



مطلع عشق

حضرت امام صادق (ع) فرموده اند: گنج های الهی در زمین نهفته است و هیچ کاری نزد خداوند محبوب تر از زراعت نیست.

(وسائل ۴، ص ۱۰۳)

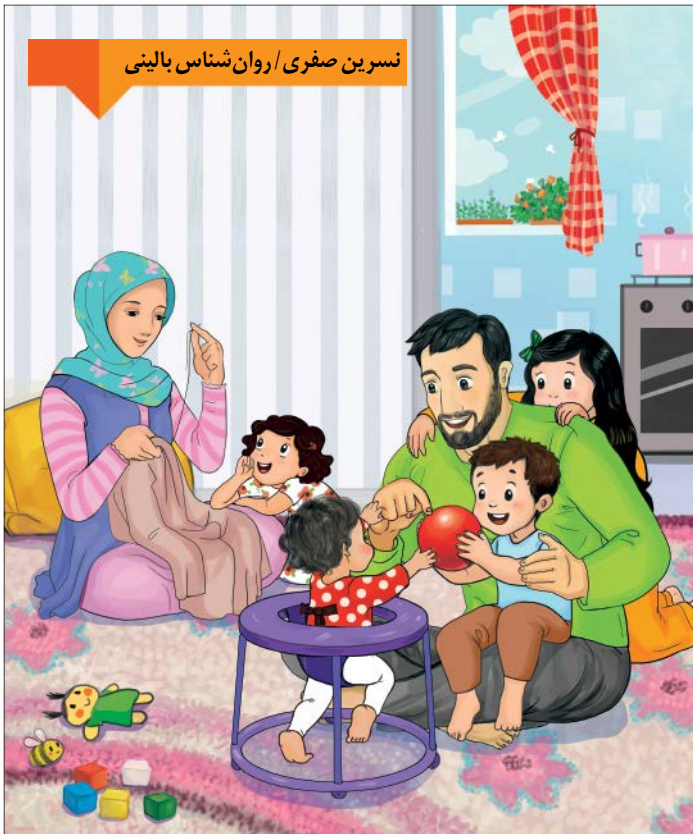
مردم مناطق کشاورزی که گاهی جاذبه مشاغل دیگر آنها را به خود جذب میکند، بدانند که ارزش و کرامت و تأثیر این شغل از اکثر مشاغل دیگر، در زندگی جمعی ملت‌شان، بالاتر است و جای گسترش هم دارد.

منبع: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌ا... خامنه‌ای Khamenei.ir

مهارت‌هایی که والدین دارای چند فرزند باید بیاموزند

مدیریت در خانواده‌های پرجمعیت

نسرین صفری / روان‌شناس بالینی



شاید برایتان جالب باشد که بدانید تازه‌ترین تحقیقات روان‌شناختی و همچنین شواهد و تجارب بالینی متعدد نشان داده فرزندخوانده‌های پرجمعیت نسبت به خانواده‌های کم جمعیت از سلامت روان، مهارت‌های اجتماعی و مقابله‌ای بیشتری برخوردارند. این در حالی است که تک‌فرزندی معمولاً همراه با مصائبی تعریف می‌شود که علت اصلی آن را باید در همین تک‌دانه بودن جست‌وجو کرد. این هفته برای شما از ویژگی‌های مثبت تعداد زیاد فرزند در خانواده‌ها نوشته‌ایم، ویژگی‌هایی که زوج‌های امروزی معمولاً کمتر به آن توجه می‌کنند و از طرفی به مهارت‌هایی اشاره می‌کنیم که والدین در خانواده‌های دارای فرزند زیاد باید آنها را بیاموزند و در مدیریت خانه به کار ببرند.

مقایسه ممنوع!

در خانواده‌های پرجمعیت، بسیاری از والدین دچار اشتباه مقایسه و اجبار می‌شوند، به این معنی که اگر فرزند در زمینه‌ای خاص، متبحر و با مهارت باشد دیگر فرزندان تشویق می‌شوند که از آن الگوی بی‌همتا و ایده‌آل تبعیت کنند که متأسفانه همین اجبار و قیاس نابجا باعث بروز مشکلات متعددی بین فرزندان و حتی گاهی باعث ایجاد حس تنفر و انزجار نسبت به آن فرزند می‌شود. به‌منظور مقابله با این مساله، والدین باید هریک از فرزندان خود را همان گونه که هستند بپذیرند و به تفاوت‌های فردی آنان احترام بگذارند، هر فرزند استعداد و توانایی منحصر به فرد خود را دارد که باید در جهت شناسایی، بروز و تقویت آن اقدام کرد.

حمایت‌های خواهرانه - برادرانه

پدر و مادرهایی که سه فرزند یا بیشتر دارند معمولاً در امر تربیت موفق‌تر از والدینی عمل می‌کنند که دارای یک فرزند هستند زیرا فرزندان کوچک‌تر از فرزند اول خانواده الگو می‌گیرند و سعی می‌کنند همانند او قدر تمند و مستقل باشند. در خانواده‌های پر جمعیت همبستگی بین اعضای خانواده بیشتر است؛ از سوی دیگر معاشرت، هم‌صحبتی و همبازی شدن کودکان با یکدیگر نیز الفت، صمیمیت، مهربانی و احساس تعهد داشتن آنها به همدیگر را بیشتر می‌کند به‌طوری که گاهی خواهرها و برادرها آن قدر نسبت به هم احساس مسؤولیت می‌کنند که نمی‌توانند نسبت به مسائل و مشکلات مختلف زندگی یکدیگر بی‌تفاوت باشند. آنها اغلب حامی و پشتیبان یکدیگرند و گاهی این حمایت‌ها، حتی دور از چشم والدین است.

خط قرمز مهم

می‌شوند، اغلب ترجیح می‌دهند سکوت کنند، سکوتی که نتیجه‌ای جز سرخوردگی و یاس ندارد. روان‌شناسان برای رویارویی درست با این مساله به والدین توصیه می‌کنند که در گفت‌وگوهای صمیمانه از فرزندان‌شان بخواهند که در کمال صداقت و امنیت، درباره مسائلی که در زندگی درون خانوادگی با آنها مواجه هستند بدون رودربایستی سخن بگویند. بی‌تردید در همین گفت‌وگوهاست که می‌توان از رنجش‌هایی که نشان از تبعیض و تفاوت است، آگاهی یافت. البته نکته قابل تامل برای والدین این است که خود را آماده انتقادپذیری و تغییر کنند، این که در ظاهر نشان دهید حاضر به پذیرش هستید اما در باطن خلاف آن عمل کنید، بی‌تردید نتایج نامساعدی به همراه دارد که آسیب‌زاتر است.

برخی از والدین در رفتار با فرزندان‌شان دچار تبعیض می‌شوند؛ به‌طور آگاهانه یا به‌طور کاملاً ناآگاهانه، به یکی از فرزندان خود بیش از دیگری توجه می‌کنند و اهمیت می‌دهند که همین عامل اثر مخرب و دوگانه‌ای روی روابط خانوادگی می‌گذارد. فرزندی که احساس می‌کند والدین‌شان مساوات را بین آنها و خواهر یا برادر دیگرشان رعایت نمی‌کنند اغلب به‌خاطر این که کمتر خواستنی و دوست‌داشتنی هستند احساس ناراحتی و خشم می‌کنند یا به‌خاطر سطح بالای انتظارات پدر و مادرشان دچار استرس می‌شوند. آنها اغلب چون نمی‌توانند این مساله را با والدین‌شان در میان بگذارند و یا در صورت ابراز، مورد بی‌توجهی یا پیشداوری قرار می‌گیرند و یا با توجیهات و انکار والدین‌شان مواجه

کودکان پویا و خودمختار

قرار گیرند، اما با این حال چون از قصد و نیت مثبت اعضای خانواده مطلع‌اند کمتر دچار آسیب و سردرگمی می‌شوند. معمولاً کودکان در خانواده‌های پرجمعیت، به کمک بودن در کنار خواهر و برادر راحت‌تر و سریع‌تر با شخصیت و خود واقعی‌شان آشنا می‌شوند، توانایی‌ها و عدم توانایی‌هایی خود را بهتر شناسایی می‌کنند، پذیرش مسؤولیت و داشتن تعهد به خود و دیگری در آنان بهتر و موثرتر پرورش داده و تقویت می‌شود، این کودکان معمولاً معاشرتی و ماجراجو هستند، اعتماد به نفس بالایی دارند و اغلب به‌هنگام مواجهه با مساله‌ای در زندگی، در جست‌وجو و انتخاب روشی کارآمدتر هستند و از همه مهم‌تر برای یافتن هویتی مستقل‌تر، پویاتر و مفیدتر بسیار تلاش می‌کنند.

کودکان در خانواده‌های پرجمعیت نه تنها به لحاظ روحی و عاطفی اغنا می‌شوند بلکه اولین ارتباطات اجتماعی و صمیمانه را در فضای امن و ایمنی تجربه می‌کنند که استحکام و پایداری آن ضامن سلامت ارتباطات آنها در آینده است، چرا که عموماً روابط خانوادگی نسبت به روابط دوستانه و دیگر روابط، سالم‌تر، پایدارتر، مطمئن‌تر و مستحکم‌تر است. در فضای ایمن خانواده می‌توان به سلامت رقابت‌جویی کرد، بحث و گفت‌وگو، دعوا و مشاجره داشت، با شیوه‌های متفاوت مواجهه با مسائل آشنا شد، نظرات مختلف را شنید، قضاوت‌های متفاوت را مورد توجه قرار داد و... در این فضای صمیمی و امن، اگر چه ممکن است افراد دچار چالش شوند و یا به‌طور ناآگاهانه‌ای مورد پیشداوری

جنگ‌های نرم کودکان

فرزندان می‌شود و متأسفانه در بسیاری از مواقع، والدین نیز با واکنش‌ها و رفتارهای نامطلوبی چون عدم توجه به احساسات و نظرات فرزندان، سرزنش، تهدید و تنبیه، تبعیض قائل شدن، بی‌توجهی به تفاوت‌های فردی، قضاوت و جانبداری کردن، انگ زدن، متهم کردن، امر و نهی کردن‌های مکرر، در بن بست قرار دادن و... آتش‌بیار معرکه می‌شوند و زبانه‌های شعله خشم، ناراحتی و نفرت فرزندان را شدت می‌بخشند.

جنگ و دعوا بین فرزندان یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های خانواده‌هایی است که بیش از یک فرزند دارند. اغلب پدر و مادرها انتظار دارند به جای رقابت، حسادت و کشمکش و دعوا شاهد رقابت، صمیمیت و دوستی بین فرزندان‌شان باشند. روان‌شناسان عقیده دارند دریافت انحصاری عشق والدین، مورد توجه و محبت آنان قرار گرفتن یا فرزند بهتر بودن از جمله دلایلی است که باعث حسادت و رقابت ناسالم یا اختلاف و مشاجره بین