

چگونه خانواده‌ای شاد داشته باشیم؟

خانواده، ابتدایی‌ترین بنیاد جامعه است و برای داشتن جامعه‌ای هدفمند و توانا، باید خانواده‌هایی شاد، پرامید و تلاشگر داشته باشیم.



خانواده، ابتدایی‌ترین بنیاد جامعه است و برای داشتن جامعه‌ای هدفمند و توانا، باید خانواده‌هایی شاد، پرامید و تلاشگر داشته باشیم.

جام جم سرا: خانواده باید برای اعضای خود احساس امنیت و عشق را به همراه بیاورد، به نحوی که آنها بتوانند خستگی‌ها و ناراحتی‌هایشان را در آن رفع کنند و از دیدار یکدیگر و در کنار هم بودن، جانی دوباره پیدا کنند. اعضای خانواده باید بتوانند یکدیگر را بخوبی درک کنند و زنجیر نامرئی و در عین حال، ناگسستنی عشق و محبت در بین‌شان جریان داشته باشد.

اما چگونه خانواده‌ای شاد داشته باشیم؟ مطمئن باشید نیاز به هیچ جادو و نیروی فرازمینی نیست. فقط لازم است اعضای خانواده، بخصوص پدر و مادر، نکاتی را رعایت کنند که موجب شود افراد راحت‌تر با یکدیگر ارتباط برقرار و نسبت به هم احساس مثبت پیدا کنند و همدیگر را دوست داشته باشند. این توصیه‌ها را به کار ببندید تا خانواده شما هم بتواند در مسیر شاد شدن قدم بردارد:

در دسترس باشید: هر وقت برای فرزندان خانواده مشکلی پیش می‌آید، پدر و مادر باید در دسترس باشند تا فرزند احساس امنیت کند و بداند که آنها از هیچ محبتی برای حل مشکل فرزندان خود دریغ نمی‌کنند. همچنین، زن و شوهر باید در هر شرایطی برای کمک کردن به یکدیگر بشتابند و استحکام بخشیدن به روابطشان را بر هر چیز خارجی دیگر ترجیح دهند. هرگز خستگی ناشی از کار یا ناراحتی‌هایی که با افراد دیگر دارید را همراه با خود داخل خانه نبرید. از این پس بر خود وظیفه بدانید از لحظه‌ای که در خانه را باز می‌کنید، با عشق و شادی و خاطرات قشنگ از دنیای بیرون، داخل خانه شوید. به خاطر داشته باشید همسر و فرزندان شما در صورتی انتظار آمدنتان را می‌کشند که آنها را خوشحال کنید؛ در غیر این صورت، کسی از چند دقیقه زودتر خانه آمدن شما خوشحال نخواهد شد.

به یکدیگر ابراز محبت کنید: این که شما فردی دلسوز و فداکار برای خانواده هستید، بسیار ارزشمند است، اما این را بدانید که صرف زحمت کشیدن و تلاش شبانه‌روزی برای آنها کافی نیست. شما باید گهگاه در کلام هم به آنها ابراز لطف و محبت کنید. به اعضای خانواده‌تان بگویید که دوستشان دارید و تا چه اندازه برای شما مهم هستند. افراد خانواده محبت کردن را از یکدیگر یاد می‌گیرند و فرزندان در آینده می‌توانند با توشه این محبت، زندگی نویی بسازند. متأسفانه پدران و مادران زیادی بوده‌اند و هستند که به معنای واقعی، والدینی زحمتکش برای فرزندان خویش هستند، اما چون اهل محبت کلامی نیستند، فرزند هیچ‌گاه نتوانسته آن طور که باید مهر آنها را درک کند.

با یکدیگر ارتباط داشته باشید: شاید افراد یک خانواده با هم زندگی کنند، اما این دلیل نمی‌شود که واقعاً با یکدیگر احساس نزدیکی کنند. چرا هنگامی که برای یک مرد در محیط کار مشکلی پیش می‌آید، نباید این توان را داشته باشد که مشکلی را با همسرش مطرح کند؟ یا چرا یک دختر نوجوان ترجیح می‌دهد موضوعی که مدت‌هاست ذهنش را درگیر کرده با دوستش در میان بگذارد و آن را از خانواده خود پنهان کند؟ سعی کنید برای خانواده خود فردی قابل اعتماد باشید تا آنها بتوانند درونیاتشان را با شما تقسیم کنند نه دنیای بیرون.

به سنت‌های خانوادگی احترام بگذارید: شاید در دوره قدیم کسی باور نمی‌کرد کار به جایی برسد که خوردن وعده‌های غذایی به همراه خانواده، نوعی سنت تلقی شود، اما در هر صورت امروزه در این دنیای تکنولوژیک، این وضع پیش آمده است. سعی کنید تا سرحد امکان، وعده‌های غذایی‌تان را همراه اعضای خانواده بخورید. افطارها را پیش آنها باشید. اگر خانواده‌تان دسته‌جمعی به مهمانی می‌روند، شما هزار و یک دلیل برای نرفتن نیاورید و در این رفت و برگشت کوتاه و پرخاطره، آنها را همراهی کنید. مسافرت‌های خانوادگی را از دست ندهید. روزهای مخصوص پدر، مادر، و تولدها را جشنی کوچک اما پرمهر بگیرید. در این مناسبت‌ها، فردی که به افتخارش جشن گرفته‌اید خوشحال می‌شود و نوعی احساس دین نسبت به سایرین خواهد داشت.

پس آنها را از دست ندهید.

از جنگ و دعوا بپرهیزید: پدر و مادر نباید در حضور فرزندان با هم دعوا داشته باشند و یکدیگر را متهم به صفات بد اخلاقی کنند. وقتی یکی از افراد خانواده فضا را متشنج کند، دیگر محیط خانه برای اعضا دوست داشتنی نخواهد بود و آنها را از خانه فراری خواهد کرد. در خانه‌ای که پدر و مادر با هم مرتباً دعوا داشته باشند، فرزندان بشدت مشکل پیدا خواهند کرد و در زندگی آینده به افرادی عصبی، منفعل یا مردم‌گریز تبدیل خواهند شد.

برابری را رعایت کنید: هرگز و به هیچ دلیلی بین افراد خانواده تبعیض قائل نشوید و به همه به شکلی یکسان محبت کنید. افراد خانواده باید بنابر مساوات از هر نعمتی بهره ببرند، پس اگر چیزی را برای کسی تهیه می‌کنید، به فکر سایرین هم باشید. همه اعضای خانواده را در نظرخواهی‌ها شرکت دهید. دلیلی ندارد اگر یکی از فرزندان خانواده مشغول تحصیلات عالیه در دانشگاه است و دیگری نتوانسته دیپلم بگیرد، نظر فرزند درس نخوانده ارزش کمتری از فرد تحصیلکرده داشته باشد. خانواده کانون محبت و عشق است و رعایت برابری به اعضای آن احساس امنیت می‌بخشد.

prokerala.com

مترجم: لیلا رعیت / چار دیواری (ضمیمه دوشنبه روزنامه جام جم)