

# دو کلمه ای که بعنوان مربی هرگز دوست ندارم بشنوم!

دیمین لیفلت

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۹/۷/۱۳)

هنگامی که روین لیماردو-گاسکون (شمشیرباز ونزوئلایی برنده مدال ایه المپیک ۲۰۱۲ لندن) شمشیر ایه را برای اولین به دست گرفت، من گمان می کردم او فاقد ویژگی های کارپای سریع کولوبکوف، غیرقابل پیش بینی بودن پائولو میلانولی، یا حرکات آمادگی شگفت انگیز گوتیر گرومیر باشد. من تصور می کردم که روین لیماردو همان روشی را شروع کرد که هر بازیکن مبتدی دیگر شمشیربازی را شروع می کند. و به خاطر ارتکاب خطاهای مشترکی که هر شمشیرباز جدیدی مرتکب می شود مرتب هم کارت زرد می گرفت.



همان طور که یک شمشیرباز از سطح مبتدی به سطوح بالاتر پیشرفت می کند، دچار شدن او به اشتباه و خطاهای قابل پیش بینی اجتناب ناپذیر است. و این فرآیند بخشی از منحنی یادگیری دشوار شمشیربازی را تشکیل می دهد. بنابراین آن دو کلمه ای که شما به عنوان مربی هرگز دوست ندارید بشنوید چیست؟ اگر توانستید حدس بزنید؟

"!.....!"

خیر، شما اشتباه می کنید. آن عبارت "معذرت می خواهم!" می باشد.

چیزهای زیادی در زندگی وجود دارد که باید برای آنها عذرخواهی کرد، اما اشتباه کردن در هنگام یادگیری یکی از آنها نیست. کاربرد عبارت "معذرت می خواهم!" هنگامی که اشتباهی در حق دیگران کرده باشید مناسب است (به عنوان مثال یک ضربه تصادفی به مناطق حساس مربی یا یک ضربه شلاقی به مچ او). اما خیلی وقت ها، "معذرت می خواهم!" را پس از اجرای یک حرکت نادرست در متن یک درس و یا طلب بخشش به خاطر اشتباهات معمولی مبتدی شنیده می شود.

به عنوان یک شمشیرباز، ما باید درک کنیم که شغل مربی اصلاح خطاها است. در قرارداد نانوشته بین شمشیرباز و مربی، مربی اعتماد و وفاداری مخلوط با اندکی دانش بی دریغ، در اختیار شاگردان خود قرار می دهد. در مقابل، او هم همین را از شاگردان خود پس می گیرد. بیان عبارت "معذرت می خواهم!" بعنوان پیش فرض نتیجه یک اجرای نادرست یا غیر دقیق یک حرکت که به عنوان بخشی از منحنی یادگیری شمشیرباز

است، زیاد انتظار نمی رود. خود شکست در اجرای حرکت شایسته عذرخواهی نیست، بلکه کمبود تلاش و قاطعیت شاگرد برای اجرای حرکت مورد نظر بیشتر مد نظر است.

روابط مربی و شاگرد که "معذرت می خواهم!" را به عنوان بخشی از گفتگوی خود می پذیرد، زمینه را برای سختگیری در درس را باز می کند، و نگرانی از ارتکاب اشتباهات معمول را بیشتر می کند. ناامیدی ناشی از دلشکستگی شخصی می تواند در یک درس افزایش یابد، به ویژه موقعی که پیچیدگی درس افزایش پیدا می کند. **مربی باید از طریق برطرف کردن ضعف، و اِعمال اصلاحات سریعی** که خللی در روند درس ایجاد نمی کند، **خستگی شاگرد را از بین ببرد**، و سعی کند درس را با یک **روحیه مثبت** به پایان برساند تا اینکه شمشیرباز با احساس درماندگی از پیست خارج نشود.

لطفاً "معذرت می خواهم!" را از واژگان درس شمشیربازی خود خارج کنید و آن را تنها در جای مناسب استفاده کنید. این بهترین عبارت برای استفاده در حوادث معنی دار است که در آن شخصی واقعاً در حق شخص دیگری بد کرده باشد. مربی باید شاگردان خود را برای ایجاد خطا به چالش بکشد - به هر حال، بدون چالش مداوم، بعید است که یک شاگرد بتواند چیزی یاد بگیرد و سطح بازی خود را ترقی دهد. تا زمانی که شاگرد نتواند بهترین قدم های خود را بردارد و هنر خود را به نمایش بگذارد، یک **حرکت ناموفق باید با یک روش ارتباطی درست بصورت دقیق تصحیح شود**، سپس به مرحله بعدی درس پرداخته شود.

نقطه نظرهای همکاران در مورد عبارت های دو کلمه ای که دوست ندارند بشنوند:

"مربی قبلی!"

"وقت نیست!"

"من باختم!"

"مادرم/پدرم میگه!"

"من می دونم!"

"من خسته هستم!"

"ورزش ناامن"

