که او زودتر از بقیه رشد کرده است. بچه های دیگر هم سنش خیلی زود به او خواهند رسید، و مربی می داند که بعد از آن زمان او با مشکل روبرو خواهد شد. مربی نمی خواهد که او به این کار عادت کند و بازی خود را با تکنیک ضد حمله ادامه دهد. در عوض از شاگرد خود می خواهد که در حرکت های تدافعی از انواع مختلف دفاع ها استفاده کند. بنابراین مربی روی "فراموش کردن" ضد حمله و فراگیری دفاع و جواب کار می کند. نتیجه چه می شود؟ ناگهان در چندین مسابقه ی بعدی این پسر دچار مشکل می شود، و حتی به سبب عدم امتیاز گیری با ضد حمله، بازی های خود را می بازد.

اکنون او برای کسب امتیاز باید بیشتر به اصل حق تقدم خود پس از دفاع تکیه کند، و البته این شیوه هم لزوماً زیاد کارگر نخواهند بود. آنگاه پدر و مادر او با ناراحتی نزد مربی خواهند آمد. برای ستاره ی شمشیربازی کوچک آنها چه اتفاقی افتاده است؟ او به جای پیشروی دچار پسروی شده است! آنگاه آنها سرخورده می شوند و انگیزه ی خود را از دست می دهند، گویا که آن همه پول و زمان را دور ریخته اند. این واکنش صد در صد به کودک منتقل خواهد شد و باعث می شود که او بیشتر دچار استرس بشود و انگیزه و عشق به شمشیربازی خود را ازدست دهد.

البته واقعیت کاملاً برعکس است. مربی این جوان می داند که چه کاری دارد انجام می دهد، و به جای انتخاب آسان ترین راه، او را وادار می کند تا یک شمشیرباز واقعی شود. اگر او این دوره ی دشوار را طی کند، بازیکن بسیار بهتری خواهد شد و صرفاً از امتیاز قدبلندتر بودن از همسن های خود به کار خود ادامه نخواهد داد، بلکه با فراگیری تکنیک های کافی و کسب **درک تاکتیکی** جهت برنده شدن، کار خود را ادامه خواهد داد! باخت دشوار است، اما آن می تواند یک تجربه ی آموزشی بسیار عالی باشد. این شمشیرباز نیاز دارد که چند گام به عقب برگردد، عادت های بد آموخته شده ی قبلی خود را خنثی کرده، و عادت های جدید و بهتری را به دست آورد. شاید به نظر برسد که این فرایند برگشت به عقب باشد، اما در واقع این معاوضه ی یک گام به عقب با دو گام به جلو است. این فرایند ممکن است ناراحت کننده باشد، اما این تنها راه تبدیل شدن به یک شمشیرباز بهتر و عالی است!

این فقط یک مثال بود، البته کمی اغراق آمیز، اما ما می توانیم در مورد این نوع الگوهای رشد از زوایای مختلف نیز صحبت کنیم. حتی بازیکنان بسیار با تجربه نیز گاهی اوقات متوجه می شوند که باید به عقب برگردند تا بتوانند به پیشروی خود ادامه دهند. هیچ خطی مستقیمی برای موفقیت در شمشیربازی وجود ندارد، و مهم نیست که ما چقدر دوست داریم که این گونه باشد. ورزشکاران با تجربه این را می دانند، و آنها یاد می گیرند که مشکل این فرایند را درک کنند.

## تاثیرهای بد کنترل مو به موی کودکان شمشیرباز

این گونه مدیریت، یا همان گونه که معمولاً **مدیریت هلیکوپتری** نامیده می شود، یک تجربه ی منفی است. کودکانی که والدین شان بطور مداوم از پیشرفت فرزند خویش سؤال می کنند و سعی بر اندازه گیری آن از طریق یک خط مستقیم، از **اولین درس انفرادی** تا مدال طلای المپیک هستند، در واقع بر خلاف آنچه برای کودکان شان دوست دارند، انجام می دهند. با این رویه بچه ها شروع به احساس تردید زیادی می کنند. "آیا واقعا امروز پیشرفت کردم؟ آیا به سختی کار می کنم تا مادر یا پدرم را راضی کنم؟ اگر من در این مسابقه نتیجه نگیرم، چه می شود؟" این ها اندیشه هایی نیستند که ما دوست داریم بچه هایمان داشته باشند. با چنین روشی، بچه ها شروع به خود اندازه گیری، انتقاد، و نگرانی از عملکرد خود می پردازند و در نهایت شروع به بهانه آوردن می کنند، زیرا آنها نمی توانند به این انتظارات برسند.



**توجه بیش از حد والدین** به این معنی است که شما همیشه تحت تاثیر این فرآیند ویژه قرار دارید. فرزند شما متوجه خواهد شد که حضور او در اینجا برای بازگشت سود سرمایه گذاری پدر و مادر است، که با اهداف شمشیربازی کاملاً ضد و نقیض است. مدال شمشیربازی چیزی نیست که بتوانید آن را خریداری کنید، یا اینکه با پرداخت حق الزحمه ی به بهترین مربیان و یا خرید بهترین تجهیزات شمشیربازی بتوان آن را به دست آورد. حتی پدر و مادرهای بزرگ نیز گاهی اوقات به این فکر می افتند که باید برای مقدار پول و زمانی که آنها برای شمشیربازی هزینه کرده اند، بازدهی داشته باشند. آنها این مطلب را خوب درک نمی کنند، و تنها بررسی و آشنایی با واقعیت می تواند به تسکین انتظارات آنها کمک کند.

هنگامی که شما فرزند خود را مجبور به اندازه گیری هر جزء کوچکی از شمشیربازی می کنید، در واقع او را از لذت بردن از شکست های خود، محروم می کنید. بله، شکست عمیقاً رضایت بخش است! به این دلیل که دوره ی شکست زیاد طولانی مدت نیست، و هیچ چیز لذت بخش تر از فراتر رفتن از سطح شمشیربازی قبلی خود نیست. همه بازنویسی یک داستان را دوست دارند و ما همه در برخی موارد زندگی همین کار را می کنیم. اجازه دادن به فرزندان برای کسب این تجربه، بسیار عالی است!

## اندازه گیری میزان کیفیت شمشیربازی فرزندان را متوقف کنید

این کار، مانند بستن یک شیر فلکه، آسان به نظر می رسد. اما با توجه به تجربه می توان گفت که زیاد هم آسان نیست.

شما مقدار زیادی وقت، پول و فضای مغز خود را در شمشیربازی کودک خود سرمایه گذاری کرده اید. شما همچنین پدر و مادر او هستید، و در عین حال برای مراقبت از او احساس مسئولیت می کنید. از سوی دیگر، شما دوست دارید که او در مسیر درست قرار گیرد.

برخی از دلایل کنترل مو به موی پیشرفت شمشیربازی فرزندی، ترس از شکست اوست و یا ترس از مقصر بودن خود در از دادن فرصت هاست. "اگر من اشتباهی مربی دیگری را انتخاب می کردم، او هرگز به المپیک نمی رسید؟" این یک پس زمینه ی تفکر ذهنی است که بسیاری از والدین آن را تجربه کرده اند. شما تنها نیستید. پدر و مادر بودن مسئولیت بزرگی است، و شما حق دارید آن را جدی بگیرید. با این حال در بعضی مواقع شما تنها کاری که می توانید انجام دهید این است که بگذارید زندگی مسیر خود را طی کند! شما با انتخاب یک مربی و یک باشگاه خوب کار اصلی خود را انجام داده اید.



اگر چه ما فکر می کنیم این کار نشانه ی ضعف است، اما در واقع نشانه ای از قدرت است که ما را به کنترل بیش از حد خود می رساند.

"معجزه بچه ها در این است که ما نمی دانیم چگونه تغییر خواهند کرد، یا اینکه در آینده چه کسی خواهند شد". آیلین کندی مور.

شما تمام نیازهای شمشیربازی فرزندان که شکل دهنده ی مسیری که او باید طی کند را، فراهم کرده اید، از مربی و آموزش های باشگاهی گرفته، تا مهارت های مقابله با مشکلات، و تقویت بنیان خانواده. پس از اینکه همه ی این کارها را انجام دادید، دیگر هیچ کنترلی روی او ندارید. از این به بعد، ادامه ی این فرآیند به عهده ی خود کودک است. شما نمی توانید این کار را برای او انجام دهید. شما نمی توانید تشخیص دهید که سرنوشت او چه خواهد بود.

آنچه که شما می توانید انجام دهید این است که گوش به زنگ باشید، و به جای نگاه به عقب، به آینده فکر کنید. به مسیری نگاه کنید که فرزندان به سمت آن در حرکت است و در عین حال واقع بین باشید. شما نمی توانید تشخیص دهید که آینده برای فرزندان چه چیزی را رقم خواهد زد، اما می توانید سوختی که برای ادامه کار به آن نیاز دارد را فراهم کنید. کلید موفقیت در این است که به خودتان اعتماد داشته باشید که همه چیز را در طول این مسیر به درستی فراهم کرده اید! اگر تصمیمات شما هوشمندانه، با اندیشه ی متمرکز، و با سرعتی متناسب بوده است، بنابراین هیچ دلیلی وجود ندارد که به خودتان شک کنید.

بنابراین از اندازه گیری کردن مرتب و مکرر کودک تان خودداری کنید، **به مربی او اعتماد کنید**، سیستم و فرآیند آموزش او را باور داشته باشید. آنگاه بگذارید او از این پروسه لذت ببرد، نگاهی به دراز مدت بیاندازید، و از همه بیشتر، خودتان هم از این سفر لذت ببرید!

Igor Chirashnya,  
Academy of Fencing Masters Blog