

خانواده همسر، خانواده اصلی شماست؟!

سپهرغرب، گروه خانواده:

شناختن خانواده همسر فقط دانستن نام و نام خانوادگی و تعداد اعضای خانواده و میزان درآمد و تحصیلاتشان نیست. این شناخت‌ها می‌تواند به شما کمک کند تا بدانید چگونه با آن‌ها ارتباط داشته باشید تا با حداقل اختلاف رویه‌رو شوید.

همه ما با ورود به زندگی شخصی دیگری به نام همسر، خواه‌ناخواه با جنبه‌های دیگری از وجود طرف مقابل خود و شکل جدیدی از زندگی آشنا می‌شویم. درواقع وقتی کسی را به این عنوان می‌پذیریم، نوع ارتباطمان با آن فرد دیگر مانند قبل نیست؛ هنگامی‌که

عروس یا داماد خانواده‌ای می‌شویم، نوع ارتباطمان هم عوض می‌شود جنبه رسمی به خود می‌گیرد؛ زیرا علاوه بر طرف مقابل باید به خانواده او هم توجه داشت باشیم.

پس بهترین کار این است که با توجه به شناختی که از یکدیگر پیدا می‌کنیم، رفتار مناسبی با بافت خانوادگی آن‌ها هم انتخاب کنیم؛ اما به هر دلیلی نتوانیم ارتباط خوبی با خانواده همسرمان برقرار کنیم، باید منتظر باشیم که سایه این ارتباط غلط وارد زندگی زناشویی ما شود و بدین ترتیب فضای آن را تیره‌وتار و ناامن بکند، اما بیشتر این قبیل مشکلات ناشی از برداشت‌های اشتباهی است که ما معمولاً ازاین‌گونه روابط داریم.

❗ شما از پسران دور شده‌اید!

بیشترین چیزی که خانواده همسران از شما می‌خواهند، احترام است. البته احترام گذاشتن اصلاً به معنای منفعل بودن و غلام حلقه‌به‌گوش بودن نیست، اما کافی است که شما گاهی خودتان را جای پدر یا مادر همسران بگذارید.

یکی از برداشت‌های اشتباهی که بسیاری از خانواده‌ها مرتکب می‌شوند این است که فکر می‌کنند با ورود عروس به خانواده‌شان پسرشان دیگر مانند قبل با آن‌ها مهربان نیست و توجهش به آن‌ها کمتر شده است. راهکار اصلی برای مواجه با این نگرش‌ها این است که توجه داشته باشیم همان‌گونه که خود ما روزی از پدر و مادرمان جدا شده‌ایم و تشکیل خانواده داده‌ایم، فرزندانمان نیز چنین حقی دارند و بالاخره باید روزی از ما جدا شوند؛ پس چه‌بتر که بتوانند در کنار کسی زندگی کنند که علاقه بیششان وارد دارد.

❗ در خانواده همسر غریبه نمایند

متأسفانه بعضی افراد با این دید و وارد خانواده همسر خود می‌شوند که در کنار آن‌ها همیشه یک غریبه محسوب می‌شوند و نمی‌توانند نظرهاش را جلب کنند؛ البته اینکه ما ابتدا به‌عنوان غریبه وارد خانواده همسرمان می‌شویم، امری طبیعی

است، ولی ادامه ارتباط به خودمان مربوط می‌شود که بخواهیم همیشه غریبه باقی بمانیم یا خیر! اگر سعی کنیم رابطه خوبی با خانواده همسرمان داشته باشیم، قطعاً زندگی زناشویی‌مان نیز آرامش بیشتری خواهد داشت.

❗ نگرش را ۳۶۰ درجه بچرخانید

با توجه به اینکه همه ما تجارب و پیشینه ذهنی از نوع ارتباط بین زوج‌ها و خانواده‌هایشان داریم، باید بتوانیم بدون هیچ پیش‌داوری، ارتباطمان را آغاز کنیم، فراموش نکنیم، در پیش گرفتن چنین روشی، قبیل از هر چیز به نفع خودمان خواهد بود. اگر می‌خواهیم همسرمان به خانواده ما احترام بگذارد، قطعاً باید خودمان هم رفتار محترمانه‌ای با خانواده او داشته باشیم.

❗ چه‌کار کنیم؟

ما قبل از ورود به ارتباط زناشویی باید یک سری اصول را رعایت کنیم؛ ازجمله حفظ احترام متقابل، رعایت حدود شخصی، عدم افراطونظریط یعنی بیش‌ازحد صمیمی یا غیر صمیمی رفتار کردن، رعایت ادب و نگه‌داشتن حرمت بزرگ‌ترها و...؛ ولی رعایت این موارد در ارتباط‌های مهمی مثل ارتباط با خانواده همسر بسیار مهم است؛ زیرا معمولاً هر رابطه‌ای با رعایت نکردن این موارد دچار مشکل می‌شود و موفقیت‌آمیز نخواهد بود. ما سعی کردیم در ادامه مواردی را به شما بگوییم تا این ارتباط را لذت‌بخش‌تر کند.

❗ قوانین خانواده همسران را بشناسید
شما باید بدانید که نوع رابطه‌ای که بر خانواده همسران حاکم است کدام است. نوع رابطه را می‌توانید از مرزهایی که بین اعضای خانواده همسران وجود دارد، متوجه شوید.

غیرازاین باید بدانید چه کسی حرف آخر را در آن خانواده می‌زند. سعی کنید قوانین آن خانواده را بدانید. شخصیت تمام اعضای خانواده همسران را بشناسید. این شناخت‌ها می‌تواند به شما کمک کند تا بدانید چگونه با آن‌ها ارتباط داشته باشید تا با جمله گوشی تلفن همراه، تبلت، دستگاه‌های بازی را بدون هیچ زحمتی بهدست بیاورند. این دکترای روانشناسی و مدرس دانشگاه بیان کرد: نکته حائز اهمیت اینکه والدین باید تمام تلاش خود را به‌کارگیرند تا به فرزندانشان بیاموزند که باید برای به دست آوردن خواسته‌هایشان تلاش کنند. تبریزی با تأکید بر اینکه اگر والدین زحمت کشیدن برای به‌دست‌آوردن چیزی را از سن کودکی به فرزندان آموزش دهند، مسئولیت‌پذیری بچه‌ها از کودکی بالا می‌رود، افزود: والدین باید این مهم را از سن بسیار پایین برای فرزندان آغاز کنند. وی با بیان اینکه زمانیکه بحث مسئولیت‌پذیری مطرح می‌شود والدین فکر می‌کنند بچه‌ها باید به سنی همچون نوجوانی برسند تا راجع به این موضوع با آن‌ها صحبت کنند، تصریح کرد: این‌گونه که والدین فکر می‌کنند نیست و می‌شود از سن دوسالگی در خصوص مسئولیت‌پذیری فرزندان کار کرده و این حس را در آن‌ها تقویت کرد.

وی با تأکید بر اینکه با تأکید بر آموزش و تقویت حس مسئولیت پذیری از دوران کودکی و سنی پایین در بچه‌ها تصریح کرد: باید از سن پایین به بچه‌ها بیاموزیم که مسئول یک سری چیزها است، به‌عنوان‌مثال باید به بچه‌ها بفهمانیم که مسئول اسباب‌بازی‌هایش، کنترل تلویزیون در زمان تماشای کارتون، مسواک زدن، دستشویی رفتن و موارد مشابه ازاین‌دست است. این مدرس دانشگاه خاطرنشان کرد: در موضوعاتی همچون شب‌اداری به والدین توصیه می‌کنیم به فرزند این آموزش را بدهند که مسئول لباس‌هایی است که بعد از شب‌اداری خیس شده و بچه ۴- ۵- ساله را ملزم به شستن لباس‌های خیس خود کنند تا متوجه شود مسئولیتی دارد. تبریزی با بیان اینکه وقتی بحث مسئولیت‌پذیری پیش می‌آید نخستین راهکاری که به ذهن والدین خطور می‌کند این است که از کودکان مشارکت در کارهای خانه (کیسه‌زباله را ساعت ۹ شب بدهند بچه دم در بگذارد) را طلب کنند، یادآور شد: مسئولیت‌پذیری فقط این نیست و ابتدا از کارهای شخصی بچه‌ها آغاز می‌شود. وی با تأکید بر اینکه مسئولیت‌پذیری در کودکان به معنی استقلال آنها در انجام امور شخصی است و والدین باید به آنها کمک کرده و فرزندان خود را به این سمت سوق دهند، اظهار کرد: زمانی که فرزندان برحسب سن خود مستقل شدند آن زمان می‌شود راجع به مسئولیت‌پذیری صحبت بیشتری با آن‌ها داشت و حتی بچه‌ها را در مسئولیت امور خانواده نیز دخیل کرد.

وی تخیل کردن بچه‌ها در امور آشپزی، تمیز کردن خانه، شستن ظرف‌ها و حتی رسیدگی به ماشین پدر و... را از مسئولیت‌ها در امور خانواده دانست و گفت: سن بچه‌ها که بالاتر می‌رود به‌ویژه

حداقل اختلاف رویه‌رو شود.

❗ احترام فراموش نشود

یکی از برداشت‌های اشتباهی که بسیاری از خانواده‌ها مرتکب می‌شوند این است که فکر می‌کنند با ورود عروس به خانواده‌شان پسرشان دیگر مانند قبل با آن‌ها مهربان نیست و توجهش به آن‌ها کمتر شده است. راهکار اصلی برای مواجه با این نگرش‌ها این است که توجه داشته باشیم همان‌گونه که خود ما روزی از پدر و مادرمان جدا شده‌ایم و تشکیل خانواده داده‌ایم، فرزندانمان نیز چنین حقی دارند و بالاخره باید روزی از ما جدا شوند؛ پس چه‌بتر که بتوانند در کنار کسی زندگی کنند که علاقه بیششان وارد دارد.

❗ اطلاعات خصوصی‌تان را حفظ کنید
در شیوه صحبت کردن و رفتار شما در عین احترام باید این نکته وجود داشته باشد که حتماً اطلاعات زندگی خصوصی‌تان را حفظ کنید و تا آنجا که امکان دارد، اجازه سرک کشیدن دیگران را ندهید. این نکته را باید حتی در مورد خانواده خودتان در نظر بگیرید.

❗ از مشکلات تنرسید!

بسیاری از زوج‌ها با بروز ساده‌ترین مشکلات با خانواده همسرشان فکر می‌کنند دیگر دوست‌داشتنی نیستند و به همین دلیل ناامید می‌شوند. توجه داشته باشید این خیلی طبیعی است که با توجه به اختلاف‌سلقه، آداب‌وسوم و نوع نگاه و برداشت خانواده‌ها نسبت به مسائل مختلف، گاهی اختلافاتی هم بینشان به وجود بیاید؛ همان‌گونه که گاهی در بعضی‌ها، مشکلاتی با خانواده خودمان هم داریم؛ بنابراین بهترین راهکار این است که این‌گونه مشکلات را بیش‌ازحد جدی نگیریم.

ه. منفرد - بخش خانواده ایرانی تبیان

سپهرغرب، گروه خانواده: در یک خانواده‌ی **بالنده هرلحظه می‌توان نشاط و سرزندگی، اصالت و محبت و علاقه را احساس کرد.** به **نظر می‌رسد که در چنین خانواده‌ای علاوه بر مغز، قلب و روح هم حضور دارند. افراد با تمام وجود به سخنان همدیگر گوش فرا می‌دهند و رعایت حال و خواسته یکدیگر را می‌کنند و همدردی می‌کنند. افسرد چنین خانواده‌ای از خطر کردن، زیرا هر فرد خانواده متوجه است که با خطر کردن حتماً اشتباهاتی رخ خواهد داد و اشتباهات، خود نشانه‌ای از رشد کودک است، همه‌ی افراد خانواده احساس می‌کنند که از حقوقی برخوردار هستند، ضمن این‌که کاملاً به یکدیگر علاقه‌مندند و برای همدیگر ارزش قائل هستند.**

هرکس می‌تواند احساس سرزندگی را در چنین خانواده‌ای ببیند. حرکات بدن‌ها و حالت چهره‌ها آرمیده است. افراد با اهنگی پرمایه و روشن حرف می‌زنند. در روابطشان باهم، هماهنگی وجود دارد. حتی وقتی خردسال‌اند به نظر گشاده‌رو و مهربان می‌آیند و بقیه افراد خانواده هم با آن‌ها مثل آدم‌های بزرگ رفتار می‌کنند.

خانواده‌های مسئله‌دار و آشفته در اثر ازدواج‌های مسئله‌دار به وجود می‌آیند. در خانواده‌های آشفته ارزش خود، یابین، ارتباط، غیرمستقیم؛ قاعده‌ها خشک و بی‌روح و ناسازگار و یکنواخت است و پیوند با اجتماع بر اساس ترس و آرام کردن خشم و سرزنش است.

در خانواده‌های آشفته و ناراحت، جو منفی را خیلی سریع و آسان می‌توان احساس کرد. هر وقت در چنین خانواده‌ای باشیم به‌سرعت احساس می‌کنیم که ناراحت هستیم. گاهی محیط آن‌چنان سرد است که گویی همه یخ‌زده‌اند، فضا فوق‌العاده مؤذنه‌ای است و بی‌حوصلگی به‌وضوح روشن و مشهود است.

زمانی دیگر احساس می‌کنیم که همه‌چیز به‌طور مداوم به دور خود می‌چرخد و سرگشته می‌گیریم

و نمیتوانیم تعادلمان را بازیابیم. گاهی امکان دارد که نوعی حالت اعلام‌خطر احساس شود، مانند آرامش قبل از طوفان، و گاهی نیز هوا سرشار از رمز و راز است، مانند محیط ستادهای جاسوسی.

واکنش‌های اساسی

بیشتر افراد خانواده‌های پریشان دچار بیماری جسمی هستند. درواقع بدن آنان در برابر جوی غیرانسانی، واکنشی انسانی نشان می‌دهد و بیان‌کننده‌ی وضع ناخوشایند آنان است.بدن‌ها شق و سفت یا دولا و خمیده است؛ چهره‌ها عبوس و غمگین و مانند ماسک بی‌احساس به نظر می‌رسد؛ چشم‌ها فروافتاده است و نگاه‌ها از مردم می‌گریزد، بدیهی است که گوش‌ها نمی‌شنوند، صداها هم

سبک‌های فرزندپروری والدین تغییر کرده است:

رقم زدن فردای بهتر برای فرزندان با تقویت مسئولیت‌های اجتماعی

والدین مسئولیت پذیری را از سن بسیار پایین برای فرزندان شروع کنند

جمله گوشی تلفن همراه، تبلت، دستگاه‌های بازی را بدون هیچ زحمتی بهدست بیاورند. این دکترای روانشناسی و مدرس دانشگاه بیان کرد: نکته حائز اهمیت اینکه والدین باید تمام تلاش خود را به‌کارگیرند تا به فرزندانشان بیاموزند که باید برای به دست آوردن خواسته‌هایشان تلاش کنند. تبریزی با تأکید بر اینکه اگر والدین زحمت کشیدن برای به‌دست‌آوردن چیزی را از سن کودکی به فرزندان آموزش دهند، مسئولیت‌پذیری بچه‌ها از کودکی بالا می‌رود، افزود: والدین باید این مهم را از سن بسیار پایین برای فرزندان آغاز کنند. وی با بیان اینکه زمانیکه بحث مسئولیت‌پذیری مطرح می‌شود والدین فکر می‌کنند بچه‌ها باید به سنی همچون نوجوانی برسند تا راجع به این موضوع با آن‌ها صحبت کنند، تصریح کرد: این‌گونه که والدین فکر می‌کنند نیست و می‌شود از سن دوسالگی در خصوص مسئولیت‌پذیری فرزندان کار کرده و این حس را در آن‌ها تقویت کرد.

وی با تأکید بر اینکه با تأکید بر آموزش و تقویت حس مسئولیت پذیری از دوران کودکی و سنی پایین در بچه‌ها تصریح کرد: باید از سن پایین به بچه‌ها بیاموزیم که مسئول یک سری چیزها است، به‌عنوان‌مثال باید به بچه‌ها بفهمانیم که مسئول اسباب‌بازی‌هایش، کنترل تلویزیون در زمان تماشای کارتون، مسواک زدن، دستشویی رفتن و موارد مشابه ازاین‌دست است.

این مدرس دانشگاه خاطرنشان کرد: در موضوعاتی همچون شب‌اداری به والدین توصیه می‌کنیم به فرزند این آموزش را بدهند که مسئول لباس‌هایی است که بعد از شب‌اداری خیس شده و بچه ۴- ۵- ساله را ملزم به شستن لباس‌های خیس خود کنند تا متوجه شود مسئولیتی دارد.

تبریزی با بیان اینکه وقتی بحث مسئولیت‌پذیری پیش می‌آید نخستین راهکاری که به ذهن والدین خطور می‌کند این است که از کودکان مشارکت در کارهای خانه (کیسه‌زباله را ساعت ۹ شب بدهند بچه دم در بگذارد) را طلب کنند، یادآور شد: مسئولیت‌پذیری فقط این نیست و ابتدا از کارهای شخصی بچه‌ها آغاز می‌شود.

وی با تأکید بر اینکه مسئولیت‌پذیری در کودکان به معنی استقلال آنها در انجام امور شخصی است و والدین باید به آنها کمک کرده و فرزندان خود را به این سمت سوق دهند، اظهار کرد: زمانی که فرزندان برحسب سن خود مستقل شدند آن زمان می‌شود راجع به مسئولیت‌پذیری صحبت بیشتری با آن‌ها داشت و حتی بچه‌ها را در مسئولیت امور خانواده نیز دخیل کرد.

این مدرس دانشگاه خاطرنشان کرد: در گذشته طرچی به نام طرح کار برگزار می‌شد که بچه‌ها بدین‌وسیله با این طرح مهارت دیده و کاری بار می‌آمندی اما متأسفانه این امر را در مورد بچه‌های دهه ۷۰ و ۸۰ کمتر می‌بینیم که این موضوع به همان تغییر سبک فرزندپروری بازمی‌گردد.

تبریزی با تأکید بر اینکه متأسفانه در طرح و برنامه‌های دولتی ما وزارتخانه و با سازمانی به نام وزارت

خشن و گوش‌خراش هستند.

نشانه دوستی در میان افراد خانواده کم است و همبستگی خانوادگی نوعی وظیفه است و افراد صرفاً تلاش می‌کنند یکدیگر را تحمل کنند. گهگاه افرادی در خانواده‌های پریشان مشاهده می‌شوند که سعی دارند با حرف‌هایشان جو موجود را سبک کند ولی گفته‌هایشان به هدر می‌رود. در چنین مواقعی اغلب شوخی‌ها هم گزنده و طعنه‌آمیز و بی‌رحمانه‌اند. بزرگ‌ترها آن‌قدر سرگرم امرونی به فرزندان خود هستند که هرگز نمی‌فهمند او کیست. درنتیجه فرزند هیچ‌گاه از پدر و مادر به‌عنوان دو انسان بهرمند نمی‌شود.

به‌طورکلی کودکان خانواده‌های آشفته تربیتی مسسوم دارند. تربیت مسسوم خشونت است که به حقوق کودکان تجاوز می‌کند، این خشونت در کودک باقی می‌ماند و در بزرگسالی او، به همین شکل به فرزندانش منتقل می‌شود.

در تربیت مسوم، اطاعت والاترین ارزش‌هاست. در ادامه‌ی اطاعت، نظم و تربیت، تمیز بودن و کنترل احساسات و آرزوها قرار دارد. کودک زمانی خوب است که آن‌طورکه به او گفته‌اند و آموخته‌اند رفتار کند. کودک خوب، سازگار و باملاحظه و غیر خودخواه است و هرچه کمتر حرف بزند، بهتراست.

در تربیت مسوم:

۱- بزرگ‌ترها ارباب کودک وابسته هستند.۲- بزرگ‌ترها خدا گونه درباره خوب و بد تصمیم می‌گیرند.۳- کودک مسئول خشم بزرگ‌ترهاست.۴- پدر و مادر همیشه باید حمایت شوند.۵- حق حیات کودک تهدیدی برای والدین مستبد است.۶- اراده کودک باید در اسرع وقت سرکوب شود.

نمونه‌هایی از این باورها:

۱- بچه‌ها چون بچه هستند، شایسته احترام نیستند.۲- اطاعت، بچه‌ها را قوی می‌کند.۳- برآورده ساختن نیازهای کودک اشتباه است.۴- جدی بودن با کودک و سرد برخورد کردن با او، را برای زندگی آماده می‌کند.۵- تشکر ظاهری بهتر از ناسپاسی صادقانه است.۶- رفتار ظاهری مهم‌تر از خود واقعی است.

۷- پدر و مادر موجوداتی بی‌گناه و عاری از وسوسه هستند.

۸- همیشه حق با پدر و مادر است. اغلب این باورها در ناسوداگاه وجود دارند و در شرایط استرس و بحران فعال می‌شوند. با توجه به مدارکی که موجود است هیتلر در کودکی مورد سوءاستفاده و بدرفتاری جسمی و احساسی واقف‌شده بود. پدرش یک دیکتاتور به‌تمامم‌بود. گمان می‌رود که پدرش نیمه جهود و نامشروع بود و خشمش را روی فرزندانش پیاده می‌کرد. هیتلر دوران کودکی را برون‌ریزی کرد و میلیون‌ها کلمبی بی‌گناه را قربانی کرد.

برون ریزی

اریک اریکسون معتقد است که هیتلر خشم

سرای محله دارد و هر س‌رای محله اگر بتواند در این خصوص اطلاع‌رسانی خوبی داشته باشد می‌تواند آموزش‌هایی لازم را در محله خود ارائه دهد که این مهم می‌تواند در کل کشور پیگیری شود. وی با تأکید بر اینکه پیگیری نکته مهم دیگر در حوزه خانواده از طریق وزارت کشور است، ادامه داد: سازمان ثبت‌احوال و اسناد و حوزه ازدواج زیر نظر وزارت کشور است و می‌توان در دولت مطرح کرد هر زوج که قصد ازدواج دارند را ملزم به آموزش‌هایی کرده و گواهینامه ازدواج شامل آموزش در مسائل زندگی مشترک و حوزه فرزندپروری برای آن‌ها صادر شود.

این مدرس دانشگاه خاطرنشان کرد: درصورتی‌که چنین طرحی را به‌صورت کشوری پیگیری کنند به‌طورقطع در درازمدت خروجی بسیار خوبی خواهد داشت. تبریزی در پایان با تأکید بر اینکه باید والدین را تشویق به مطالعه کتاب‌هایی در حوزه تربیت کودک و رفتاردرمانی کنیم، یادآور شد: این کتاب‌ها بیش از فضای مجازی و سایت‌ها می‌تواند به‌صورت علمی، کامل و جامع آن‌ها را راهنمایی کرده و موجب ترویج فرهنگ کتاب‌خوانی در خانواده و جامعه شود.

این دکترای روانشناسی و مدرس دانشگاه خاطرنشان کرد: در حال حاضر آموزش‌وپرورش در جلسات آموزش خانواده مدارس از مدرسان درخواست ارائه آموزش‌هایی در حوزه فرزندپروری دارند، سازمان بهزیستی، سازمان نظام روانشناسی و وزارت ورزش و جوانان نیز مجوزهایی به مراکز مشاوره برای آموزش به والدین ارائه می‌دهند.

تبریزی به اطلاعات موجود در فضای مجازی در خصوص فرزندپروری و مباحث خانواده اشاره کرد و یادآور شد: اما اگر بخواهیم بگوییم به‌صورت ساخت‌یافته، سازمانی وجود دارد که اطلاعاتی در این خصوص به‌طور مداوم به والدین ارائه می‌دهد خیر به این شکل نیست.

وی با بیان اینکه خانواده روانشناسی حدود ۵۷ عنوان کتاب به جامعه و والدین ارائه کرده است که اطلاعات آن‌ها را در خصوص فرزندپروری و مسئولیت‌پذیری فرزندان افزایش دهد، اظهار کرد: میتوان گفت که پیگیری به‌کارگیری آموزش‌های ارائه‌شده از سوی والدین در امر فرزندپروری، در جامعه کمک‌رنگ انجام‌شده است.

وی با تأکید بر اینکه اقدامات بسیاری در حوزه فرزندپروری می‌شود انجام داد، به شرط آنکه مسئولین همکاری‌های لازم را به عمل آورند گفت: نخستین و مهم‌ترین جایی که می‌توان در این حوزه روی آن کار کرد صداوسیما است.

این روانشناس بیان کرد: می‌شود برنامه‌هایی را به‌صورت روزانه در این حوزه و در صداوسیما ترتیب داد که به عادی برای والدین تبدیل‌شده و بداند که این‌گونه برنامه‌ها مادام‌العمر است چراکه والدین تمام نمی‌شوند؛ امکان ارائه آموزش‌ها در جراید و فضای مجازی نیز وجود دارد.

تبریزی برگزاری کارگاه‌های مختلف را از

روش‌های علمی‌تر در این حوزه برشمرد و افزود: این کارگاه‌ها باید توسط روانشناسان و مشاوران در مراکز مختلف ازجمله مراکز مشاوره و سرای محله‌ها برگزار شود و این مراکز ظرفیت‌های خوبی در این راستا هستند.

وی تصریح کرد: شهرداری در نقاط بسیار زیادی می‌تواند انجام دهد را در نظر داشته باشید.

گستره میلیون‌ها نوجوان را برانگیخت. او در هیئت

رهبر گروه‌های جوان ظاهر شد تا خشم آن‌ها را سازمان دهد. این خشم واکنش ناخودآگاه آن‌ها در برابر طرز پرورش خود بود که در اسطوره‌ی «ژاد برتر» منجلی شد. کلمبی‌های قربانی شده، قربانیان آلمانی‌های تحت ستم والدین پرخاشگر، مستبد و زورگ‌و بودند. این «برون‌ریزی ملی» نتیجه منطقی یک زندگی خانوادگی مستبدانه بود که در آن یک

پا دو نفر، با نام پدر و مادر، همه قدرت‌ها را در اختیار دارند و می‌توانند با فرزندانشان هر کاری که می‌خواهند بکنند. آن‌ها را شلاق بزنند، توهین و مجازات‌شان کنند، مورد تحقیر قرار دهند، بر آن‌ها سلطه برانند، با آن‌ها بدرفتاری و بی‌اعتنایی کنند. همه این‌ها در مفهوم تربیت مسسوم انجام می‌گیرند. باید توجه داشت که نظم و ترتیب بدون خودانگیختگی به اسارت منتهی می‌شود؛ قانون و توجه عقلی بدون عاطفه منجر به سردی مکانیکی می‌شود. ملاحظه‌کاری و تواضع، بدون احساس آزادی و استقلال درونی، مولد انسان‌های خامی است که به‌راحتی تحت قیمومیت هر مقام و صاحب‌مقامی قرار می‌گیرد.

اختلالات وسواس، کمال‌طلبی، احساس عمیق قنارت، ناشایستگی یا ناامکی و اختلال خودشیفتگی هم ناشی از شرم و خجالت است.

شرم‌ناکاری یک خودناپذیری تمام‌عیار است. شرم‌ساری، بیماری روح و تلخ‌ترین تجربه خود از خویشتن است، و مهم نیست که با شکل تحقیر یا ترسویی احساس شود یا به شکل ناگامی. شرم‌ساری منبع اغلب روحيات مزاحم و ناخوشایندی است که زندگی انسان را انکار می‌کند. شرم‌ساری با احساس گناه تفاوت دارد. احساس گناه می‌گوید: اشتباه کردم، اما شرم‌ساری می‌گوید: من نادرست هستم.

مقررات حاکم بر خانواده‌های مـا، با به‌خالتود وا گذاشتن بچه‌ها، در آن‌ها ایجاد شرم‌ساری می‌کند. به خالتود واگذار کردن فرزندان به اشکال زیر بروز می‌کند:

۱- رها کردن واقعی آن‌ها (ترک کردن فیزیکی)، ۲- دریغ کردن احساسات خود از فرزندان، ۳- بی‌توجهی به تأیید و تصدیق احساسات فرزندان. ۴- برآورده نـساختن نیازهای رشد کودکان ۵- سوءاستفاده جسمانی، جنسی، احساسی و روحی از فرزندان، ۶- استفاده از بچه‌ها برای برآورده ساختن نیازهای ارضاء نشده، ۷- بچه را مسئول ازدواج خود معرفی کردن، ۸- پنهان کردن و انکار اسرار شرم‌آور خود از دیگران تا بچه‌ها مجبور شوند با حمایت از این موضوعات پنهانی، عادل و نـوآوان خانواده را حفظ کنند. ۹- صرف وقت نکردن با فرزندان و بی‌توجهی به آن‌ها

سپهرغرب، گروه خانواده – آذین رضایی:

دکترای روانشناسی بابیان اینکه امروزه سبک‌های فرزندپروری والدین تغییر کرده است، گفت: تقویت مسئولیت‌های اجتماعی در فرزندان باعث داشتن فردای بهتر برای آن‌هاست و والدین مسئولیت‌پذیری را از سن بسیار پایین برای فرزندان شروع کنند.

مسئولیت‌پذیری یکی از نشانه‌های رشد و اعتمادبه‌نفس است که به شخص کمک می‌کند تا تصمیم‌های مناسب‌تری اتخاذ کند و کسانی که از حس مسئولیت‌پذیری برخوردار هستند به موفقیت‌های روزافزون و پادشای‌های ناشی از آن دست خواهند یافت که این خود به افزایش اشتیاق در ارتباطات و یادگیری منجر خواهد شد.

مسئولیت‌پذیری نوعی نگرش اکتسابی است که از ابتدای زندگی به‌تدریج ایجاد می‌شود بنابراین والدین به‌عنوان نخستین متولی این امر بهتر است در ایجاد و رشد چنین حسی در فرزندان خود کوشش کنند؛ به‌طورکلی می‌توان گفت مسئولیت‌پذیری فرزندان بستگی زیادی به تجارب آن‌ها در خانواده دارد. والدین به‌عنوان سرمشق و الگویی قوی می‌توانند خود با رفتاری حاکی از مسئولیت‌پذیری و با اتخاذ تدابیر آموزشی مناسب زمینه پرورش این حس را در فرزندان به وجود بیاورند؛ ایجاد این حس زمانی میسر خواهد بود که شرایط روحی و روانی کودکان را دربرافشه و تلاش کنیم موقعیت‌های مناسبی را برای قبول مسئولیت آن‌ها فراهم کرده و انتظارات خود را متناسب با سن فرزندان به‌طور دقیق و روشن بیان کنیم.

شاید در نظر بسیاری از والدین بزرگ‌ترین دغدغه و حتی مهم‌ترین درخواست از فرزند، درس خواندن باشد، اگرچه اهمیت این موضوع درسی موفقیت در تحصیل بر کسی پوشیده نیست اما باید پذیریم که درس خواندن تمام زندگی فرزندان نیست و آن‌ها باید بتوانند در هر دوره‌ای از زندگی به مواجهه با هر موقعیتی بچرانی گلیم خود را از آب بیرون بکشند اما برای این‌که فرزندانمان بتوانند به‌خوبی از پس مسئولیت‌های خود در زندگی برآیند باید از دوران کودکی حس مسئولیت‌پذیری را در آنان تقویت کرد؛ اما تقویت حس مسئولیت‌پذیری نیازمند رعایت الزاماتی است که به‌منظور آگاهی از این موارد با دکترای روانشناسی و مدرس دانشگاه به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه می‌خوانید:

علیرضا تبریزی در گفت‌وگو با خبرنگار سپهرغرب با تأکید بر اینکه این روزها سبک‌های فرزندپروری والدین تغییر کرده است، گفت: متأسفانه اطلاعات بسیاری از والدین در خصوص فرزندپروری کم است و اکثر مواقع والدین به دلیل مشکلات اقتصادی که در گذشته به‌ویژه در دهه ۶۰ داشته‌اند و اکنون که وضعیت مالی بهتر پیدا کرده‌اند تمام تلاش خود را برای حمایت کامل فرزندان‌شان می‌کنند.

وی بابیان اینکه والدین سعی دارند فرزندان‌شان را حمایت کنند تا هیچ احساس کمبودی نداشته-

باشند، گفت: این امر موجب می‌شود فرزندان هیچ تلاش و زحمتی برای بهدست آوردن خواسته-

هایشان نداشته و با حرف‌زدن، جیغ، گریه، خواهش-

کردن، لجبازی و بعضاً دادوبیداد احتیاجات خود از