

فضیلت بردباری در والدین شمشیربازها

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۱/۲/۴

صبر و حوصله یک هنر و یک مزیت است، اما متأسفانه بسیاری از ما به جای تقویت این ویژگی بارز با آن مبارزه می‌کنیم.

خوب می‌دانم که خود من همیشه در حال دست و پنجه نرم کردن با بردباری هستم، به‌ویژه وقتی صحبت از چیزهایی می‌شود که احساس می‌کنم کنترل زیادی روی آنها ندارم. وقتی در ترافیک گیر می‌کنم ناامید می‌شوم یا وقتی با اینترنت مشکل پیدا می‌کنم صبرم را از دست می‌دهم. بله من اینگونه هستم، و شکیبایی برای من یک کار سختی است.



صبر و بردباری چیزی است که بسیاری از والدین دیگر نیز با آن دست و پنجه نرم می‌کنند، به‌ویژه وقتی که می‌بینیم آنها چگونه بچه‌های خود را در روزهای آغازین آموزش شمشیربازی هدایت می‌کنند. نحوه **پیشرفت کودک در شمشیربازی** می‌تواند برای والدین خسته‌کننده باشد، به این دلیل که این فرایند تا حد زیادی در خارج از کنترل آنها است. اینکه فرزند شما حرکت را **"درک"** کند و در این ورزش پیشرفت داشته باشد، چیزی نیست که شما والدین بتوانید در این زمینه برای او کاری انجام دهید.

اعتبار سنجی فوری، موفقیت فوری!

خیلی‌ها عنوان می‌کنند که بچه‌های امروزی تنها **چیزهایی را دوست دارند که آنها را بطور آبی ارضا کند**. اما این فقط در مورد بچه‌ها صدق نمی‌کند – بلکه والدین هم گاهی اوقات خواهان چنین رضایت فوری هستند.

جای تأسف است وقتی می‌بینم والدینی تصمیم می‌گیرند بعد از چند تلاش ناموفق در شمشیربازی فرزندشان را وادار به ترک این ورزش می‌کنند. آنها فکر می‌کنند که اگر فرزندشان در همان روزهای اول نتواند گلیم خود را از آب بیرون بکشد، هرگز شمشیرباز خوبی نخواهد شد.

والدین در چنین شرایط تنها به دنبال این هستند که بلافاصله **ببینند** که آیا این ورزش مناسب فرزندشان هست یا نیست، اما واقعیت این است که شما اصلاً در عرض چند هفته نمی‌توانید بگویید که شمشیربازی، یا هر ورزش دیگری، برای او مناسب هست یا نیست. برای رسیدن به چنین نتیجه ای زمان بیشتری مورد نیاز است. و تنها به دلیل اینکه کودک شما در چند هفته اول آموزش شمشیربازی دچار مشکل و تکاپو هست، نمی‌تواند به این مفهوم باشد که رویاهای قهرمانی او از بین رفته است. زیرا مدت قابل توجهی طول می‌کشد تا بازیکن جا بیافتد و به تمرینات خود عادت کند.

تنها چیزی که از این طرز فکر به نظر می‌رسد این است که چنین والدینی به دنبال یک معجزه و بازخورد فوری سرمایه گذاری خود هستند. پس از گذراندن چندین کلاس و گرفتن چند درس انفرادی خصوصی، آنها از خود می‌پرسند: "پس، نتیجه چی شد؟"

فراموش نباید کرد که **فرزندپروری یک معامله نیست.**

شما باید از خود بپرسید: "من برای چه اینجا هستم؟" و پاسخ این سوال نمی‌تواند تنها این باشد که شما برای **گرفتن جوایز یا مدال** اینجا هستید. بلکه پاسخ باید این باشد که شما اینجا هستید تا **فرزندتان به عنوان یک شخص رشد کند**. شمشیربازی برای همین است. شمشیربازی ورزشی است که می‌تواند این کار را با تمام قدرت برای فرزندتان انجام دهد، البته به شرط اینکه به او اجازه دهید با توان خودش و بدون دخالت شما رشد کند.



ما می‌دانیم وقتی والدین بچه‌های خود را در حال شمشیربازی می‌بینند و هیچ مقامی به دست نمی‌آورند، می‌تواند برای آنها سخت باشد. شاید فکر کنید که فرزندتان باید کار بیشتری انجام دهد تا بهتر بشود. خطور ایده رقابت به ذهن شما، سرانجام بدی خواهد داشت، زیرا ممکن است **فرزند خود را با بچه های دیگری مقایسه** کنید که شاید در همان مدت زمان سریع تر پیشرفت کرده باشند. بنابراین ممکن است به این فکر بیافتید که اگر فرزندتان در این مدت زمان پیشرفت نکرده است، پس باید شمشیربازی را کنار بگذارند و به ورزش دیگری بروند (سپس یک ورزش دیگر، ورزش بعدی و و و ...).

در چنین شرایطی، به نظر می‌رسد که هدف والدین عشق به ورزش نیست، بلکه هدف آنها تجارت یا راهیابی به دانشگاه یا المپیک است. با این نوع نگرش، متأسفانه آن اتفاق‌ها رخ نخواهند افتاد. و در عوض، تنها چیزی که به دست خواهید آورد **ناامیدی** است.

آیا فرزند من عالی است؟

این سوال در بین والدین فوق العاده رایج است. زیرا والدین دوست دارند هرچه زودتر بدانند که آیا باید روی ورزش انتخابی خود، چه از نظر زمانی و چه از نظر مالی، سرمایه گذاری کنند یا خیر. بخش پیچیده ماجرا در این است که برای فهمیدن اینکه آیا یک ورزش خاص، بعنوان مثال شمشیربازی، برای کودک ما مناسب است یا خیر، به زمان نیاز داریم. شما بلافاصله و فوری نمی توانید متوجه شوید که آیا فرزندتان در این فرایند عالی خواهد بود یا خیر.

وقتی کودک آن انتظار فوری را برآورده نمی کند، متأسفانه می بینیم که برخی از والدین صبر خود را از دست می دهند و تصمیم می گیرند فرزندان خود را از شمشیربازی بیرون بکشند. دیدن این برخوردها زیاد جالب نیست! زیرا بچه ها باید **زمان** داشته باشند تا بفهمند که آیا شمشیربازی را دوست دارند یا خیر.

به جای انتظار و بردباری، متأسفانه برخی والدین را می بینیم که به دنبال **اعتبارسنجی آنی و نتایج فوری** هستند. آنها هر دو هفته یک بار از مربی می پرسند که آیا شمشیربازی برای فرزندشان مناسب است یا خیر. این سوال درست و مفیدی نیست! از همه مهم تر، خود شمشیرباز جوان هرگز نخواهد توانست در چنین جدول زمانی فشرده ای، روی پاهای خود بایستد. شما در عرض دو ماه متوجه نخواهید شد که آیا او این ورزش را دوست دارد یا خیر. از طرف دیگر، همه ما اگر از چیزی یا کاری خسته شویم، درست پس از گذشت چند ماه احساس کسلی و بی حوصلگی در وجودمان ظاهر می شود.

هرکاری به زمان نیاز دارد تا تازگی آن از بین برود. ضمن اینکه قرار نیست پس از تنها یک مسابقه بفهمید که فرزندتان المپیکی خواهد شد یا خیر. ضمن اینکه، **چند مسابقه اول یک شمشیرباز جوان همیشه همراه با اضطراب و نگرانی است**. او باید حداقل یک فصل کامل را بگذراند تا بفهمد که آیا شمشیربازی را دوست دارد یا خیر.



بله، یک سال تمام.

فهمیدن اینکه آیا فرزند شما می تواند ادامه دهد، یا مهم تر اینکه آیا او به این ورزش علاقه دارد یا خیر، آنقدر که فکر می کنید زیاد هم طول نمی کشد. دوباره تکرار می کنم که یک فصل زمان خوبی برای درک این موضوع است. اگر فرزند شما در عرض یک یا دو ماه اول به انجام تمرینات آزمایشی شمشیربازی علاقه نشان بدهد، بنابراین برای مدت شش ماه یا یک فصل کامل برنامه ریزی کنید. البته بدون اینکه در طول این مدت هیچ چیز را زیر سؤال ببرید.

از پرس و جو بپرهیزید! کنجکاوی را متوقف کنید! یعنی اینکه دلواپسی خود را تعطیل کنید و بردبار باشید.

والدینی که این کارها را انجام می دهند با دست های خود محیط ناسالمی برای فرزندانشان ایجاد می کنند. وقتی فرزندتان می بیند شما در حال مشورت با مربی خود هستید و می شنود که از او سوال می کنید، **تاثیر بدی روی او می گذارد**، زیرا او نمی تواند با سرعت دلخواه خود مشغول یادگیری بشود، و در عوض او سعی خواهد کرد بطور مفرط تلاش کند تا نیازهای شما را برآورده کند. فراموش نباید کرد که مشارکت او در ورزش برای تامین نیازهای اوست، نه نیازهای شما.

به فرآیند آماده سازی کلاس اعتماد کنید

اعتماد به این فرآیند بسیار حائز اهمیت است. پس از انتخاب یک کلاس آموزشی، تلاش کنید که همراه با آن پیش بروید، و به افرادی که به فرزندتان آموزش می دهند ایمان داشته باشید. به آن افراد اجازه دهید شما را راهنمایی کنند و **خودکنترلی** را کنار بگذارید!



بهترین مزیت رها کردن خودکنترلی این است که استرس را از خودتان دور می کنید. وقتی پدر و مادر خیلی سخت می گیرند، در وهله اول به خودشان آسیب می رسانند. فرزند شما در شمشیربازی با سرعتی که قرار است پیشرفت کند پیشرفت خواهد کرد و تنها چیزی که از طرف شما نیاز دارد **حمایت، صبر و تشویق** است، نه **انتظارات غیرواقعی و مطالبه گرانه**.

و این کار نباید آنقدر سخت باشد.

Igor Chirashnya