

## نقش نظام خانواده در سلامت روان فرزندان

ساختار خانواده تاثیر بسیار مهمی بر فرزندان و سلامت جسمی و روانی آنان دارد. روانشناسان بر این باورند که به طور معمول می‌توان نتیجه گرفت افرادی که از سلامت روانی مناسبی برخوردارند، در خانواده‌های سالمی پرورش یافته‌اند؛ زیرا مادر و پدری که خود دچار مشکلات روحی باشند، نمی‌تواند فضای مناسب را برای رشد سالم فرزندان ایجاد کنند و به همین شکل مشکلات روحی خود را به فرزندان خود نیز منتقل می‌کنند. در صورتی که خانواده از حالت ساختار نظام‌مند خود خارج گردد، می‌تواند تاثیر منفی زیادی بر خانواده گذاشته و نظام خانوادگی را تحت تاثیر قرار دهد.

واژه نظام خانوادگی چگونگی ارتباط اعضای خانواده در شرایط مختلف می‌باشد و بر نحوه ارتباط اعضای خانواده و رفتارهای آنان تاکید دارد و خانواده را در ابعاد قدرت و انسجام مورد بررسی قرار می‌دهد. ارتباط صحیح و موثر می‌تواند منجر به بهبود هر دو بعد یعنی قدرت و انسجام خانواده گردد. در واقع سیستم و نظام خانواده به عنوان فاکتوری مهم می‌تواند منجر به تغییر وضعیت فرزندان در جهت مثبت و یا منفی شود. به طوری که نظام خانوادگی خوب می‌تواند احساس خوشبختی را در فرزندان افزایش داده، موجب ارتقاء و بهزیستی روانشناختی آنان گردد و به فرد کمک کند تا به عنوان فردی موفق در جامعه در پیشرفت خود و جامعه نقش داشته باشد. در مقابل نظام خانوادگی ضعیف که خانواده‌هایی را شامل می‌شود که در آن‌ها طلاق رخ داده، از هم پاشیده‌اند و یا دعوا و مشاجره در آن زیاد است، می‌تواند تاثیرات منفی بسیاری بر فرزندان گذاشته و بر سلامت روانی آنان اثر سوء داشته باشد.

همسر، والدین و خواهر و برادر از عناصر تشکیل دهنده نظام خانواده هستند. در این سیستم هرچقدر مرزهای والدین و اعضا مشخص باشد و افراد بدانند به چه نحوی می‌بایست خواسته‌ها و نیازهای خود را بیان کنند، آسیبی به وجود نخواهد آمد. زیرا حریم والدین با مرز تعیین شده و اعضا جایگاه خود را به نحو دقیقی تشخیص داده‌اند.

اگر مرز والدین از سوی فرزندان تجاوز شود درحقیقت به حریم خصوصی و زناشویی آنها تجاوز شده و این خود آغاز بروز مشکل در این خانواده است.

نقش پدر و مادر در سیستم بسته خانواده، نقش حیاتی است و این نقش زمانی کارساز است که از سوی افراد خانواده این نقش‌ها به چشم بیاید و هر یک از پدر و مادر در جایگاه خود به ایفای نقش بپردازند. در خانواده ایده‌آل، پدر نقش پدر مقتدر و مادر نقش مادر مهربان را دارد. مهربانی مادر از سوی پدر ایجاد و به اعضا گوش زد می‌شود و اقتدار پدر از سوی مادر به سایر افراد تفهیم می‌شود. لازم است این موضوع بیشتر مورد توجه قرار گیرد که به هر میزان اقتدار پدر پررنگ تر شود اعضای خانواده خود را ملزم به رعایت قوانین می‌دانند. بعضاً در تعدادی از خانواده‌ها مشاهده می‌شود که مادر در صدد تخریب مشروعیت پدر است و با زیر سؤال بردن فعالیت‌های همسر خود در پیش سایر اعضا جایگاه وی را تضعیف و این مقدمه‌ای برای انحرافات رفتاری در کانون خانواده است. بنابراین همواره باید به زوجین در خصوص این مورد تأکید شود که هیچگاه در حضور سایر اعضا به تخریب همدیگر نپردازند، زیرا که تخریب باعث تضعیف جایگاه و اقتدار آنها می‌شود و سایر افراد از شکاف ایجاد شده بین زوجین سوء استفاده می‌کنند.

از سویی دیگر، اگر بین اعضای خانواده به جای مشارکت، رقابت و حسادت باشد، آغاز مشکلات و آسیب‌ها در خانواده است. داشتن خانواده خوب به رابطه بین زن و شوهر بستگی دارد. اگر زن، مرد مقتدر و با قدرت در خانه می‌خواهد باید به او از طریق توجه، عیب پوشی مرد در برابر دیگران و حفظ احترام او نگذارد اقتدارش در خانه شکسته شود. رضایت، اعتماد و آرامش عامل مؤثر در داشتن خانواده موفق است. شکل‌گیری شخصیت فرزندان و تربیت درست آنها، نشان دهنده همفکری و موفقیت والدین در تربیت فرزندان است و به هر میزان این موارد در حوزه توجه اعضای خانواده قرار گیرد بی‌شک خانواده از هر گونه آسیبی در امان خواهد بود.