

احمد به پژوه

بی‌شک، اساس سلامت جامعه وابسته به سلامت خانواده‌هاست و سلامت روانی و جسمانی افراد جامعه تأمین نمیشود مگر آن‌که از خانواده‌هایی متعالی، سالم، بالنده، متعادل و صالح برخوردار باشند.

آنچه در این خصوص مهم است آن است که بدانیم خانواده بر حسب تصادف سالم یا ناسالم نمیشود، بلکه سلامت و نشاط خانواده مدیون و مرهون احساس مسئولیت و آموزش مستمر اعضای آن، به ویژه زن و شوهر و یا پدر و مادر است.

بدون تردید، لازمه داشتن جامعه سالم، داشتن خانواده‌های سالم است و این خانواده‌های سالم هستند که شهروندان سالم به جامعه تحویل می‌دهند. در این زمینه، خانواده هم یک نهاد آموزشی است و خود نیز به آموزش نیاز دارد. به زبان ساده، خانواده نهادی است که حداقل از یک زوج (زن و شوهر) تشکیل شده است که به طور رسمی و شرعی با یکدیگر ازدواج کرده‌اند و درخانه‌ای به طور مشترک در کنار هم زندگی میکنند. در خانواده، مسئولیت‌ها و وظایف میان اعضا، تقسیم شده است و زن و شوهر با همفکری، همدلی و همکاری یکدیگر به انجام دادن وظایف می‌پردازند. در این شرایط ضرورت دارد هر یک از زوجین به نقشها و وظایف خود آگاهی داشته باشند، آموزش‌های لازم را ببینند و به آنها عمل کنند.

داشتن یک خانواده سالم و موفق، مورد نظر هر زن و شوهر و یا هر پدر و مادر آگاه و مسئولی است. هدف از شناخت ویژگی‌های یک خانواده سالم عبارت است از:

- ارتقای سطح آگاهی اعضای خانواده درباره نقشها و وظایف یک خانواده سالم.
- تلاش برای آگاهی از کم و کیف و چگونگی شکل‌گیری رفتار در یک خانواده سالم.
- تلاش برای آگاهی از ریشهها و علت‌های ناهنجاریهای رفتاری و عاطفی کودکان و نوجوانان.
- تلاش برای چاره‌جویی، درمان، اصلاح و پیشگیری از بروز آسیبها و نابسامانیهای رفتاری، اجتماعی و اخلاقی.

• تلاش برای پیشگیری از طلاق و به وجود آمدن آسیبها و مشاجرههای خانوادگی.

• تلاش برای بهسازی محیط زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی.

و ویژگیهای خانواده سالم:

• میان اعضای خانواده روابط سالم و تفاهم-آمیز وجود دارد و آنان با یکدیگر در تعامل هستند.

• اعضای خانواده از مصاحبت یکدیگر لذت می-برند و فرصتهایی را برای با هم بودن، بحث و گفتگوی آزاد و بدون واگم در نظر می-گیرند و به حرف-های یکدیگر فعالانه گوش می-دهند.

• اعضای خانواده در بحث-های خانوادگی شرکت میکنند و حضوری فعال دارند و احساس-ها، اندیشهها و نگرانی-های خود را به راحتی بیان میکنند.

• اعضای خانواده، زن و شوهر و فرزندان، به رفتار یکدیگر حساس هستند و به یکدیگر انرژی مثبت می-دهند.

• اگر یکی از اعضای خانواده دچار ناراحتی شود علت را جویا میشوند و مشکل را به کمک یکدیگر حل میکنند.

• میان اعضای خانواده تقسیم کار وجود دارد و اعضای خانواده نسبت به امور خانه و خانواده احساس مسئولیت میکنند.

• میان اعضای خانواده اعتماد، صداقت و احترام متقابل وجود دارد.

• زن و شوهر از روابط زناشویی سالم، رضایت-بخش و امن برخوردارند.

- میان اعضای خانواده به ویژه زن و شوهر یا پدر و مادر همدلی، همفکری، همکاری و هماهنگی وجود دارد.
- اعضای خانواده با یکدیگر مؤدبانانه، محبت‌آمیز و با احترام صحبت و رفتار می‌کنند.
- پدر و مادر حضوری دائمی، فعال و با کیفیت دارند و فقط زیر یک سقف به سر بردن مطرح نیست.
- به نیازهای اعضای خانواده به ویژه نیازهای روانی آنان پاسخ مناسب داده می‌شود و اعضاء از امنیت خاطر برخوردارند.
- فضای خانواده گرم و صمیمی است و اعضای خانواده کنار یکدیگر احساس امنیت و آرامش روانی می‌کنند.
- زن و شوهر به یکدیگر و فرزندان محبت غیر مشروط می‌کنند.
- زن و شوهر از ازدواج خود ابراز خرسندی و رضایت میکنند و راضی هستند.
- اعضای خانواده امیدوار هستند و یکدیگر را به امید دعوت میکنند.
- اعضای خانواده آینده‌نگر هستند و به موفقیتها اشاره میکنند و افقهای آینده را در نظر میگیرند.
- اعضای خانواده به ارزش تلاش و سختکوشی توجه میکنند و بدان اهمیت میدهند و معتقد هستند که ناپرده رنج گنج میسر نمیشود.
- در میان اعضای خانواده اعتماد متقابل، امانت‌داری و رازداری وجود دارد.
- زن و شوهر با عشق زندگی میکنند.

• اعضای خانواده بانشاط و باروحیه هستند.

• پدر و مادر به وجود فرزندان خود ابراز افتخار و رضایت میکنند و خداوند را شاکر هستند.

• پدر و مادر در حق فرزندان خود دعا میکنند.

• هنگام بروز بحران مانند بیکاری، بیماری، ورشکستگی و مرگ-ومیر، اعضای خانواده به یکدیگر نزدیک و متحد میشوند تا با بحران مقابله کنند.

• اعضای خانواده در غمها و شادیهای یکدیگر شرکت میکنند و سهیم هستند.

• ارزشها و فضایل اخلاقی مانند شرافت، صداقت، وفاداری، تعهد، خوشبینی، توکل و صبر حاکم است.

• فضای قدردانی و تشکر و شکرگزاری وجود دارد و اعضای خانواده برای زحمات یکدیگر ارزش قائل هستند.

• زن و شوهر تلاش میکنند از هرگونه حرف یا عملی که موجب رنجش یا کدورت شود و دوام و بقای خانواده را تهدید کند، اجتناب کنند و به حساسیتهای مثبت و منفی یکدیگر توجه دارند.

• مثبتنگری وجود دارد و اعضای خانواده در مقام شناخت خوبیها و زیباییهای یکدیگر هستند.

• فضای عفو و گذشت وجود دارد و همواره محبتها و خوبیها و خاطرههای مثبت و خوشایند را مورد تأکید قرار میدهند و آنها را با هیجان تعریف میکنند و بر زبان میآورند.

• پدر و مادر بر این باورند که همه رفتارها را باید یاد گرفت و یاد داد.

• اعضای خانواده با هم تصمیم میگیرند و به یکدیگر کمک میکنند تا هر کس خود تصمیم بگیرد.

• پدر و مادر به فرزندان مسئولیت میدهند و آنان مسئولیت میپذیرند. مسئولیتها بین اعضای خانواده تقسیم میشود و هر یک از اعضا به نوعی احساس مسئولیت میکند.

• اعضای خانواده از زنده ماندن و زندگی کردن کنار هم لذت میبرند و ابراز شادمانی میکنند.

• پدر و مادر برای تربیت فرزندان به آنان انگیزه میدهند و از انگیزه‌های درونی و تشویق استفاده میکنند.

در این میان رسانه‌های فراگیری چون تلویزیون در بازنمایی و ارائه تصویری صحیح و شفاف از خانواده سالم و متعادل نقش به‌سزایی ایفا میکند. نقشی که در سایه آن میتوان به برخورداری جامعه از خانواده‌هایی سالم و متعادل امید داشت.

گزیده‌ای از مقاله:

به پژوه، احمد (بهمن ۱۳۹۰). مقایسه ویژگی‌های خانواده سالم و خانواده ناسالم. نشریه پیوند. ش. ۳۸۸. صص. ۱۱-۷.

بازنویسی: پروین صالحزاده