

فرا تر از یک مربی!

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۳/۱۲/۱۰

این اتفاق در یک جلسه تمرین به ظاهر معمولی رخ داد. من مکالمه‌ای یکی از شمشیربازان نوجوانان را با مربی اش شنیدم. آنها در مورد تکنیک یا استراتژی رقابت بحث نمی کردند - آنها در مورد مشکلات مدرسه، دوستان و سنگینی برخی انتظارات صحبت می کردند. آن نوجوان با آنچنان صراحتی صحبت می کرد که من به ندرت تا به حال دیده ام که نوجوانان با والدین خود صحبت کنند، و مربی با یک ترکیب منحصر به فرد از توجه و درک که از سال ها کار با ورزشکاران جوان ناشی می شود، گوش می داد.



این لحظه چیزی را در ذهنم متبلور کرد که در طول سال ها کار در جامعه شمشیربازی بارها مشاهده کرده ام: در حالی که والدین سنگ بنای زندگی کودکان هستند، مربی شمشیربازی اغلب به یکی دیگر از شخصیت های مهم بزرگسال آنها تبدیل می شود - حتی گاهی اوقات در سال های چالش برانگیز نوجوانی به شخصیت اصلی آنها تبدیل می شود.

در این مورد فکر کنید که در سیستم آموزشی مدرن ما، معلمان سالانه تغییر می کنند. هر سال یک چهره جدید، یک سبک آموزشی جدید، یک رابطه جدید برای ساختن به ارمغان می آورد. درست در آخر سال تحصیلی، درست همان زمانی که کودک شما کاملاً سازگار شده است، تعطیلات فرا می رسد و در مهره ها با شروع سال جدید دوباره همه چیز باید از نو تنظیم شود. معلمان و سایر بزرگسالان مؤثر در فعالیت های مدرسه اغلب از الگوی مشابهی در زندگی فرزند شما دارند و حضورشان گذرا می باشد.

اما مربیان شمشیربازی چگونه؟ آنها متفاوت هستند و برای مدت طولانی در صحنه حاضر هستند. به قهرمانان تیم های ملی نگاه کنید که چندین و چند سال با یک مربی تمرین می کنند. حضور آنها تنها به یادگیری شمشیربازی خلاصه نمی شود - بلکه حضور فعال و مداوم آنها در طول سال های پرتلاطم رشد است.

بیشتر کودکان شمشیربازی می کنند چون واقعاً عاشق آن هستند. این ورزش مورد علاقه آنهاست. آنها خود را "شمشیرباز" می نامند، و این واژه برای بسیاری از آنها منعکس کننده هویت آنهاست. بنابراین طبیعی است که شخصی که بیشترین کمک در شکل دادن و تحقق این هویت، پرورش این اشتیاق و توسعه رویکرد مادام العمر خود می کند، یعنی مربی شمشیربازی، به چنین شخصیت مهمی در زندگی آنها تبدیل شود.

این رابطه طولانی مدت چیزی منحصر به فرد ایجاد می کند. مربی شمشیربازی فرزند شما فراتر از کسی است که به او آموزش می دهد تا چگونه بتواند ضربه های مختلف را به ثمر برساند یا کار پای خود را کامل کند. او **مربی زندگی**، **محرم قابل اعتماد**، و گاهی اوقات، اولین بزرگسالی می شود که نوجوان شما در مواجهه با چالش های زندگی به او روی می آورد.

این چیزی است که این رابطه را بسیار خاص می کند: برخلاف والدین، مربیان یک حد وسط منحصر به فرد را اشغال می کنند. بله، آن‌ها شخصیت‌های معتبری هستند، اما درگیر کشمکش‌های روزانه تکالیف، کارهای خانه، و رقابت‌های خواهر و برادر نیستند. آن‌ها بزرگسالانی هستند که می‌توانند راهنمایی کنند، اما از پویایی خانواده‌ها دور هستند. و گاهی اوقات که ارتباط با والدین برای نوجوانان سخت می‌شود، آن‌ها نزدیک ترین راهنمای آن‌ها هستند.



من بارها دیده‌ام که وقتی یک شمشیرباز جوان با یک مشکل دوستی یا فشار تحصیلی دست و پنجه نرم می‌کند، قبل از هر کس دیگری به مربی خود اعتماد می‌کند. گوشه‌ای ساکت از باشگاه شمشیربازی به فضایی امن تبدیل می‌شود که در آن کودک شما می‌تواند ترس، تردید و رویاهای خود را **بدون احساس قضاوت شدن** یا فشار بیان کند.

این ممکن است برای برخی از والدین تهدید کننده باشد. بالاخره، آن‌ها با خود فکر می‌کنند: "آیا این وظیفه ما نیست که در کنار فرزندانمان باشیم؟ آیا ما نباید اولین انتخاب آن‌ها برای مشاوره و راهنمایی باشیم؟" اما حقیقت این است که بحث جایگزینی نیست - بلکه گسترش سیستم ارتباطی و پشتیبانی است. فرزند شما مربی خود را به جای شما انتخاب نمی‌کند. او یک بزرگسال مورد اعتماد دیگری را به سیستم پشتیبانی خود اضافه می‌کند.

روزی را به خاطر نمی‌آورم که پدر و مادری از من یا یکی از مربیان نخواستند که با فرزندشان در مورد مسائلی از تمرین گرفته تا تغذیه و خواب و هر چیز دیگری صحبت کنیم، زیرا کودک به حرف والدین گوش نمی‌دهد، اما به حرف مربی گوش می‌دهد. این مورد برای شما آشنا به نظر نمی‌رسد؟ من شرط می‌بندم که این طور است - زیرا شما نیز چندین بار در موقعیت مشابهی قرار گرفته‌اید، زمانی که از مربی فرزندتان می‌خواستید پیامی را به فرزندتان منتقل کنید.

به این موضوع فکر کنید: در سال‌های نوجوانی، وقتی زیر سوال بردن قدرت والدین بخشی طبیعی از رشد است، داشتن یک بزرگسال مسئول دیگر که ارزش‌های شما را به اشتراک می‌گذارد می‌تواند بسیار ارزشمند باشد. در حالی که نوجوانان ممکن است اصولاً در برابر توصیه‌های والدین مقاومت کنند، اما شاید از راهنمایی‌های مشابهی که از مربی خود می‌آید استقبال بیشتری کنند.

اما این پویایی با یک هشدار مهم همراه است: شما باید منطقی فکر کنید. مربی فرزند شما تنها شمشیربازی را به او یاد نمی‌دهد - او به طور بالقوه در حال شکل دادن به جهان بینی، رویکرد او در برخورد با چالش‌ها، درک او از موفقیت و شکست می‌باشد. این بدان معنی است که این همسویی ارزش‌ها بسیار مهم می‌باشد.

هنگام انتخاب مربی، فرا تر از تخصص فنی او نگاه کنید. از خود بپرسید: آیا این شخص می‌تواند ارزش‌هایی را که شما دوست دارید در فرزندتان ایجاد شود تجسم کند؟ او چگونه با شکست برخورد می‌کند؟ چگونه پیروزی را جشن می‌گیرد؟ چه درس‌های زندگی در سبک مربیگری او تعبیه شده است؟

مراقب نحوه تعامل او با شمشیربازان خود باشید. آیا او فقط بر روی نتایج تمرکز می‌کند یا بر رشد و تلاش تأکید می‌کند؟ او چگونه با یک ورزشکار ستیزه‌جو برخورد می‌کند؟ این لحظات، بیشتر از دستاوردهای رقابتی یا مدارک مربیگری او، تأثیر بالقوه‌اش بر فرزند شما را نشان می‌دهد.

به یاد داشته باشید، این تأثیر احتمالاً فراتر از پیست شمشیربازی خواهد بود. مربی فرزند شما در برخی از آسیب پذیرترین لحظات اش حضور خواهد داشت - پس از شکست های خورد کننده، در طی دوره های شک و تردید به خود، هنگام مواجهه با انتخاب های دشوار. او در طول جشن ها نیز حضور فعال خواهد داشت - اولین برد، اهداف به دست آمده، لحظات موفقیت و پیروزی. البته منظور من فقط در شمشیربازی نیست.



به همین دلیل بسیار مهم است که بجای اینکه از این رابطه احساس تهدید کنیم از آن استقبال کرده و آن را تقویت کنیم. مربی فرزند شما می تواند به یک متحد قدرتمند در رشد او تبدیل شود، تا ارزش هایی را که دوست دارید در خانه القاء کنید، تقویت کند. و زمانی که پویایی های خانواده متشنج می شود، دیدگاه و مدلی از رفتار بزرگسالان ارائه دهد که مکمل تربیت شما باشد. یک **الگوی رفتار** - به این امر ویژه توجه کنید.

چند توصیه عملی: مربی فرزندان را بشناسید، اما حد و مرزهای مناسب را حفظ کنید. فلسفه مربیگری و سبک ارتباطی او را درک کنید. اطلاعات مهم در مورد فرزندان را به اشتراک بگذارید، اما در برابر تمایل به مدیریت خرد در رابطه مربی و ورزشکار مقاومت کنید. اعتماد کنید که این فضا، جدا از پویایی والدین-فرزند، به خودی خود دارای ارزش است.

بله، مواقعی پیش می آید که نوجوان شما قبل از اینکه موضوع مهمی را به شما بگوید، با مربی خود در میان می گذارد. حتی ممکن است آن را هرگز به شما نگوید! او ممکن است دچار یک ناامیدی بشود یا یک دستاورد را قبل از خانه در باشگاه شمشیربازی جشن بگیرد. این یک شکست والدینی نیست - بلکه اغلب نشانه این است که فرزند شما بزرگسال مورد اعتماد دیگری را در زندگی خود پیدا کرده است، و این قابل تحسین و تمجید است.

چیزی که ما گاهی اوقات در آرزویمان برای تعالی فرزندانمان فراموش می کنیم این است که: آنها به یک **دهکده پشتیبان** نیاز دارند. آنها به دیدگاه های متعدد، انواع مختلف سیستم های حمایتی، مدل های گوناگون از رفتارهای بزرگسالان نیاز دارند. مربی ای که سال ها با آنها می ماند، کسی که آنها را نه فقط به عنوان ورزشکار، بلکه به عنوان یک فرد می بیند، شخصی که سفر آنها را درک می کند زیرا او در هر قدم همراه شان بوده است - و این بخش ارزشمندی از این دهکده را تشکیل می دهد.

بنابراین دفعه بعد که فرزند خود را در گفتگوی عمیق با مربی خود دیدید، یا متوجه شدید که او نظر مربی خود را در مورد مسائلی فراتر از شمشیربازی جويا می شود، به یاد داشته باشید: این امر نقش شما را به عنوان والدین کم نمی کند. بلکه سیستم حمایتی فرزند شما را غنی می کند، منبع راهنمایی دیگری برای او فراهم می سازد و به او کمک می کند تا یک شبکه ارتباطاتی را که برای گذر از چالش های زندگی به آنها نیاز دارد، به وجود آورد.

در پایان، آیا این چیزی نیست که ما واقعاً برای فرزندانمان می خواهیم؟ نه تنها یک منبع حمایت، بلکه یک سیستم کمکی برای ایجاد شبکه ای قوی از تأثیرات مثبت بزرگسالانی که می تواند آنها را راهنمایی کند، آنها را به چالش بکشد و به آنها کمک کند تا تبدیل به افرادی شوند که قرار است تبدیل شوند.