

معضل "مرغ و تخم مرغ" والدین در شمشیربازی

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۳/۷/۱۰

من به عنوان یک مربی و یک والد شمشیربازی، با موقعیت‌های بی‌شماری مواجه شده‌ام که والدین خود را گرفتار چیزی می‌بینند که من آن را «معضل مرغ و تخم مرغ» در توسعه شمشیربازی می‌نامم. آن یک چرخه نامید کننده است که اغلب باعث درگیر شدن احساسات والدین و شمشیربازان جوان می‌شود، و آنها را در حرکت به جلوی خود نامطمئن می‌سازد. امروز، من می‌خواهم عمیقاً به این مشکل بپردازم، و با به اشتراک گذاشتن یک سری داستان‌های واقعی، دیدگاهی را ارائه کنم که ممکن است نحوه رویکرد شما به رشد فرزندتان در شمشیربازی را تغییر دهد.



تعریف معضل مرغ و تخم مرغ

وضعیت زیر کاملاً رایج است - والدین پس از پایان کلاس شمشیربازی به مربی فرزندشان نزدیک می‌شوند طوری که نگرانی در چهره آنها نقش بسته است، و به مربی می‌گویند: "استاد دخترم هنوز درس انفرادی نگرفته است! ما فکر می‌کنیم که تمرینات فعلی برای پیشرفت او واقعاً کافی نیست، البته اگر پیشرفتی ببینیم حاضریم بیشتر هزینه کنیم. چه برای اضافه کردن چند درس انفرادی تک نفره، دو نفره، یا هر آنچه که لازم است، اما ابتدا باید چند نتیجه ببینیم. در غیر این صورت، سرمایه گذاری زمان و پول بیشتر منطقی نیست."

البته این معضل بسیار فراتر از چند درس انفرادی است. و والدین اغلب در جنبه‌های مختلف سفر شمشیربازی فرزندشان تردید دارند:

- آیا به جای یک درس دو درس در نظر بگیریم یا آن را دو برابر کنیم؟ واضح است که بچه‌هایی که درس‌های بیشتری می‌گیرند، پیشرفت قابل توجه تری دارند، بنابراین اگر فرزندم در سطح بچه‌های دیگر نیست، باید بلافاصله سرمایه‌گذاری کنم؟
- آیا باید فرزندم را به یک کمپ شمشیربازی گران قیمت بفرستم یا باید منتظر بمانم تا پیشرفت بیشتری پیدا کند؟
- آیا اگر او در مسابقات باشگاهی خودش مشکل دارد، ثبت نام در یک مسابقه کشوری ارزش دارد؟
- آیا اکنون باید روی تجهیزات بهتر سرمایه‌گذاری کنم یا منتظر بمانم تا بهبود قابل توجهی در عملکردش ظاهر شود؟
- آیا باید برنامه تمرینی او را افزایش دهم یا روال فعلی او تا زمانی که پیشرفت بیشتری ببینیم کافی است؟

هر یک از این تصمیمات نشان دهنده یک دوراهی است که والدین باید بین سرمایه‌گذاری روی پتانسیل و انتظار برای اثبات پیشرفت، یکی را انتخاب کنند. این یک موقعیت کلاسیک مرغ و تخم مرغ است - **سرمایه گذاری یا نتیجه**، کدام اول است؟

این معضل برای همه ما خیلی آشنا است! و در توسعه شمشیربازی است نیز صدق می‌کند. چه چیزی باید اول باشد - منابع و فرصت‌های بیشتر برای پیشبرد بهبود، یا بهبود قابل مشاهده برای توجیه افزایش سرمایه‌گذاری؟

منطق معیوب

در ظاهر، این رویکرد محتاطانه ممکن است معقول به نظر برسد. به هر حال، به ما آموخته شده است که در سرمایه گذاری های خود محتاط باشیم، و قبل از دو برابر کردن، باید به دنبال بازده باشیم. اما وقتی صحبت از پیشرفت فرزندانمان در شمشیربازی می شود، این منطق می تواند معکوس باشد. در اینجا به دلایل آن می پردازیم:



- **شمشیربازی ریاضی نیست:** همان طور که قبلاً گفتیم، ورزش، بطور کلی، ریاضی نیست. هیچ معادله ساده ای وجود ندارد که در آن با A ساعت تمرین + B درس خصوصی + C تهیه تجهیزات مناسب = قهرمان شمشیربازی. **سفر شمشیربازی فردی است** و به ندرت از یک خط مستقیم پیروی می کند.
- **پیشرفت خطی نیست:** شمشیربازها در یک خط مستقیم رشد نمی کنند. گاهی اوقات، پیشرفت به صورت ناگهانی پس از چند دوره رکود ظاهری اتفاق می افتد. چیزی که ثابت به نظر می رسد در واقع ممکن است یک دوره تثبیت حیاتی باشد. توقع پیشرفت قابل مشاهده قبل از افزایش حمایت، ممکن است سبب از دادن فرصت های حیاتی بشود.
- **ایجاد فونداسیون زمان می برد:** اغلب، حیاتی ترین پیشرفت ها بصورت زیر سطحی اتفاق می افتند، که پایه ای برای پیشرفت قابل مشاهده در آینده ایجاد می کنند. درس های انفرادی، اردوها یا مسابقات اولیه ممکن است فوراً به نتایج تبدیل نشوند، اما زمینه ای برای موفقیت های آینده فراهم می کنند. به تعویق انداختن این تجربیات می تواند به طور قابل توجهی رشد کلی شمشیرباز را کند کند.
- **ثبات یک اهرم کلیدی است:** تمرین منظم و مداوم و قرار گرفتن در معرض بازی اغلب مهم تر از شدت تمرین در مراحل اولیه توسعه مهارت است. مشارکت پراکنده یا محدود می تواند مانع پیشرفت شود. با تاخیر در افزایش مشارکت، ممکن است ناخواسته شکاف هایی در آموزش شمشیربازی فرزندانمان ایجاد کنیم.
- **انگیزه مهم است:** شمشیربازان جوانی که احساس حمایت می کنند و تعهد والدین خود را می بینند، اغلب انگیزه بیشتری برای پشت سر گذاشتن چالش ها دارند. تردید می تواند و ممکن است بر فداکاری خود کودک تأثیر بگذارد. یک رویکرد کم جوش و خروش از سوی والدین می تواند به طور ناخواسته اشتیاق کودک را نسبت به ورزش کاهش دهد.
- **توقع بی جا:** وقتی **سرمایه گذاری مشروط به نتیجه** باشد، می تواند فشار ناسالمی بر کودک ایجاد کند. او ممکن است احساس کنند موظف به انجام کار یا بهبود سریع هست، که می تواند منجر به استرس و فرسودگی روحی بالقوه شود. این فشار می تواند یک سفر لذت بخش را به منبعی برای اضطراب تبدیل کند.
- **از دست دادن تجارب حیاتی:** شمشیربازی فقط شامل درس و تمرین نیست. مسابقات، اردوها و سایر تجربیات مرتبط با شمشیربازی نقش مهمی در پیشرفت یک شمشیرباز جوان دارند. با تاخیر در فراهم کردن این فرصت ها، ممکن است فرزندانمان را از تجربیات یادگیری ارزشمند، قرار گرفتن در معرض سبک های مختلف شمشیربازی و فرصت ایجاد اعتماد به نفس و انعطاف پذیری محروم کنیم.

• **اثر مرکب:** در شمشیربازی، مانند بسیاری از زمینه های زندگی، سرمایه گذاری های اولیه اغلب در طول زمان ترکیب می شوند. مهارت‌هایی که زود آموخته می‌شوند، پایه و اساس تکنیک‌های پیشرفته‌تر می‌شوند. تجربه به دست آمده در مسابقات اولیه باعث افزایش عملکرد در مسابقات بعدی می‌شود. با تأخیر در حمایت کامل، ممکن است ناآگاهانه پتانسیل طولانی مدت فرزندان را در ورزش محدود کنیم.

درک این جنبه‌های توسعه شمشیربازی به ما کمک می‌کند تا ببینیم چرا رویکرد «صبر کن و ببین» می‌تواند مضر باشد. به جای عقب‌نشینی تا زمانی که پیشرفت را ببینیم، باید به فرآیند اعتماد کنیم و از همان ابتدا پشتیبانی مداوم ارائه کنیم. این به معنای هدایت کورکورانه منابع به سمت شمشیربازی نیست، بلکه به معنای همکاری نزدیک با مربیان برای ایجاد یک رویکرد متفکرانه و جامع برای سفر شمشیربازی فرزندان است.



رویکرد درست

بنابراین، راه حل این معضل چیست؟ راه حل ساده و در عین حال قدرتمند است: از همان ابتدا به شمشیربازان جوان منابع و ابزار مناسب برای موفقیت بدهید. در اینجا به چگونگی آن می‌پردازیم:

- **با مربی فرزندان مشورت کنید:** این باید **اولین قدم** شما باشد. مربیان شمشیربازی شاهد پیشرفت شمشیربازان جوان بی شماری بوده‌اند. آنها توانایی‌ها، پتانسیل و آمادگی ذهنی فرزند شما را خیلی بهتر از آنچه فکر می‌کنید درک می‌کنند. چیزی که برای شما یک موقعیت "خاص" به نظر می‌رسد احتمالاً برای آنها یک سناریوی آشناست. در مورد مسیر رشد فرزندان یک بحث باز و صادقانه با آنها داشته باشید.
- **زمان تمرین کافی:** بر اساس توصیه مربی خود، زمان یادگیری ساختاریافته کافی را برای رشد و ریشه‌یابی مهارت‌های شمشیربازی فرزندان فراهم کنید. این اغلب به معنای ترکیبی از درس‌های انفرادی و کلاس‌های گروهی است که متناسب با سن و فرآیند رشد کودک شما تنظیم می‌شود.
- **تجهیزات مناسب:** مطمئن شوید که فرزندان ابزار مناسبی دارد، از تجهیزات شمشیربازی مناسب گرفته تا سلاح خوب. بدون سرمایه‌گذاری در تجهیزات با کیفیت منتظر "موفقیت" نباشید.
- **فرصت‌های تمرین:** محیطی ایجاد کنید که امکان تمرین منظم و به‌کارگیری مهارت‌ها را فراهم کند. این ممکن است به معنای راه‌اندازی یک محل تمرین خانگی یا اطمینان از حضور منظم در جلسات شمشیربازی می‌باشد.
- **قرار گرفتن در معرض رقابت:** به او اجازه دهید در مسابقات شرکت کند که به او الهام بخشد و او را به چالش بکشد، حتی اگر هنوز "برنده" نمی‌شود. زیرا تجربه در شمشیربازی بسیار ارزشمند است.
- **حمایت عاطفی:** بدون توجه به پیشرفت یا نتایج قابل مشاهده فوری، او را تشویق کنید و تعهد خود را به سفر شمشیربازی او نشان دهید.

از میان برداشتن موانع

البته، من می دانم که ممکن است برخی از شما در مورد چه چیزهایی بیشتر فکر می کنید. خوب، در مورد جنبه مالی چطور؟ اگر نتوانیم هزینه چندین جلسه درس یا تجهیزات گران قیمت را پردازیم، چه؟

این یک نگرانی طبیعی است و رسیدگی به آن مهم است. در اینجا به چند استراتژی در این زمینه می پردازیم:

- **برنامه ریزی بلند مدت:** با مربی خود بنشینید و یک رویکرد چند فصلی را استراتژی کنید. نیازهای یک شمشیرباز ۸ ساله با یک نوجوان ۱۴ ساله بسیار متفاوت است. برنامه ریزی برای سرمایه گذاری بصورت تدریجی افزایش می یابد که با مراحل رشد کودک شما هماهنگ است، نه فقط با نتایج.
- **اولویت بندی:** گاهی اوقات، آن به معنای اعمال انتخاب های سخت در مورد محل تخصیص منابع است. یک فعالیت با پشتیبانی خوب ممکن است مفیدتر از چندین فعالیت بدون پشتیبانی باشد.
- **برنامه مسابقات متوازن:** با باشگاه خود در مورد مسابقات محلی، منطقه ای و ملی مناسب از منظر توسعه و بودجه بحث کنید. لازم نیست هر شمشیرباز جوان فوراً در رویدادهای کشوری شرکت کند.
- **یک روتین تمرین در خانه ایجاد کنید:** با مربی شمشیربازی فرزندتان هماهنگ شوید تا راهبردهای تمرین خانگی موثری را ایجاد کنید که مزایای درس های رسمی را به حداکثر برسانید.
- **از کارهای کوچک، اما هوشمندانه شروع کنید:** حتی اگر نمی توانید همه چیز را به یکباره فراهم کنید، با یک برنامه سنجیده شروع کنید که شامل تعامل منظم و مداوم با شمشیربازی است.

در نهایت، غلبه بر معضل مرغ و تخم مرغ مستلزم تغییر در طرز فکر است. به جای اینکه فکر کنید «وقتی نتیجه را ببینیم بیشتر سرمایه گذاری خواهیم کرد»، این دیدگاه را امتحان کنید: «بهترین پایه ریزی ممکن را برای موفقیت، و اعتماد به روند رشد فراهم می کنیم».

این کار به معنای هزینه کورکورانه منابع به هر علاقه گذرا نیست. بلکه به این معناست که با فرزندتان و مربی او در مورد تعهدات شمشیربازی، تعیین انتظارات روشن و سپس حمایت کامل از تلاش های او، بحث های متفکرانه داشته باشید.



ایجاد تعادل بین پشتیبانی و انتظارات

به عنوان والدین، بسیار مهم است که حمایت خود را با انتظارات واقع بینانه متعادل کنید. در حالی که فراهم کردن منابع و فرصت ها مهم است، اما اینکه فرزند خود را تحت فشار نتایج فوری قرار ندهید، به همان اندازه حیاتی است.

- به جای نتایج، روی فرآیند تمرکز کنید. تلاش، یادگیری و پیشرفت های کوچک را به جای پیروزی ها جشن بگیرید.

- درک کنید که توسعه در شمشیربازی یک سفر طولانی مدت است. آنچه بیش از همه مهم است **مشارکت مداوم و پیشرفت تدریجی** است، نه **پیروزی های اولیه**.
- به تخصص مربیان و فرآیند توسعه اعتماد کنید. نقش شما ارائه پشتیبانی است، نه مدیریت خرد در حرفه شمشیربازی فرزندان.
- ارتباط خود را با فرزندان باز نگه دارید. اطمینان حاصل کنید که شمشیربازی بعنوان یک **سرگرمی لذت بخش** باقی بماند، نه یک **بار سنگین مملو از انتظارات ناپجا**.

تقویت رشد در شمشیربازی

در اینجا دوست دارم دوباره بر این نکته کلیدی تأکید کنم: که تهیه منابع شمشیربازی را منوط به توانایی رؤیت نتیجه نکنید. رشد در ورزش ما اینگونه نیست، به خصوص برای شمشیربازان جوان.

در عوض، با یک ذهنیت توانمند به رشد شمشیربازی فرزندان نزدیک شوید. منابع مورد نیاز او را فراهم کنید، محیطی مساعد برای یادگیری و تمرین ایجاد کنید و حمایت بی دریغ خود را ارائه دهید.



فرزند شما پتانسیل باورنکردنی در شمشیربازی دارد. با حل معضل مرغ و تخم مرغ به نفع حمایت زود هنگام و همه جانبه، شما فقط یک مهارت خاص را پرورش نمی دهید، بلکه ارزش تعهد، قدرت تلاش مداوم و لذت رشد در این ورزش زیبا را به آنها می آموزید.

بنابراین، دفعه بعد که متوجه شدید نگران این هستید که آیا باید منتظر پیشرفت باشید یا حمایت بیشتری در سفر شمشیربازی فرزندان داشته باشید، به یاد بیاورید که: در دنیای توسعه شمشیربازی، وظیفه ما **تهیه تخم مرغ، مرغ و کل مرغداری** است. بنابراین ابزار مناسب را به او بدهید و اوج گرفتن وی را روی پیست شمشیربازی تماشا کنید.

Igor Chirashnya