

# یازده توصیه برای والدین شمشیربازها

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۱۰/۹)

والد یک ورزشکار جوان بودن می توانند کار بسیار پیچیده ای باشد. و این برای والدینی که در جوانی خود ورزش رقابتی نکرده اند، و اکنون می خواهند در دنیای پر استرس و الکتریکی شمشیربازی، از فرزند خود حمایت کنند، بسیار چالش برانگیزتر می شود.

یک مرز فوق العاده ظریفی وجود دارد که والدین شمشیربازها باید از آن بگذرند. تشویق به رشد بدون تحقیر کردن، مدیریت انتظارات بدون هیچ گونه فشار، و کنار کشیدن در عین حالی که به پروسه ی تربیت خود ادامه دادن.

والدین سلطه طلب غالباً نمی توانند به ادامه ی مشارکت بچه هایی خود در ورزش کمک زیادی بکنند، و این چیزی است که ما در شمشیربازی زیاد دیده ایم. و می تواند تاثیرات فراوانی داشته باشد، از نرسیدن به **بالاترین رده های** دنیای شمشیربازی، تا محرومیت از دریافت بورسیه ی دانشگاهی، و حتی مانع رشد آنها در ادامه ی فعالیت های دیگر در طول زندگی شخصی و حرفه ای به عنوان بزرگسال. مهمترین نکته این است که روابط منفی پیرامون شمشیربازها می تواند به طور کلی رابطه ی پدر و فرزندی را تحت تاثیر قرار دهد. بسیار مهم است که والدین متوجه تاثیر اعمالشان بر بازیکنان جوان خود بشوند.



در اینجا، به یازده ویژگی والدینی که پدر و مادرهای شمشیربازها باید دنبال کنند، می پردازیم.

## ۱. توجه داشته باشید که شمشیربازی فرزند شما انعکاس مسئولیت والدینی شما نیست

بله، ما واقعا با یکی از سخت ترین موارد روبرو هستیم. اگر فرزند شما بازیکن المپیک باشد، این بدان معنا نیست که شما پدر و مادر کاملی هستید. و اگر فرزند شما در یادگیری اصول زیربنایی شمشیربازی دچار چالش است، بدان معنا نیست که شما پدر و مادر بدی هستید. آنچه که از هر چیز مهم تر است، واکنش شما نسبت به فرزندتان می باشد، یعنی میزان و اندازه ی واقعی مهارت والدینی شما چگونه است؟ اگر فرزند شما در شمشیربازی پیشرفت نمی کند، این نشانه ی سرافکندگی شما نمی تواند باشد.

## ۲. همیشه کل تیم را تشویق کنید

بله، فرزند شما ممکن است عضو مورد علاقه ی شما در تیم باشد (خیلی هم عالی است)، اما یک تیم شمشیربازی، یک تیم است نه یک نفر! امتیازها برای همه محاسبه می شود و مدال ها به همه ی اعضای تیم می رسد. در بازی های انفرادی نیز، تشویق یکدیگر مهم است. **رفاقت و دوستی** قلب شمشیربازی و قلب زندگی است!

در حالی که هماهنگی بین اعضای تیم همیشه امکان پذیر نیست، با این وجود بهتر است که کودک شما آن را امتحان کند. پدر و مادر وظیفه دارند که الگویی برای فرزندان شان ایجاد کنند تا از آن پیروی کنند.

### ۳. روی نقاط مثبت تمرکز کنید

بله، بعضی وقت ها ما نیاز به ارزیابی مشکلات داریم، اما در حقیقت، آنها بسیار اندک هستند و در درازمدت فاصله ی بین آنها بسیار زیاد می شود. تقریباً هر وضعیتی را می توان با دو نگاه مشاهده کرد، مثبت و منفی. و ما شانس آن را داریم که از بین آنها یکی را انتخاب کنیم که بر آن تاکید کنیم. اگر فرزند شما **یک بازی را باخته** است، بیشتر روی اتفاق های خوب آن بازی تمرکز کنید، نه اشتباهاتی که انجام داده است، تا روند پرورش او براساس آن پایه ریزی شود. ما به شما اطمینان می دهیم که بچه ها دقیقاً می دانند که چه اشتباهاتی را کرده اند. بنابراین تا جایی که می توانید بر راه هایی اصلاح آن تمرکز کنید!

آیا فرزند شما در طول بازی سرگرم بوده است؟ آیا مهارت جدیدی را یاد گرفته است؟ آیا او با هم تیم های خود شاد بود و از آنها حمایت می کرد؟ بیا باید بیشتر به جای فکر کردن به مدال به پروسه ی رشد او پردازیم.

### ۴. از طریق فرزندان به زندگی خود ادامه ندهید

از آنجا که شما در بچگی می خواستید المپیک بشوید (یا آرزو می کردید که الان باشید)، به این معنا نیست که مسیر بچه ی شما هم باید همین باشد. در حالی که ما همیشه آرزوهای بزرگ و کار سخت را تشویق می کنیم، اما چیزی که ما هرگز دوست نداریم ببینیم بچه هایی هستند که به زور پدر و مادرشان شمشیربازی می کنند. بچه ها باید رویاهای خود را داشته باشند و **نه رویاهای شما**.



اگر شمشیربازی را دوست دارید، می توانید خودتان آن را شروع کنید! **شمشیربازی بزرگسالان** راه فوق العاده ای است برای کار کردن و بالا بردن اعتماد به نفس است، و همه ی آن نتایجی که فرزند شما به دست آورده است را می توانید خودتان نیز کسب کنید. به جای زندگی کردن از طریق فرزندان، خودتان روی پیست بروید! ممکن است که نتوانید به بازی های المپیک بروید (کی می داند، شاید هم توانستید!)، اما برای بزرگسالان نیز مسابقات متعددی وجود دارد که می توانید در آنها رقابت و چالش های سالم داشته باشید و به جوایز فراوانی نیز برسید. بنابراین می توانید شمشیرتان را بردارید و درس گرفتن را امتحان کنید!

### ۵. به حریف ها احترام بگذارید

شمشیربازی یکی از آن فیلم های قدیمی غربی نیست که در آن یک مرد خوب و یک مرد بد وجود داشته باشد. آن کسی که در آن طرف دیگر پیست قرار دارد، مانند شما انسان است! او هم احساس دارد و سخت تلاش کرده است تا به این مسابقه برسد. گذاشتن نام های نامناسب روی مردم، کار خوبی نیست، و همچنین می تواند آموزش بسیار بدی برای بچه ی شما باشد که یکی از بدترین کارهایی است که یک والد می تواند

در حق فرزندش انجام دهد. همیشه به حریف احترام بگذارید. در مورد چگونگی برخورد با فرزندتان موقع برنده شدن و باختن فکر کنید، آنگاه همان رویه و رفتار را با رقبای خود داشته باشید.

## ۷. بگذارید مربی کار خود را بکند

مهم نیست که فرزند شما به مدت یک هفته یا ده سال مشغول شمشیربازی باشد، لب مطلب این است که مربی بیشتر از هر کس دیگر می داند چه چیزی برای رسیدن به عملکرد خوب کودک تان لازم است. والدینی که **در کار مربیگری دخالت** می کنند، دنبال ایجاد مشکل هستند. دادن راهنمایی از طرف تماشاچیان و دادن پیشنهادهای حرکتی از طرف شما بیشتر فرزند شما را به اشتباه می اندازد و در نتیجه او قادر نخواهد بود بهترین عملکرد خود را ارائه نماید.

مربی شمشیربازی شریک فرایند ترقی فرزند شماست. گاهی اوقات شخصیت و سبک مربی با شخصیت بازیکن کاملاً هماهنگی دارد، اما گاهی اوقات روابط چالش برانگیز می تواند به بچه ها کمک کند تا به نحو مطلوب تری رشد کنند. به هر حال، به یاد داشته باشید که مربی فرزند شما همیشه بهترین برخورد را، که به نفع فرزند شماست، دارد و از صمیم قلب با شأن و احترام با او رفتار می کند.

## ۸. به داوران شمشیربازی احترام بگذارید

قرار نیست که قضاوت هر ضربه کاملاً درست باشد. داوران شمشیربازی افرادی هستند مثل من و شما. آنها هم اشتباه می کنند، آنها هم در یک لحظه حساس غافلگیر می شوند. اگر در یک بازی اشتباهی رخ دهد، وظیفه ی مربی است که آن را به داور گوشزد دهد، و کار شما نیست.



برخورد با حرمت و احترام با داور تشکیل دهنده ی بخش مهمی از کمک به کودک تان در درک مفهوم زندگی و یادگیری آنچه باید با حوادث اتفاقی انجام دهد. یک قضاوت بد زندگی آنها را از بین نخواهد برد، درست مانند هر حادثه ی دیگری در مسیر زندگی، که آنها را نابود نخواهد کرد.

## ۹. هر زمانی که می توانید در خدمت باشید

حاضر شدن شما برای دیدن تمرین، تماشای رقابت، و حضور در رویدادهای مختلف باشگاه می تواند حمایت بزرگی برای فرزندتان باشد. حتی اگر متوجه نشوید که چقدر برای او ارزش و اهمیت دارد، در واقع کمک بسیار بزرگی به او کرده اید! شاید برای شما ممکن نباشد که همیشه و

در هر مسابقه ی خاصی حضور داشته باشید، اما تلاش کنید تا هر زمانی که امکان پذیر باشد آنجا باشید، تا شمشیرباز جوان شما بداند که تمرین او برای شما اهمیت دارد. بیش از هر چیز، این عمل به فرزند شما نشان می دهد که پیشرفت و کار سخت او برای شما بسیار ارزش دارد. به خاطر وجود فرزندتان در آنجا حاضر شوید، حتی اگر کاری برای انجام دادن نداشته باشید، فقط آنجا باشید.

## ۱۰. به خاطر داشته باشید که کودک تان همیشه در حال تماشای شماست

ممکن است فکر کنید که فرزند شما ملامت کردن مربی را، یا ناراحت شدن تان به خاطر یک ضربه ی از دست داده شده را، نمی بیند، اما او خوب هم می بیند. کودکان و نوجوانان بیشتر از آنچه ما فکر می کنیم متوجه همه چیز هستند، و آنها را می بینند، و برای ما، والدین شمشیربازها بسیار مهم است که بدانیم که این چشم های کوچک در هر لحظه مشغول تماشای ما هستند. بچه ها چیزهایی را که والدین شان انجام می دهند را، در درون خود می ریزند، و رفتار کنونی شما در زمینه ی شمشیربازی با آنها تا ابد باقی خواهد ماند.



همیشه بدانید که هر کاری که مربوط فرزندتان و شمشیربازی او انجام می دهید، هر چه باشد، او آن را می بیند.

## ۱۱. از طریق هنر شمشیربازی هنر زندگی کردن را به او بیاموزید

برخلاف طرز فکر بسیاری از مردم، شمشیربازی ضرب و جرح مردم با شمشیر نیست. شمشیربازی یعنی آموزش قدرت و انعطاف پذیری جهت هدایت کودکان در زندگی است. درس های آموخته شده روی پیست همان جا باقی نمی ماند! آنها به کلاس، به محیط کار، و روابط با دیگران در خارج از باشگاه منتقل می شوند.

هرچه دیدگاه شما نسبت به شمشیربازی فرزندتان گسترده تر بشود، به طور مؤثرتر خواهید دید که آنچه آنها در سفر شمشیربازی خود به آن نیاز دارند، در حال به دست آوردن آن هستند. این مطلب در مورد شمشیر نیست! در مورد ماسک نیست! در مورد بازی های المپیک نیست! در مورد مسابقات قهرمانی کشور نیست! شمشیربازی یعنی آموزش اطلاعات جدید بیشتر و بیشتر، ادامه دادن به علاقمندی خاصی در درازمدت، و احساس خوشنودی فرزندتان از طریق رشد و بالندگی در این ورزش افسانه ای قابل تحسین، است.

Irina Chirashnya,  
Academy of Fencing Masters Blog