

# افزایش روحیه مشارکت جویی و همکاری در خانواده

**خانواده** به عنوان اولین و بهترین کانون رشد و تربیت فرزندان، اهمیت فوق العاده ای در شکل گیری و تکامل رفتارهای صحیح در آنها دارد. توجه به نکات زیر می تواند در افزایش روحیه همکاری فرزندان مؤثر باشد:

## *سپردن کارهای کوچک و ساده به فرزندان*

این امر سبب می شود فرزندان بر حسب توانمندی خود با افراد خانواده همکاری کنند و از این امر رضایت داشته باشند. داشتن رضایت خاطر از انجام کارهای ساده باعث شکل گیری اعتماد به نفس در آنها شده و آنها را در قبال پذیرش مسئولیت ها و وظایف بیشتر آماده تر می کند. به عنوان مثال سپردن کارهای عادی و روزمره به نوجوان چهار ساله ای که توانایی انجام آنها را بدون دست پاچگی و یا سرخوردگی دارد. با بالا رفتن سن نوجوانان والدین می توانند کارها و وظایف بیشتری را به آنها واگذار کنند. در ابتدا، تکالیف، یا آماده کردن لوازم مدرسه و با افزایش سن فعالیت هایی از قبیل تهیه مواد غذایی مورد نیاز خانه، کمک در نظافت خانه، شست و شوی ماشین و ... را به عهده آنها بگذارند.

## *توجه کردن بر تلاش فرزندان به جای تکیه بر نتایج آن*

تلاش نوجوان برای انجام دادن یک مسئولیت برتر از نتیجه آن است. درک این موضوع کمک می کند تا فرزندان در مورد کارهای عادی و روزمره و حتی تکالیف خود مسئولیت پذیر شوند.

در صورت همکاری نکردن فرزندان، وظایف جدیدی را تعیین کنید

ممکن است نوجوانان از عهده دار شدن مسئولیت‌ها اجتناب کنند. با بررسی کارهای روزمره آنها و تعیین مسئولیتی جدید برایشان می‌توان به آنها در مسیر مشارکت در انجام وظایف و همکاری کمک کرد.

### **تشویق تلاش فرزندان**

والدین بعد از اطمینان از مناسب بودن وظیفه تعیین شده با سن فرزندان می‌توانند در ابتدا، در صورت لزوم نکاتی را به آنها یادآوری کنند. اما پس از موفقیت آنها در انجام کار، تشویق پاداش خوبی برای فرزندان است تا آنها بدانند والدین به مسئولیت پذیریشان افتخار می‌کنند.

البته نیازی نیست که تشویق به صورت مادی باشد بلکه تشویق می‌تواند به صورت های مختلف از قبیل رفتن به پارک، هدیه دادن کتاب و کارهای مورد علاقه آنها باشد. از طرفی هم عواقب همکاری نکردن و انجام ندادن تکالیف را متوجه می‌شوند.

### **صحبت کردن با فرزندان درباره مشارکت و همکاری**

اهمیت دادن به شخصیت فرزندان حق آنهاست. پس والدین می‌توانند با ترتیب دادن جلسات مختلف با فرزندان، آگاهی آنها را درباره موضوعات مختلف افزایش دهند و از نظر و رأی آنها نیز استفاده کنند.

### **الگو بودن برای فرزندان**

نوجوانان از بهترین معلمان خود که کسی جز پدر و مادرشان نیستند بسیار می‌آموزند پس والدین باید سعی کنند الگوی شایسته‌ای برای فرزندان باشند.

### **روش های آشنایی فرزندان با تکالیف خود**

هر فردی به عنوان عضوی از خانواده وهم چنین عضوی از اجتماع عهده دار وظایف و تکالیفی است که بیانگر نقش او در خانواده و جامعه است. فرزندان به عنوان یکی از اعضای خانواده دارای نقش مربوط به خود هستند و این نقش فرزند، وظایف و تکالیفی را برای آنها در پی دارد. این وظایف و تکالیف در قالب مهارت های مختلفی توسط والدین، افراد دست اندرکار و نهادها به فرزندان آموزش داده می شود.

### **وظایف و مهارت های مربوط به خود**

این وظایف و مهارت ها شامل مواردی از قبیل رعایت بهداشت فردی مانند پاکیزه نگه داشتن جسم و لباس، تغذیه سالم، پرهیز از پرخوری یا کم خوری، رعایت نکات ایمنی مانند احتیاط در استفاده از وسایل خطرناک، احتیاط در برخورد با افراد غریبه و ناشناس و احترام به خود است.

وظایف و مهارت های مربوط به محیط شامل مراقبت از محیط و رعایت بهداشت محیط، رعایت قوانین و مقررات اجتماعی، آشنایی با آداب و رسوم و احترام به آنها، وظایف مربوط به سنت های خویشاوندی و خانوادگی مانند وظایف نسبت به خواهر و برادر، عمه و خاله و عمو و دایی ... و رعایت حقوق آنها، مهارت برخورد با نقش ها و مشاغل مختلف و احترام در مواجهه با آنها ... است.

### **وظایف و مهارت های میان فردی**

این وظایف و مهارت ها شامل مواردی از قبیل شناختن حریم خانواده و احترام به آن، برخورد خوب با اطرافیان از جمله اعضای خانواده، احترام به والدین و بزرگ ترها، همکاری کردن با خانواده، همسالان و دیگران، استفاده از کلمات مؤدبانه، شرکت در امور منزل و کمک به اعضای خانواده، رعایت آداب معاشرت با دیگران، احترام به عقاید و نظرات دیگران، رعایت نوبت در سخن گفتن، فروخوردن خشم و شیوه صحیح برخورد با دیگران را در برمی گیرد.

## گرامی داشتن شخصیت فرزندان

اگر با فرزندان خود رفتاری تحقیر آمیز و آمیخته به طعن و ملامت داشته باشیم یا پیوسته آنها را سرزنش کنیم و در حضور دیگران به آنها بها ندهیم، این روش ما سبب می شود که آنها به تدریج خود را به عنوان موجودی بی ارزش و بی مقدار بپذیرند و احساس کرامت و شخصیت را از دست بدهند. این احساس سرآغاز سقوط و انحطاط آنهاست.

برگرفته از کتاب آماده سازی فرزندان برای آینده، اثر فریبا داداش لو-دیگران.