

رشد و پیشرفت بر پایه قدرت در مقابل شیوه بیان نقاط ضعف

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۱/۴/۶

همه ما اشتباه می کنیم. مهم نیست که چه کسی هستید یا چه کاری انجام می دهید، به هر حال ممکن است یک نشانه را از دست بدهید، زمان خاصی را از تلف کنید یا یک قدم اضافی را بردارید.

بین اینکه به فرزندانمان نشان دهیم که بدون قید و شرط آنها را دوست داریم و دادن راهنمایی صحیح به آنها برای ادامه حرکت خود باریکی وجود دارد. اگر ما قصد داریم که هنگام بزرگ شدن آنها به بزرگسالان موفق و شادی تبدیل شوند، آنها باید مدام به حرکت رو به جلو ادامه دهند.

برای انجام این کار، ما باید یاد بگیریم که به جای نشان دادن نقاط ضعف به آنها کمک کنیم تا نقاط قوت خود را تقویت کنند.



شکوفایی و موفقیت دو روی یک سکه هستند

ما به عنوان والدین وظیفه داریم که به فرزندانمان فضا و حمایت بدهیم تا با عبرت گرفتن از اشتباهاتشان رشد کنند. این ما هستیم که مسئول نشان دادن مسیر رو به جلو به آنها هستیم. اغلب اوقات ما روی **روش تعیین مسیر پیش رو** متمرکز می شویم. ما به دنبال چیزهایی هستیم که بتوانیم اندازه گیری کنیم، مانند رده بندی شمشیربازی یا نمرات آزمون ها.

ما آن چیزهای مانند **شادی و خودشکوفایی**، که کمتر ملموس هستند، را نمی توانیم به راحتی اندازه گیری کنیم. گفتن اینکه "فرزند من در زندگی خود بسیار راضی است!" چندان آسان نیست. این وابسته به طرز تفکر شخص است. شما نمی توانید آن را اندازه گیری کنید. از سوی دیگر، اشاره کردن به یک دستاورد بطور مستقیم بسیار آسان است: "فرزند من در رده سنی خود بهترین شمشیرباز است!".

معمای واقعی اینجاست که هر دوی اینها ضروری هستند. اگر بیش از حد به یک طرف بروید، داربستی را که فرزندان برای موفقیت نیاز دارد از او می گیرید. موفقیت، حداقل از یک جهت، با خودشکوفایی برابری می کند. اگر یک کودک، حتی یک بزرگسال، باور نداشته باشد که قادر است به چیزهایی که دوست دارد در زندگی بدست آورد، دست یابد، بنابراین برای خودش ارزشی قائل نیست. تعقیب اهداف بزرگ در شرایط مناسب بخشی جدایی ناپذیری از خودشکوفایی است.

یکی از راه های درک این موضوع در نظر گرفتن چرخ دنده های یک دستگاه است (دستگاه فرزند شما خواهد بود). برای کار کردن دستگاه باید دو چرخ دنده داشته باشید، آن هم باید به هم متصل شوند و با سرعت صحیح بچرخند. ضمن اینکه هیچ کدام از این دو از دیگری اهمیت کمتری ندارند.

دو راه برای گوشزد کردن اشتباهات

وقتی کسی مرتکب اشتباه می شود، دو راه برای ارائه راهنمایی به او وجود دارد. یا می توانید به او بگویید چه اشتباهی انجام داده است، یا می توانید به او بگویید که چگونه می تواند آن کار را درست انجام دهد.

ساده ترین راه مورد اولی است زیرا اشاره کردن به اشتباهات ساده است، به خصوص زمانی که اشتباه عجیب و غریب هم باشد. اگر کودکی در کارهای خود عمدتاً موفق است، تنها نقطه تاریک شکست است که بلافاصله به مغز ما خطور می کند. اغلب اوقات، این همان چیزی است که ما به سرعت به آن اشاره می کنیم. و این واکنش فوری ماست.

اگرچه همیشه اینطور نیست، اما اغلب اوقات، ما والدین تجربیات دوران کودکی خود را روی فرزندانمان پیاده می کنیم. ما سعی می کنیم اطمینان حاصل کنیم که فرزندانمان آن اشتباهاتی را که در جوانی مرتکب شده ایم، تکرار نکنند، و تلاش می کنیم آن اشتباهات را تصحیح کنیم.

در اصل، هیچ اشکالی ندارد که بخواهید تجربه های فرزندان بهتر از تجارب شما باشد! هیچ شکی در این امر نیست. اینکه بخواهید او زندگی بهتر از زندگی خودتان داشته باشد بسیار عالی و خوشنود کننده است. در واقع، اگر نخواهید او زندگی بهتری نسبت به شما داشته باشد، قطعاً کار اشتباهی کرده اید.

مشکل اینجاست که والدین اغلب موفقیت و خوشبختی را با یک مفهوم برای فرزندانمان تعریف می کنند. آنها در تلاش برای ترغیب فرزندانمان به رفع اشتباهاتی که خودشان مرتکب شده اند گرفتار می شوند. آنها فکر می کنند اگر بتوانند آن مشکلات را برطرف کنند، آنگاه همه چیز درست می شود!

مشکل بزرگ این نوع تفکر اینجاست که اشاره کردن به مشکلات همیشه آنها را برطرف نمی کند. در صورتی که **تکیه بر نکات مثبت**، راه رفع این مشکلات است. با این تاکتیک، می توانید بدون تکرار چرخه های منفی که ممکن است خودتان تجربه کرده باشید، این کار را انجام دهید. این تنها راه واقعی برای اینکه فرزندان تجربه بهتری نسبت به شما داشته باشند.



والدین ورزشکاران

از آنجایی که تخصص این وبلاگ شمشیربازی است، بنابراین در مورد جنبه های مرتبط با این ورزش صحبت خواهد شد، با اینکه متأسفانه در مورد وظیفه والدینی من نیز صدق می کند. من همیشه اشتباهات زیادی در نحوه تمرین و مسابقه دادن فرزندانم می بینم، از طفره رفتن از

تمرینات سخت گرفته تا میانبر زدن در کلاس ها و کارهای اشتباهی که در مسابقات انجام می دهند. البته من به طرز استادانه ای موفق شده ام که با اشتباه های آنها ارتباط برقرار کنم، و بین حرکات اشتباه مسابقات و تمرینات مرتبط هماهنگی ایجاد کنم.

من هم در ابتدا به این اشتباه ها اشاره می کردم. غافل از اینکه این کار زیانبخش و آسیب آور است.

چون من نگاه می کردم وقتی در سن آنها بودم و با انتقاد پدر و مادرم مواجه می شدم، شخصاً چه می کردم؟ من به ندرت در حوزه هایی که مرا نقد می کردند، پیشرفت کردم. و من بیشتر در زمینه هایی پیشرفت کردم که می توانستم اشتباهاتم را بهتر پنهان کنم. خوب، معلوم شد که این ویژگی بصورت ژنتیکی منتقل می شود، زیرا بچه های من نیز همین کار را می کنند.



چگونه باید یک دست آسیب دیده را ترمیم کنیم

در اینجا به یک سناریوی عالی برای اثبات این موضوع می پردازیم.

تصور کنید کودک شما از دوچرخه افتاده و دستش مصدوم شده است. او از شدت درد جیغ می زند و بازویش به گونه ای پیچ خورده است که کاملاً غیر طبیعی به نظر می رسد. اولین کار غریزی شما چیست؟ آیا به او پرخاش می کنید که چرا به جدول توجه نکرده است یا اینکه او را برمی دارید و به بیمارستان می برید؟

بدیهی است که وقتی فرزندان مصدوم می شود، نمی توانید دراز بکشید و به او بگویید که شکستن دستش چقدر وحشتناک است. بنابراین ابتدا او را نزد پزشک می برید تا آن را گچ بگیرد.

در طی چند هفته بعد، در مورد چگونگی وقوع این اتفاق و اقداماتی که می تواند برای جلوگیری از آن انجام دهد، با او صحبت خواهید کرد. شما در مورد اشتباه او بحث می کنید تا او بتواند به راه هایی فکر کنند که در آینده چنین اتفاق دوباره تکرار نشود. گزینه به والدین گوشزد می کند که به هر قیمتی از کودک خود محافظت کنند، بنابراین شما بطور طبیعی در یک وضعیت حمایتی قرار خواهید گرفت. احتمالاً بطور مکرر او را تشویق خواهید کرد که من بعد از کلاه ایمنی استفاده کند زیرا می توانید تبعات بعدی را تصور کنید. پر واضح است که مصدومیت دست با آسیب دیدگی سر قابل مقایسه نیست.

بیش از هر چیز شکرگزار خواهید بود که حادثه بدتر از این برای او اتفاق نیافتاده است. فرزند شما درد دارد، و شما دوست دارید در آن لحظه به او کمک کنید، اما در عین حال باید اقدامات ایمنی لازم را در چشم انداز خود قرار دهید. و به جای بحث در مورد کیفیت وقوع آن اتفاق با تشویق به استفاده از کلاه ایمنی، سلامت او را در آینده تضمین می کنید.

فرزندپروری مثبت منطقی ترین راه است

"به اجاق دست زن!"

"تو خیابان نرو!"

"از افراد بیگانه دوری کن!"

اینها چیزهایی است که والدین معمولاً برای حفظ امنیت فرزندانشان بارها و بارها به آنها گوشزد می کنند. و همه اینها دربرگیرنده یک نگاه کردن منفی به هر کدام از آن موقعیت ها است. فرزندپروری مثبت به این معناست که به بچه ها بگوییم **چه کاری باید انجام دهند**، نه اینکه چه کاری را نباید انجام دهند.

"دستت را روی کابینت بگذار، نه روی اجاق گاز!"

"تو پیاده رو راه برو!"

"با افراد قابل اعتماد معاشرت کن!"

این عبارت ها به همان اهدافی که والدین در تلاش برای رسیدن به آن هستند منتهی می شود، اما این کار به روشی مثبت انجام می شود که از رشد کودک حمایت می کند. ما می خواهیم بچه های مان نگرش ذهنی **خوبی** داشته باشند.



اکنون بیایید چند نمونه شمشیربازی را باهم بررسی کنیم:

"کیف شمشیربازی خود را فراموش نکن!"

"در طول کلاس از رویاپردازی خودداری کن!"

"شما در بازی های خود اصلاً تمرکز نداری!"

حالا بیایید ببینیم روش درست مطرح کردن این مطالب برای یک شمشیرباز چگونه است:

"کار بسیار خوبی بود که به خاطر داشتنی ساک شمشیربازی خود را با خود ببری؟ خیلی خوب بود که به یاد وسائلت بودی!"

"دیدم که تو سر کلاس درست به مربیت نگاه می کنی. چی یاد گرفتی؟"

"فکر می کنی مهم ترین نکته ای که هنگام مسابقه باید به آن توجه کنی چی هست؟"

در هر یک از این صحنه ها، به خوبی می بینید که ما چگونه یک نظر منفی را به یک نظر مثبت تبدیل کرده ایم، و این باعث آماده سازی شمشیرباز می شود. اطلاعاتی که او دریافت می کنند یکسان است، اما روشی که شما آن را ارائه می دهید منطقی تر است. شما به جای اینکه او را خراب کنید، وی را می سازید.

خوب، حقیقت این است که انجام این کار برای والدین آسان نیست، و در بسیاری از موقعیت ها برای انجام آن کار با سختی مواجه خواهید شد، اما با توجه به تجربه فرزندپروری شخصی من، این روش ارزش امتحان کردن را دارد.



والدین شمشیرباز نباید از خود ضعف نشان دهند

نکته خارق العاده در مورد کل این سناریو این است که می توانید آن را به هر دو صورت انجام دهید. البته اغلب اوقات این گونه اتفاق نمی افتد، اما اینها چند نمونه بودند که ممکن است اتفاق بیافتد!

شما هم می توانید با شیوه ای مثبت رفتار کنید که فرزندتان را تقویت کنید و هم می توانید او را با یک استاندارد سختگیرانه تربیت کنید.

وقتی دائماً به ضعف کودک اشاره می کنید، شما نمی توانید او را اصلاح کنید، ضمن اینکه یک ذره بین در مقابل کارهای او قرار می دهید! اگر به فکر تقویت نقاط قوت او نباشید، او هرگز در آینده انسان قدرتمندی نخواهد شد.

همیشه از بچه ها شنیده می شود که می گویند که والدینشان مدام آن چیزهایی که اشتباه می کنند را به آنها گوشزد می کنند. و این یکی از چالش های بسیار سخت بچه ها است.

وقتی به جای از بین بردن نقاط ضعف فرزندتان، نقاط قوت او را تقویت کنید، به او می آموزید که چگونه از طریق ورزش شمشیربازی خود را بسازد و آینده روشن تر و درخشان تر داشته باشد.

Igor Chirashnya