



نشانه های یک خانواده با نشاط

گاهی اوقات افراد خانواده در مورد يك موضوع، نظر یا پیشنهاد خاص با یکدیگر جر و بحث و مشاجره می کنند، اما این جر و بحث ها و مشاجره ها به این معنا نیست که آنها خانواده با نشاطی نیستند. برای این که این بگو و مگوها در هر خانواده ای پیش می آید و امری طبیعی است.

سلامت نیوز : گاهی اوقات افراد خانواده در مورد يك موضوع، نظر یا پیشنهاد خاص با یکدیگر جر و بحث و مشاجره می کنند، اما این جر و بحث ها و مشاجره ها به این معنا نیست که آنها خانواده با نشاطی نیستند. برای این که این بگو و مگوها در هر خانواده ای پیش می آید و امری طبیعی است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم ؛ مهم طرز رفتار و گفتار ما با افراد خانواده است. همه ما می توانیم با رفتارهای معقول و مناسبی که از خود بروز می دهیم خانواده با نشاطی را به وجود بیاوریم، اما انجام این کار به وقت زیادی نیاز دارد و صبر و شکیبایی زیادی هم می طلبد. در این نوشتار به نشانه های چنین خانواده ای می پردازیم.

درست ارتباط برقرارکردن

یکی از مهم ترین راه های داشتن يك خانواده با نشاط، این است که مهارت خوب ارتباط برقرارکردن با افراد خانواده را بدانیم. در حقیقت خوب ارتباط برقرارکردن با افراد خانواده يك مهارت است.

در بیشتر موارد وقتی مشکلی در ارتباط برقرارکردن با افراد خانواده به وجود می آید یا به دلیل این است که شما مهارت خوب ارتباط برقرارکردن با افراد خانواده را بلد نبوده اید یا شنونده خوبی برای حرف ها و درد دل های آنها نبوده اید.

به این ترتیب یکی دیگر از نشانه های يك خانواده با نشاط این است که به گفته ها و حرف های یکدیگر خوب گوش کنیم ، زیرا همه ما در زندگی مشکلات و نگرانی هایی داریم که می خواهیم آنها را از سر راه برداریم. پس سعی کنید شنونده خوبی برای حرف ها و درد دل های افراد خانواده باشید. کمتر صحبت کنید و بیشتر گوش دهید. برای این که افراد خانواده نیاز دارند شخصی به حرف هایشان گوش بدهد.

این نکته مهم است که وقتی یکی از افراد خانواده مشغول صحبت کردن است دائم حرف های او را قطع نکنید بلکه صبر کنید تا حرف هایش تمام شود. بنابراین به افراد خانواده نشان بدهید حتی با گوش دادن به حرف هایشان می توانید مشکلاتشان را درک و به آنها کمک کنید. آنها نیز متوجه می شوند شما از صمیم قلب می خواهید مشکلاتشان را حل کنید و در غم و غصه ها و حتی شادی هایشان شریک باشید.

دوری از جر و بحث

همه خانواده ها بر سر موضوعی با هم جر و بحث و مشاجره می کنند حتی گاهی اوقات مشاجره میان آنها به جاهای باریک حتی کتک کاری هم می رسد. ولی افراد يك خانواده با نشاط هنگامی که در مورد موضوعی با یکدیگر بحث شان می شود با ملایمت و صبر و حوصله با هم رفتار می کنند و سعی می کنند این اختلاف نظر را بدون داد و فریاد حل کنند و بر طرف سازند.

وقتی از دست هم ناراحت و دلخور می شوند به یکدیگر اهانت و بددهنی نمی کنند، بلکه کنار هم می نشینند و درباره موضوعی که باعث ناراحتی و دلخوری شان شده است صحبت می کنند بدون این که با هم جر و بحث کنند. زمانی که متوجه می شوند یکی از افراد خانواده از دستشان ناراحت شده است برایش يك هدیه می خرند و از او عذرخواهی می کنند و آن فرد هم بدون این که کینه ای به دل بگیرد عذرخواهی شان را قبول می کند و می بخشد. همه ما می توانیم با رفتارهای خوب و مناسب خانواده ای با نشاط داشته باشیم فقط باید بخواهیم.

اظهار محبت

برای این که به افراد خانواده اظهار محبت کنید به تمرین احتیاج دارید. به این معنی که باید مواظب و مراقب عواطف و احساسات یکدیگر باشید و بیهوده اسباب ناراحتی یکدیگر را فراهم نکنید و به هم نیز احترام بگذارید، زیرا افراد خانواده به محبتی نیاز دارند که آثارش را در رفتار و گفتار شما ببینند و احساس کنند.

احترام گذاشتن به یکدیگر

این نکته حائز اهمیت است که اگر می‌خواهید از سوی دیگران نسبت به خودتان احترام ببینید لازم است شما نیز به دیگران احترام بگذارید. همه افراد خانواده باید به عقاید و افکار یکدیگر احترام بگذارند حتی اگر با آن افکار و عقاید مخالف باشند. برای این که احترام گذاشتن به یکدیگر از اصول اخلاقی می‌باشد است و باید در تمام طول زندگی رعایت شود.

حمایت کردن از افراد خانواده

هریک از افراد خانواده برای خود اهداف و آرزوهایی دارند که می‌خواهند به آن برسند. اگر شما برای حمایت و پشتیبانی از افراد خانواده زمانی را هر چند کوتاه اختصاص بدهید و آنها را تشویق کنید، آنها نیز همین کارها را در قبال شما انجام خواهند داد. در خانواده‌های بانشاط همه افراد خانواده، یکدیگر را در برابر اهداف و آرزوهایشان حمایت می‌کنند و آنها را مورد تشویق قرار می‌دهند حتی اگر با آن اهداف و آرزوها موافق نباشند. برای مثال اگر یکی از بچه‌ها در آینده بخواهد فوتبالیست شود، افراد خانواده به او کمک می‌کنند و او را نیز تشویق و ترغیب می‌کنند تا به هدفش برسد و هرگز او را مایوس و ناامید نمی‌کنند.