

به جای پدر و مادر بودن رفیق فابریک بچه‌هایمان باشیم!

نوشته: حسین زرگرانی

تمام والدین آرزو دارند که خانواده‌ای صمیمی برای خود و اعضای خانواده فراهم آورند. آنها می‌خواهند کودکان‌شان شاد و سرحال باشند و برای فرزندان دوران خوشی را رقم بزنند. اما یک خانواده صمیمی سریعاً به وجود نمی‌آید بلکه نیاز به فکر و تلاش دارد. ایجاد پیوندهای خانوادگی قوی مستلزم این است که روش کار خود را مجدد مورد بررسی قرار دهید. البته این کار سختی نیست و نیاز به هزینه‌ای هم ندارد. برای دستیابی به این منظور باید یکسری اصول را برای خانواده ترسیم کرد و سعی کرد آنها را عینیت بخشید. روش‌های زیر برخی از این اصول است که در رابطه نزدیک شما با فرزندان‌تان می‌تواند اثرگذار باشد.

ناراحتی خود را بنویسد. با این کار شما هم می‌توانید خطاهای فرزندان را به آنها گوشزد کنید و در آن دفتر بنویسید تا با خواندن آن متوجه خواسته‌های شما شوند و هم با خواندن مطالب آنها به این نکته پی ببرید که آنها چه انتظاری از شما دارند.

در آغوش گرفتن فرزندان

قدرت شفاعت لمس فرزندان را در نزدیک شدن به آنها دست‌کم نگیرید. هم از نظر عاطفی و هم به معنای واقعی کلمه، در آغوش گرفتن، باعث دلگرمی و آرامش و راحتی اعصاب فرزندان می‌شود و گاهی اوقات دست‌های حلقه شده دور گردن بیشتر از واژه‌ها معنا پیدا می‌کند.

با آنها به جاهایی که دوست دارند، بروید.

مانند یک دوست در کنار فرزندان باشید و گاهی اوقات با آنها بدون بقیه اعضای خانواده به گردش بروید. آنها را به جاهایی که دوست دارند ببرید و بگذارید آنها با تمام وجود احساس کنند که شما مانند یک دوست در کنارشان هستید. بردن فرزندان به مکان‌هایی که دوست دارند، جنبه عملی نشان دادن علاقه شما به فرزندان است.

واقعاً با فرزندان‌تان صحبت کنید.

بیشتر گفتگوها بین والدین و کودکان به این موضوعات ختم می‌شود:

ژاکتات را بپوش، کارهای مدرسه‌ات را انجام بده. با کودکان درباره چیزهایی که واقعاً برایشان مهم است، صحبت کنید. فقط نباید سؤالات بله یا خیر از آنها پرسیم. مثلاً هر روز از او سؤال کنید بهترین ساعات روز برای او چه زمانی بوده است، در مدرسه چه کار کرده است و یا صبح‌ها بپرسید چه رؤیاهایی دیشب دیده است. □

با هم شام خوردن

لازم است که نگاه‌تان به غذا خوردن یک نگاه ویژه باشد. در کنار یکدیگر شام خوردن بیش از هر کار دیگری، اهل خانه را به یکدیگر نزدیک می‌کند. میز شام محل خوبی است برای صحبت کردن پیرامون مسائل مختلف خانواده. از غذا خوردن و حضور در سر میز شام می‌توان به عنوان یک جلسه شبانه برای اعضای خانواده استفاده کرد و در آن به موضوعات مختلف رسیدگی کرد.

سهیم کردن اعضای خانواده

سعی کنید فرزندان را نیز در امور خانواده دخالت دهید و از آنها در کارهای خانه استفاده کنید. مثلاً کاشتن گل در باغچه خانه را به آنها بسپارید. این کار باعث می‌شود که آنها احساس کنند که شما برای آنها ارزش قائل هستید و به توانایی آنها ایمان دارید و این باعث افزایش اعتماد به نفس آنها و نزدیکی بیشتر شما به آنها می‌شود.

به آنها بگویید که دوست‌شان دارید.

این کار دو فایده دارد: اول اینکه رابطه شما با فرزندان را نزدیک‌تر و صمیمی‌تر می‌کند و نکته دوم اینکه با این کار شما بحث کردن را به آنها آموزش می‌دهید. شما حتی می‌توانید هنگامی که به آنها می‌گویید دوست‌شان دارید آنها را ببوسید تا عمق محبت خود را به آنها بیشتر نشان دهید.

داشتن دفتر خانوادگی

به فرزندان‌تان اجازه دهید تا در مورد مسائل مختلف اظهارنظر کنند و یا حتی از شما انتقاد کنند. برای این منظور می‌توانید دفتری تهیه کنید و در جای ثابتی قرار دهید تا وقتی کسی از دست کس دیگری ناراحت بود در آن موضوع

