

در گفتگو با دکتر مهدی پور اصغر روانپزشک و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران:

تأثیرات روانشناختی فرزند دوم در خانواده



ساری – دهقان : روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در راستای اطلاع‌رسانی و ارتقاء سطح آگاهی مردم دیار همیشه‌سبز مازندران نسبت به میزان سلامتی خود و حفظ این گوهر ارزشمند دست به امری مهم زده و با ترویج فرهنگ خودمراقبتی سعی بر بالا بردن سطح سلامت مردم مازندران را دارد.

در گزارشی که می‌خوانید؛ تأثیرات روانشناختی فرزند دوم در خانواده را مورد بررسی قرار داده‌ایم؛ زمانی که پدر و مادر طعم شیرین فرزند اول را می‌چشند، پس از مدتی به این می‌اندیشند که اصلاً آوردن فرزند دوم ضرورتی دارد یا نه؟! شاید بعضی‌ها فکر کنند که فرزند کمتر زندگی

بهتری را به ارمغان می‌آورد. والدین قبل از تصمیم‌گیری در خصوص فرزندآوری، لازم است که جنبه‌های مختلف زندگی خود را مورد ارزیابی و بررسی قرار دهند تا مشخص شود که آیا واقعاً بستر مناسبی برای ورود فرزند بعدی مهیا می‌باشد یا خیر!

مثلاً گاهی در شرایط درگیری بین والدین قرار است که آمدن فرزند موجب صمیمیت و یا رفع اختلاف گردد و یا پدر یا مادری که درگیر عصبانیت کنترل نشده، افسردگی، اضطراب و یا سایر اختلالات باشند آمادگی ذهنی مناسب برای آموزش و پرورش فرزندشان را ندارند. عمدتاً مشکلات رفتاری کودکان منعکس‌کننده شرایط بزرگ درون خانواده به‌ویژه روابط والدین می‌باشد

گاهی اوقات مسئولیت کودک عمدتاً برعهده یکی از زوجین است. برای مثال در خانواده‌هایی که محل کار پدر از محل زندگی خانوادگی بسیار دور است و در شهر دیگری است و حضور پدر در خانواده به صورت اقماری است، طبیعی است که عمده مسئولیت فرزندان برعهده مادر خواهد بود.

بررسی مسئولیت پدر و مادر
بدیهی است که وجود بستر سلامت روان و آرامش درونی زوج در کنار شرایط مالی حداقلی و برای مادرانی که شاغل هستند حمایت خانوادگی در تصمیم‌گیری برای بارداری بسیار تأثیر‌گزار خواهد بود.

همچنین توجه زیاد به فرزند دوم و کم‌توجهی نسبت به فرزند اول سبب بروز برخی عوارض در کودک خواهد شد حتی نوع محبت والدین، آموزش مسائل مختلف و طریقه ابراز محبت مهم است طوری که تأکید شده پدر وقتی وارد منزل می‌شود ابتدا کودک بزرگتر را در آغوش گرفته و کمی با او وقت بگذراند و بعد سراغ نوزاد برود.

بهترین زمان برای تصمیم‌گیری
در مورد فرزند دوم
معمولاً بازه زمانی‌ای که آن را برای تولد فرزند دوم توصیه می‌کنند حداقل ۳ و حداکثر ۵ تا ۷ سال است. درواقع، این فاصله بهترین زمان برای به دنیا آوردن فرزند دوم است.

تولد فرزند دوم در خارج از محدوده ذکر شده ممکن است موجب بروز فشار روحی برای هر دو فرزند به ویژه فرزند اول گردد. همچنین وجود فرزند دوم می‌تواند به کسب تجربه بیشتر اجتماعی شدن و افزایش مهارت روابط بین فردی هر دو فرزند منجر می‌گردد.

فرزند اول محصول آزمون و خطا
دکترمهدی پور اصغر، روانپزشک، فلوشیپ روان درمانی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران هم در گفت و گو با ما با اشاره به نقش مهم خانواده در تربیت فرزندان؛ می‌گوید: امروزه بیشتر خانواده‌ها به سمت تک فرزندی پیش می‌روند که این موضوع از یک طرف، با توجه به مشغله زیاد والدین و عدم فرصت مناسب برای وقت گذراندن با فرزندان و از طرف دیگر وقت گذرانی زیاد بچه‌ها در بازی‌ها و سرگرمی‌های موجود در موبایل و کامپیوتر می‌تواند موجب تضعیف مهارت‌های بین فردی و قوای بدنی در کودکان گردد. بدیهی است که وجود فرزند دوم با

فاصله سنی مناسب در رشد ذهنی و جسمی هر دو کودک به واسطه بازی‌های مشترک کودکانه بسیار موثر خواهد بود.

وی با اشاره به بروز حسادت در فرزند اول در برخی موارد نسبت به فرزند بعد گفت: راهکار درست، دادن اطلاعات به فرزند اول می‌باشد به این صورت که والدین قبل از اینکه تصمیم به بارداری بگیرند لازم است با کودک در این مورد صحبت کنند و حتی مشارکت فرزند بزرگتر در برخی کارهای مرتبط به فرزند کوچک‌تر می‌تواند شرایط مناسب‌تری از لحاظ ذهنی برای فرزند ارشد فراهم آورد.

این فلوشیپ روان درمانی با تأکید بر یادگیری فرزندان از همدیگر گفت: وقتی تعداد فرزندان در خانه بیش از یک نفر شود فرزندان می‌توانند کار مشترک، تعامل بین فردی و بسیاری از بازی‌های گروهی را همه روزه و بیشتر از خانواده‌هایی که یک فرزند دارند را تجربه کنند.

دکتر پوراصغر با اشاره به اهمیت بازی کودکانه در رشد فردی و اجتماعی ادامه می‌دهد: در خانواده‌های تک فرزندی وسایل الکترونیکی و عروسک عمدتاً وقت خالی کودکان را پر می‌کند یعنی یک طرف بچه و یک طرف دیگر موجود بی‌جان قرار می‌گیرد.

این عضو هیئت علمی دانشگاه مازندران ادامه می‌دهد: در برخی خانواده‌ها پدر و مادر هردو شاغل‌اند و عدم وجود فرصت کافی برای همبازی شدن با کودک در خانواده‌های تک فرزند تمایل کودک را برای وقت گذراندن با وسایل الکترونیکی بیشتر می‌کند و همچنین خانواده‌ها برای اثبات علاقه و توجه، مدام نیازهای مالی او را برای خرید وسایل یا اسباب بازی‌های مختلف برآورده می‌کنند.

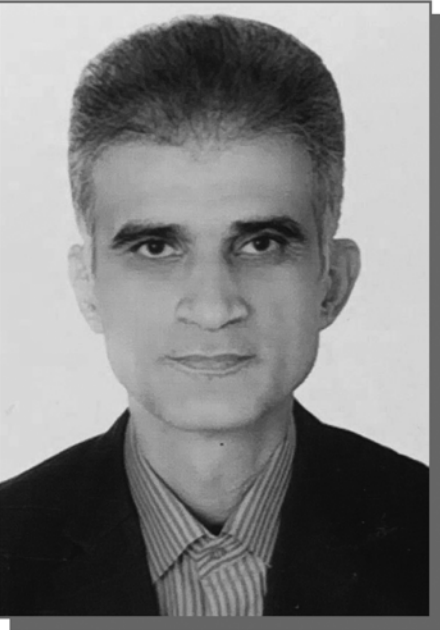
این روانپزشک با تأکید بر احساس حسادت احتمالی در فرزند اول نسبت به فرزند دوم افزود: فرزند بزرگتر نیاز به احساس امنیت دارد. در برخی خانواده‌ها توجه بیش‌ازحد به فرزند کوچکتر زمینه‌ساز کج خلقی و بدخواهی و ناسازگاری در فرزند بزرگتر می‌شود.

معایب اختلاف سنی بالا
وی همچنین با بیان اینکه اختلاف سنی زیاد بین فرزندان ممکن است نقش برادر و خواهری را از بین برده و فرزند بزرگتر نقش نگهدارنده و مراقب به خود بگیرد طوری که خواه یا برادر در این شرایط دیگر همبازی فرزند کوچکتر نبوده و بار فشار مسئولیت گاهی ممکن است آثار مخربی بر فرزند بزرگتر داشته باشد هر چند که در سال‌های بالاتر زندگی، دو فرزند می‌توانند رابطه عاطفی عمیقی باهم داشته باشند.

عضو هیئت علمی دانشگاه مازندران با بیان اینکه در جامعه امروز انتظارات بالا رفته است و بسیاری از خانواده‌ها ممکن است احساس کنند

که از عهده برآورده کردن انتظارات فرزند دوم بر نمی‌آیند گفت: وجود فرزند دوم در کنار برخی چالش‌های موجود می‌تواند در پرورش و شکوفایی برخی قابلیت‌های ذهنی در دوران کودکی موثر بوده و همچنین در سنین بالاتر می‌تواند حمایت عاطفی مناسبی را برای فرزندان خانواده از یکدیگر بوجود آورد .

والدین تک فرزندی
در معرض سندروم آشیانه خالی
دکتر پور اصغر تأکید نمود که والدین تک فرزند در سنین پایین تری به «سندروم آشیانه خالی» گرفتار خواهند شد و به دلیل ازدواج یا تحصیل و متعاقباً ترک منزل پدری توسط تک فرزند برای والدین موجب احساس تنهایی، و غمگینی می‌گردد.



کسب آمادگی برای تولد فرزند
همان‌طور که در بالا گفته شد لازمه یک زندگی موفق، داشتن فرزندانی سالم و صالح است تا ضمن بهبود کیفیت زندگی، ارتقای سلامت روان، سلامت اجتماعی و ارزش‌های معنوی و روحی خانواده حفظ شود.

اما باید در نظر داشت، خانواده اولین و مهم‌ترین ساختار رشد مناسب انسان فراهم می‌سازد و باید قبل از هر تصمیمی برای بچه‌دار شدن می‌بایستی جنبه‌های مختلف آمادگی ذهنی والدین و کودک بزرگتر و البته شرایط معیشتی مناسب را در نظر گرفت.

خطرات تأخیر انداختن بارداری بعد از ۳۵ سال
قاعده کلی، قدرت باروری با بالا رفتن سن در هر دو جنس مرد و زن کاهش می‌یابد.

در سنین مختلف زایمان می‌کنند و بچه‌های

سالمی را به دنیا می‌آورند، حتی در سن ۳۰ سالگی و بالاتر. اما سن بالای ۳۵ سنی است که باید در مورد ریسک‌های خاصی صحبت کرد و مادران بالای ۳۵ سال حامله باید مواظب بعضی از علائم و نشانه‌ها باشند.

گرچه بعضی از ریسک‌ها در پی حاملگی پس از سن ۳۵ سالگی بیشتر می‌شود اما این بدین معنی نیست که در مورد همه مصداق دارد و هرکسی از میانه دهه سی عمر خود عبور کرده باشد، این خطرات را تجربه خواهد کرد.

کاهش قدرت باروری
وقتی یک دختر متولد می‌شود، تمامی تخمک‌های وی با وی متولد می‌شوند و در طول عمرش تخمک جدیدی تشکیل نمی‌شود. همانطور که سن بالاتر می‌رود، از آنجایی که تعداد تخمک‌های باقیمانده کمتر می‌شود و همزمان کیفیت تخمک‌های زن نیز کمتر می‌شود، قدرت باروری و احتمال حامله‌شدن کمتر می‌شود.

در مردان نیز با بالا رفتن سن قدرت باروری کم می‌شود زیرا شمارش اسپرم، تحریک اسپرم و حجم اسپرم مرد با بالا رفتن سن کاهش می‌یابد. این عوامل مرتبط با سن به صورت تجمعی موجب می‌شوند که حامله شدن زن سخت‌تر شود.

ریسک‌های ژنتیکی
ریسک مشکلات ژنتیکی خاصی با بالا رفتن سن زن در حین حاملگی افزایش می‌یابد. برای مثال، احتمال تولد نوزادی با سندرم داون با بالا رفتن سن مادر افزایش می‌یابد.

تحقیقات نشان داده است در حالی که نرخ ابتلای جنین به سندرم داون در هفته دهم حاملگی در زنان ۲۵ ساله ۱ در ۱۰۶۴ است، این نرخ در سن ۳۰ سالگی به ۱ در ۶۸۶ و در سن ۳۵ سالگی به ۱ در ۲۴۰ حاملگی می‌رسد. اگر زن در سن ۴۰ سالگی حامله شود احتمال سندرم داون نوزاد ۱ در ۵۳ خواهد بود و اگر زن در سن ۴۵ سالگی حامله شود، احتمال اینکه نوزاد به سندرم داون مبتلا باشد ۱ در ۱۹ است.

سقط جنین
با بالا رفتن سن مادر خطر سقط جنین پتدریج زیاد می‌شود. خطر سقط جنین در مادران ۲۰ تا ۲۴ ساله حدود ۸/۹ درصد است، اما این خطر برای زنان حامله بالای ۴۵ سال به ۷۴/۷ درصد می‌رسد. تصور می‌شود که کاهش کیفیت تخمک مادر، مسئول بالاتر بودن نرخ سقط جنین است.

مرده‌زایی (جنین مرده)
احتمال مرده‌زایی در زنان حامله سن بالا از زنان جوانتر بیشتر است. خطر مرده‌زایی (جنین مرده) در زن حامله سن بالا بین ۱/۲ تا ۲/۲۳ برابر بیشتر از مادران جوان است. نرخ مرده‌زایی

در زنانی که اول‌زا هستند نسبت به زنان چندزا بیشتر است و این ریسک در زنان اول‌زای ۳۵ ساله و بالاتر حتی بیشتر است. به زنان ۳۵ ساله و مسن‌تر که حامله هستند اغلب توصیه می‌شود که با نزدیک شدن به زمان زایمان تحت القای زایمان قرار گیرند زیرا با بالا رفتن سن حاملگی خطر مرگ داخل رحمی جنین و زاییدن نوزاد مرده افزایش می‌یابد. در حال حاضر دلیل افزایش نرخ مرده‌زایی با بالا رفتن سن حاملگی و نزدیک شدن به زمان زایمان هنوز نامشخص است.

سایر خطرات به تأخیر به انداختن حاملگی
عوارض حاملگی را بین زنان ۳۴-۱۸ ساله با زنان ۴۰-۳۵ ساله و ۴۰ ساله یا بالاتر مقایسه کردند و در یافتند که عوارض حاملگی و مرده‌زایی با بالا رفتن سن مادر حامله اندکی افزایش می‌یابد. برآیند زایمان از قبیل زایمان سزارین اورژانسی و خونریزی پس از زایمان با بالا رفتن سن مادر افزایش می‌یابد.

ریسک دیابت حاملگی، جفت نابجا، وضعیت قرارگیری ته‌جنین، زایمان سزارین اورژانسی، خونریزی پس از زایمان، تولد زودرس، کم بودن وزن نوزاد و زیاد بودن وزن نوزاد در زمان تولد همگی با بالاتر رفتن سن مادر افزایش می‌یابد و ریسک مرگ و میر مادر حین زایمان با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد. زنانی که در سن ۴۰ یا بالاتر حامله می‌شوند در مقایسه با زنان جوان در خطر بالاتر سکنه ایکسمیک، سکنه خونریزی دهنده، حمله قلبی و مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی عروقی هستند .

زنان مسن تر نسبت به زنان جوان مشکلات سلامتی بیشتری را در دوران حاملگی تجربه می‌کنند. می‌دانیم کهعواقب حاملگی در سن بالا

به دوره بعد از حاملگی و سالیهای بعدی عمر زن کشیده می‌شود و احتمال سکنه زنانی که در سن بالا حامله شده‌اند در دوره یائسگی بیشتر از زنانی است که در سن جوانتر حامله می‌شوند.

بالا بودن سن مادر حامله مسئول کم بودن وزن تولد و زایمان زودرس نیست

بچه‌هایی که در زمان تولد وزن کمی دارند اغلب مشکلات تنفسی، شناختی و عصبی بالاتری دارند در حالی که بچه‌هایی که زودتر دنیا می‌آیند (زایمان زودرس) بیشتر مشکلات قلبی، آسیب مغزی، اختلالات ریوی و تأخیر رشد دارند. ریسک تولد کم وزن (زیر ۲/۵ کیلوگرم) و زایمان زودرس (قبل از هفته ۳۷ حاملگی) در زنان ۳۵ ساله و بالاتر بیشتر است. علت این مسئله سن مادر نیست، بلکه رفتارها و سبک زندگی است که بیشتر در زنان حامله سن بالا دیده می‌شود. احتمالاً عواملی در این مسئله دخیل است که ناشی از مشکلات باروری، نتیجه بد زایمان، استرس والدین و رفتارهای ناسالم و غیربهداشتی است.

کسانی که تصمیم می‌گیرند دیر بچه‌دار شوند بایستی کاهش قدرت باروری و افزایش خطر سقط جنین و عوارض زایمان را در تصمیم‌گیری خود در نظر بگیرند. مرده‌زایی این روزها کم شده است اما هنوز در مادران سن‌بالا شایع است، بخصوص در چند هفته آخر دوران حاملگی احتمال مرگ داخل رحمی جنین افزایش می‌یابد.

گرچه باید اعتراف کرد که والد شدن در سن ۳۵ سالگی یا بالاتر مزایایی هم دارد مثلاً بچه‌های متولد شده از مادران بالای ۳۵ سال دارای مشکلات رفتاری، اجتماعی و عاطفی کمتری هستند. بچه‌های متولد شده از مادران سن بالا سالم‌تر، بلند قدتر بوده و تحصیلات عالی‌ه دارند. اما مزایای زایمان در سن بالا به ریسک‌های آن نمی‌چربد و کسانی که تمایل دارند در سنین بالا حامله شوند و اولین بچه خود را بعد از ۳۵ سالگی بدنیا بیاورند، بایستی دیدگاه متفاوتی به حاملگی و مسائل مهم زیادی را در نظر داشته باشند، از جمله حاملگی تحت نظر یک متخصص زنان و زایمان نیز باشند.

