وسائل للاجتماع الأسري الفعال الممتع

1- تحديد موعد للاجتماع العائلي يكون الجميع فيه متفرغين مع الحرص على شرح أسباب الاجتماع العائلي والبحث عما إذا كان هناك موضوع معيّن يود أي عضو في العائلة مناقشته، ويمكن لأفراد العائلة كتابة ما يريدون مناقشته على ورقة مع التأكيد على أنّ رُأى كلّ فرد في الأسرة مهم.

2- يمكن جعل الاجتماع العائلي ممتعاً بطبخ عشاء أو وجبة لذيذة للعائلة أو تحضير نوع من أنواع الحلوى التي قد يحبها الأطفال بالإضافة إلى إمكانية ممارسة لعبة جماعية يحبها الأطفال بعد الاجتماع العائلي.

3- يجب على جميع أفراد العائلة أثناء الاجتماع العائلي بمن فيهم الأطفال ترك هواتفهم المحمولة والألعاب وأي أجهزة إلكترونية أخرى قد تشغلهم أثناء اجتماع العائلة.

4- الحرص على أن يأخذ كلّ فرد من العائلة حقه في الكلام ليسير الاجتماع بطريقة سلسلة وسريعة. ويمكن مثلاً اختيار غرض معيّن يمسك به الشخص الذي يريد التحدث ليستمع إليه الآخرون.

5- تحديد موعد الاجتماع العائلي في يوم لا يكون في أحد أفراد العائلة لديه ارتباط يهمه على سبيل المثال أن يكون الطفل ينتظر مباراة كرة قدم يحبها؛ لأنّه إذا كان الأمر كذلك فإنّ الطفل لن يستطيع التركيز في الاجتماع العائلي.

6- إنّ الاجتماعات العائلية ستزيد من ثقة الطفل بنفسه وستشعره بالمسؤولية، كما أنّها ستعلمه كيفية حل المشاكل بطريقة جماعية.

7- يجب خلال الاجتماع العائلي أن تعطي كلّ فرد من أفراد العائلة الفرصة ليتحدث ويقول ما يريده مع الحرص على محاولة معرفة الأشياء التي أحزنت أو أسعدت الأطفال خلال الأسبوع.

8- الحرص أن يكون جزءاً من الاجتماع العائلي لمناقشة خطط كلّ فرد من أفراد العائلة بمن فيهم الأطفال ومناقشة ماذا سيفعلون في الأسبوع القادم، وإذا كان هناك أي اجتماعات مدرسية أو مؤتمرات أو حتى برنامج تليفزيوني يودن مشاهدته.

9- يمكن أيضاً أن يكون الاجتماع العائلي مكاناً تتفقون فيه على البدء في تنفيذ أي عمل أو مشروع جماعي يشارك فيه الجميع وبذلك فإنّ الكلّ سيجتمعون معاً لتحقيق هدف واحد.

10- الحرص أن تكون نهاية الاجتماع العائلي إيجابية، فيمكن مثلاً بعد نهاية الاجتماع العائلي طلب البيتزا أو أن تخرج العائلة بأكملها للتنزه معاً، وبهذا الشكل فإنّ الطفل سيربط الاجتماعات العائلية بأحداث وأشياء إيجابية بدلاً من أن يربطها بأحداث مملة.

الكاتب: د. جمال ماضي

المصدر: كتاب دليل الآباء والأُمّهات في تربية الأبناء