

# تا چه زمانی باید فرزند خود را به حفظ شمشیربازی تشویق کنیم!

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۱/۱۰/۱۴

اینکه چه مدت باید کودک را به ماندن در یک ورزش وادار کرد، سوال بسیار مهمی است. و این درست به تلاش متعادل والدین برای ایجاد اسکلت مناسب برای رشد فرزندان‌شان و در عین حال دادن استقلال مناسب به آنها برای تبدیل شدن به افراد متعهد، ارتباط مستقیمی دارد.

این یکی از معماهای قدیمی پدر و مادرها است که بارها و بارها با آن مواجه می شویم. دانستن اینکه چه زمانی باید از چیزی دست کشید، تصمیم دشواری است، و این تصمیمی است که والدین اغلب از آن رنج می برند زیرا آنها بهترین‌ها را برای فرزندان‌شان می خواهند. اما آنها به خوبی می دانند که بهترین انتخاب برای یک کودک همیشه آن چیزی نیست که او دوست دارد، و بودن ما پدر و مادرها به همین دلیل است تا آنها را راهنمایی کنیم.



## گاه شمار شما چگونه باید باشد

متأسفانه، یک گاه شمار جادویی خاصی وجود ندارد که در صورتی که کودک از شمشیربازی لذت نمی برد، بدانید تا چه مدت باید او را به این رشته وادارید. احتمالاً این چیزی نیست که شما بخواهید بشنوید، اما به هر حال کمی درنگ کنید! زیرا مجموعه ای از راهنمایی های واقعی وجود دارد که می تواند به شما کمک کند تا بفهمید چگونه با این وضعیت کنار بیایید.

دلیل اینکه هیچ قانون سختگیرانه، واضح و سریعی وجود ندارد به این دلیل است که کودک‌ها با هم متفاوت هستند. چیزی که تقریباً در مورد هر بچه ای صدق می کند این است که به او یک بازه زمانی معقول و منطقی داده شود تا بتواند با شمشیربازی کنار بیاید، سپس به او اختیار کامل برای تصمیم گیری بدهید. به این ترتیب شما به چیزی که می خواهید می رسید. این بدان مفهوم است که او باید مدتی را در این ورزش،

یا هر ورزش دیگری، بماند و یک فرصت واقعی به او داده شود، تا او به آنچه می خواهد برسد. یعنی داشتن خودمختاری برای نتیجه گیری در مورد رویدادهای زندگی خود.

البته مدت زمان آنقدر مهم نیست بلکه باید به او اجازه دهید تا **قدرت انتخاب** داشته باشد. با این حال، دلایل قانع کننده ای برای چنین زمان بندی نیز وجود دارد.

هر چه کودک مدت بیشتری در شمشیربازی سپری کند، باید بیشتر مراقبت کنیم تا آن را حفظ کند. به عنوان مثال، اگر یک بازیکن جوانی دارید که به مدت سه سال بصورت رقابتی کار کرده است و ناگهان بخواهد تمرینات خود را ترک کند، پس باید از او بخواهید تا حداقل شش ماه دیگر نیز به تمرینات خود ادامه دهد. البته اگر یک وقفه معقول در فصل مسابقات وجود داشته باشد، خود این وقفه می تواند کارساز باشد. به عنوان مثال تعطیلات عید یا هر نوع وقفه طبیعی که در تقویم سالانه شمشیربازی وجود دارد.

اگر کودک ما تنها یک سال تمرین داشته باشد، می توانید او را وادار کنید تا سه ماه دیگر نیز به تمرین خود ادامه دهد. این می تواند به او کمک کند، البته بستگی به این نیز دارد که تا چه مدت می خواهد شمشیربازی را کنار بگذارد. به هر حال این یک ترفند خوبی است. این کار به او زمان کافی می دهد تا بر چالشی که دچار آن شده است غلبه کند.

دادن تنها یک ماه فرصت کمی سخت تر است، و در چنین برنامه زمانی کوتاهی واقعاً نمی توان نتیجه خاصی گرفت، مگر اینکه کودک تازه به شمشیربازی پرداخته باشد. اگر فرزند شما فقط ۲ تا ۳ ماه تمرینات شمشیربازی را آغاز کرده باشد، منطقی است که قبل از کنار گذاشتن آن او را وادار کنید تا یک ماه بیشتر بماند.



## تاثیر عامل سن در ترک شمشیربازی

سن نیز در این مورد یک عامل مهم است. نوجوانی که می خواهد ورزشی را که سالها برایش تلاش کرده است ترک کند، با یک نونهال نه ساله که تازه شمشیربازی را شروع کرده است، کاملاً متفاوت است.

وادار کردن جوانان و نوجوانان بزرگتر به پایبندی به شمشیربازی بسیار مهم تر است، به خصوص اگر زمانی واقعا به آن علاقه داشته اند. بچه های بزرگ تر ظرفیت بیشتری برای مدیریت موقعیت های چالش برانگیز دارند. ضمن اینکه با نزدیک تر شدن به دوره بزرگسالی، آنها باید یاد بگیرند که از هر نوع چالشی عبور کنند.

با بچه های بزرگ تر، شما واقعاً می توانید بنشینید و درباره استدلال آنها و همچنین نوع برنامه ای که آنها می توانند اجرا کنند، بحث کنید. این یک فرصت عالی برای والدین است تا به بچه ها اجازه دهند تا در گفتگوهای خانوادگی نقش آفرینی کنند و در فرآیند تصمیم گیری ها شرکت کنند.

اگر آنها عضو تیم شمشیربازی باشگاه خود هستند و متعهد به رقابت با آنها بوده اند، باید این تعهد را برای کل فصل دنبال کنند. این مورد مناسبی برای فشار آوردن به آنها است زیرا این روند به آنها می آموزد که وقتی دیگران روی آنها حساب می کنند باید به ادامه دادن تمرینات خود متعهد باشند.

برای یک کودک خردسال، ادامه دادن شمشیربازی برای یک ماه دیگر ممکن است تقریباً به اندازه یک ابدیت طول بکشد. برای یک بچه هشت ساله، این زمان بخش بزرگی از زندگی او شمرده می شود! انتظارات معقولی از فرزندان داشته باشید و درک کنید که اگر او در حال حاضر هیچ احساسی به شمشیربازی ندارد، به این معنی نیست که این پایان راه است. ما بچه‌های فراوانی، به‌ویژه کودکان خردسالی را دیده‌ایم که برای چند ماه به شمشیربازی پرداخته اند و ناگهان تصمیم می‌گیرند که آن را ترک کنند، زیرا آنها معتقدند که وقتی بزرگ‌تر شدند باید برگردند، چون متوجه شده اند که آن را دوست دارند اما از نظر بدنی باید کمی بیشتر رشد کنند!



## درک منطقی دلیل تمایل کودک به ترک شمشیربازی

بچه‌ها دقیقاً مانند بزرگسالان دوست ندارند کارهای ناخوشایندی که مورد علاقه نیستند را انجام دهند. اگر چیزی به آنها حس خوبی نمی‌دهد، آنها تمایلی به انجام آن ندارند.

هزاران دلیل وجود دارد که شمشیربازی می‌تواند به یک بچه حس خوبی ندهد. در اینجا به برخی از این احتمالات می‌پردازیم:

- کودک **درگیری شدیدی با تکالیف و سایر مسئولیت‌های مدرسه** دارد، و تعهد شمشیربازی برای او بسیار زیاد است.
- **شمشیر برای او سنگین است** و شمشیربازی از نظر فیزیکی برای او سخت است.
- او **روابط مثبتی با همسالان خود** در شمشیربازی ایجاد نکرده است.
- او **رابطه مثبتی با مربی** خود ایجاد نکرده است.
- از **آسیب دیدن** می‌ترسد.
- **لباس شمشیربازی برای او ناراحت کننده** یا خیلی گرم است.
- او **موفقیتی** را که فکر می‌کرد باید به دست بیاورد پیدا نکرده است، که به نوبه خود ضربه ای به عزت نفس او وارد می‌کند.
- برای رسیدن به اهداف والدین خود احساس **فشار** می‌کند.

گاهی اوقات می‌بینیم که تنها یکی از این موارد نیست که باعث می‌شود کودک تمایلی به ادامه دادن شمشیربازی نداشته باشد، بلکه ترکیبی از آنها و همچنین عوامل دیگری نیز در این امر دخالت دارد.

در تصمیم‌گیری در مورد اینکه آیا فرزندتان را وادار به شمشیربازی کنید یا خیر، دانستن اینکه چه چیزی او را ترغیب به ترک می‌کند، تفاوت ایجاد می‌کند. به خصوص در مورد کودکی که در سنین دوره ابتدایی یا راهنمایی است، زیرا با یافتن علت زمینه‌ای آن، می‌توان با یک راه حل ساده او را در مسیر درست قرار داد.

البته یک رویکرد ثابت همیشه جواب نمی‌دهد، زیرا برخی از دلایل آنچنان مهم هستند که نمی‌توان به یک شکل با آنها برخورد کرد، اما این شیوه قطعاً می‌تواند راهی برای قرار گرفتن در مسیر درست می‌باشد.



## القای ارزش‌های درست

دلیل اصلی که ما دوست داریم کودک را وادار کنیم که به شمشیربازی پایبند بماند این است که احساس می‌کنیم او می‌تواند ارزش‌های مهمی مانند پشتکار، مسئولیت‌پذیری، ثبات و استحکام موجود در شمشیربازی را بیاموزد.

حفظ و ادامه دادن یک روند کاری در زندگی بسیار معنادار است. در واقع، این یکی از شاخص‌های مهم نشان دهنده توانایی کودک برای موفقیت در زندگی آینده است. بچه‌ها باید بتوانند یک ترم سخت دبیرستان را پشت سر بگذارند تا به ترم بعدی برسند و برای رسیدن به اهداف خود از آن عبور کنند. آنها در آینده و در آغاز زندگی خود باید استقامت لازم برای انجام یک چالش طولانی برای خرید خانه جدید داشته باشند. آنها پس از استخدام باید بتوانند روزهای سخت کاری خود را پشت سر بگذارند تا به سطح بعدی در حرفه خود برسند.

یکی دیگر از شاخص‌های مهم موفقیت این است که کودک چقدر احساس می‌کند **والدین از توانایی آنها برای تصمیم‌گیری مستقل حمایت می‌کنند**. اگر او دلایل خوبی برای کناره‌گیری از شمشیربازی دارد، چه ما والدین با این دلایل موافق باشیم یا نباشیم، گوش دادن ما به ادله آنها بسیار مهم است.

در این فرآیند، متوجه باشید که ارزش‌هایی که واقعاً به کودکان القا می‌کنید، عمدتاً از نحوه رفتار شما با او در این موقعیت ناشی می‌شود. اگر با او **مدارا** کنید، **بازخورد سازنده** به او بدهید، **استدلال** خود را به وضوح بیان کنید و در عین حال با **ذهنی باز** به استدلال او گوش دهید، در واقع در حال آموزش این ارزش‌ها به او هستید.

نهایتاً، در حالی که ما دوست داریم فرزندانمان تا زمانی که ممکن است شمشیربازی را حفظ کنند، اما در عین حال به خوبی می‌دانیم که این کار برای هر کودکی صدق نمی‌کند. همه ما خواهان بهترین گزینه‌ها برای فرزندانمان هستیم، اما گاهی اوقات تصمیم می‌گیریم به آنها استقلال بدهیم تا از چیزی که برایشان مناسب نیست، فاصله بگیرند، حتی اگر شمشیربازی باشد!

Igor Chirashnya