

بهبود کیفیت زندگی و نقش حمایتی خانواده

برخی از پژوهشگران خانواده را ستون فقرات یک جامعه می‌دانند. همه ما اولین‌ها را در خانواده یاد می‌گیریم. عشق، احترام، مسئولیت، قدرت و... همه در کودکی و در خانواده شکل می‌گیرند.

انواع نقش‌های خانواده

تأمین منابع: وقتی خانواده بتواند نیازهای مالی و معیشتی خود را به خوبی برطرف کند، در اجرای سایر نقش‌ها هم با مشکلات کمتری رو به رو می‌شود. چون تأمین مالی یک بُعد مهم اهمیت روانی را برای همه اعضای خانواده ایفا می‌کند.

پرورش و پشتیبانی: پرورش و حمایت از دیگر اعضای خانواده در درجه اول نقش عاطفی دارد و شامل آسایش، گرمی و اطمینان خاطر اعضای خانواده است. نمونه‌هایی از این نقش والدین هستند که پس از گذراندن روز بد در مدرسه، دانشگاه و یا محیط کار فرد را آرام می‌کند.

پرورش ارزش‌های اخلاقی: خانواده مهم‌ترین نهادی است که ارزش‌های اخلاقی را به افراد آموزش می‌دهد. خانواده می‌تواند اعضای خود را طوری تربیت کند که از انحرافات و گمراهی‌های امروزی دوری کند و در عوض یک فضای سالم به وجود بیاورد.

توسعه مهارت‌های زندگی: از جمله نقش‌های مهم یک خانواده می‌تواند توسعه مهارت‌های زندگی باشد. این نقش شامل رشد عاطفی، جسمی، آموزشی و اجتماعی کودکان و بزرگسالان است. نمونه آن پدر و مادری هستند که به کودکان خود کمک می‌کنند تا در مدرسه بهتر عمل کنند و یا در مرحله بعد، آن‌ها را در مسیر یافتن شغل مناسب همراهی می‌کنند. همه این‌ها توسعه مهارت‌های زندگی است. این مهارت‌ها در انتخاب همسر نیز به آن‌ها کمک می‌کند.

تخصیص نقش: خانواده‌ها با تخصیص نقش هر یک از اعضا، مسئولیت و مدیریت را آموزش می‌دهند.

حفظ و بهبود کیفیت سلامت جسمی و روانی: وقتی خانواده بتواند عشق و محبت را به یکدیگر ابراز کنند بُعد سلامت روحی آن‌ها تأمین می‌شود. در همین راستا با توجه به مطالب ذکر شده و شرایط کنونی که بیشتر خانواده‌ها درگیر آن هستند، می‌توان تمهیداتی در خصوص افزایش حمایت اجتماعی خانواده و دوستان با رعایت شرایط پروتکل بهداشتی به منظور کاهش اضطراب کرونا و اختلالات روانی احتمالی ناشی از آن تدارک دید.

*برگرفته از خبرگزاری کار ایران و نتایج یافته‌های برخی از پژوهش‌های صورت گرفته در این حوزه