

وقتي پر قو زمخت مي شود

همين يکي دو ماه پيش، مدير کل دفتر سلامت، جمعيت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت آنچه را که مدت هاست بين خانواده ها رواج يافته، در گفت و گو پيش با خبرگزاراي ايسنا تائيد کرد و خبر از رشد و گسترش تک فرزندی در جامعه داد.



تک فرزندی و مشکلات آن

وقتي پر قو زمخت مي شود

جام جم آنلاين: همين يکي دو ماه پيش، مدير کل دفتر سلامت، جمعيت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت آنچه را که مدت هاست بين خانواده ها رواج يافته، در گفت و گو پيش با خبرگزاراي ايسنا تائيد کرد و خبر از رشد و گسترش تک فرزندی در جامعه داد. تعداد خانواده هايي که به داشتن يک فرزند اکتفا کرده اند کم نيست. برخي از آنها اصولا خانواده هاي سه نفره را ترجيح مي دهند و برخي ديگر که شمار بيشتري از اين طيف را دربر مي گيرد نيز به دلایلي چون افزايش مشکلات اقتصادي، اشتغال به کار زن و شوهر در بيرون از خانه، گرفتاري هاي خاص زندگي ماشيني و... ناچار از انتخاب گزینه تک فرزندی شده اند، اما از نظر بهداشت پرورشي و سلامت رواني خانواده، لازم است والدين چشم هاي خود را براي جلوگيري از تجربه طبقات منفي اين انتخاب باز نگه دارند، زيرا تک فرزندی در صورت ناآشنايي با شيوه هاي آموزش و نادیده گرفتن روش هاي مناسب براي تربيت اين تنها فرزند خانواده، مشکلات گوناگوني به همراه خواهد داشت.

ناتوان در حل مشکلات

در نظر بگيريد فرزندی را که مدام تحت توجهات ويژه پدر و مادر از مشارکت در انجام کارهاي سخت و آشنايي آرام آرام با مصائب گوناگون دور مانده است.

والدين او براي آن که تنها کودکشان سختي هاي آنها را نکشد، با فراهم آوردن همه چيز براي يک نفر، زمينه در مرکز توجه قرار داشتن وي و آماده بودن امکانات را در ذهنش نقش زده اند و او از واقعيات گاه سخت و خورنده زندگي تجربه ملموسي ندارد.

چنين فرزندی چطور مي تواند با سختي ها، بن بست ها و فشارهاي زندگي يا حتي روي و رواني در مواجهه با مشکلات روزمره اش کنار آيد؟

محول کردن برخي کارهاي در حد توان و سن و سال کودک، بويژه تاکيد بر انجام و حل مشکلاتش همراه با راهنمايي ها در صورت نياز، پرهيز از توجهات ويژه و ابراز علاقه هاي افراطي و... مانند آن مي تواند سبب شکل گيري بهتر شخصيت کودک تک فرزند شود.

گسترش احساسات منفي

کودک تک فرزند به سبب آن که همواره با نشانه هاي علاقه مندي والدين روبه رو بوده که بدرستي راه پروراندن شخصيت کودک را طي نکرده اند، با تصور ناخودآگاه اين احساس که فردي مهم به شمار مي رود، اندک اندک مغرور شده و همه جا خود را بدون رقيب خواهد ديد بنابراین وقتي در جمع حضور يابد، همين توقع را از ديگران خواهد داشت. واقعيت ممکن است چنان نباشد و غرور و حسادت سبب بروز احساسات از سوي وي شود.

وقتي احساساتش برانگيخته شود يا به سمت رفتارهاي پرخاشگرانه و دعوا پيش خواهد رفت يا ادامه روابط عاطفي با ديگران را کنار خواهد گذاشت.

برقراري روابط خود با ديگران را هم منوط به مناصبي خواهد کرد که براي خودش به همراه داشته باشد. اينجاست که هر رفتار اندکي خارج از چارچوب پذيرفته شده ذهن خود را با قصد و غرض و همراه با توهين برداشت مي کند و در نهايت چون ممکن است ديگران نيز چنين رفتاري را تحمل نکنند، اين گروه فرزندان، افراي درونگرا، کينه جو و مدام در حال کسب صفات منفي بيشتر هم خواهند شد.

بالا بردن حس مشارکت و همجوشی وی از طریق تشویق به ایجاد دوستی با هم‌سن و سال‌ها در موقعیت‌ها و اماکن گروهی مثل مهدکودک، همبازی شدن با کودکان دیگر، تشویق کردن وی به در اختیار گذاشتن اسباب‌بازی‌هایش به دیگران، آموزش مدیریت مشکل به زبانی در حد فهم وی و... تا حد زیادی جلوی بسیاری از این خطاها را خواهد گرفت.

بزرگسالی زودرس

تك فرزندا از آنجا كه بیشتر مواقع را با بزرگسالان مي‌گذرانند خیلی زود از روحیه کودکی فاصله می‌گیرند و بیش از سنشان می‌نمایند. حرف‌هایی می‌زنند و کارهایی می‌کنند که به قول معروف گنده‌تر از دهان یا سن و سالشان به حساب می‌آید. از همین رو زودتر هم احساس استقلال و متکی به خود بودن در آنها زنده می‌شود.

انتخاب همبازی‌هایی در رده سنی خود او، استفاده از ظرفیت مهدهای کودک و مدارس برای بیشتر کردن زمان گذران اوقات با همسالان وی و... در متعادل نگه داشتن این جنبه نیز کمک‌کننده و یاری‌رسان است.

واژه‌های ذهنی

احساس نیاز به داشتن مابه‌ازای واقعی برای برخی واژه‌های ذهنی یکی دیگر از پیامدهای تك‌فرزندی است. واژه‌هایی چون عمو، خاله، دایی، عمه، دختر خاله، پسر عمو و... حداقل در برهه‌ای از زمان، ذهن آنها را با حسرت داشتن و تجربه کردنشان اشغال می‌کند.

خلاً پدید آمده از تماشای همسالانی که در خانواده‌های پرجمعیت همبازی و همکلام و همکلاس و حتی هم خاطره می‌شوند، در بین کودکان تك‌فرزند با ابراز علاقه به چنین خانواده‌های پرفامیل و دارای رفت و آمدهای بین فامیلی گاهی شکل حسرت‌مندان‌های به خود می‌گیرد و حتی در کلام و بیانشان اظهار می‌شود.

گاهی ترتیب دادن برنامه‌های تفریحی و گردش با دوستان و همکاران و حتی خانواده‌هایی با نسبت دورتر می‌تواند ذهن آنها را از این موضوع خارج کند. بویژه آن‌که آنها می‌توانند با صدا زدن دوستان خانوادگی با عناوین خاله و عمو، حس داشتن مابه‌ازای این واژه‌ها را تا حدودی تجربه کنند.

احساس تنهایی

گاهی تنها بودن برای همه لازم است اما گاهی نباید همیشگی شود، زیرا تنهایی هم خوبی دارد هم بدی. تنهایی اگرچه فرصت اندیشیدن فراهم می‌آورد، اما اگر با احساس تنها بودن و توجه نکردن به شخص گره بخورد، آسیب‌رسان است.

این احساس در کودکان سبب ایجاد اشکال و اختلال در برقراری ارتباط می‌شود، او را در آغوش خود فرو می‌برد و اعتماد به نفسش را کم می‌کند.

اگر گمان کردید کودک‌تان با چنین احساسی روبه‌روست، با ثبت‌نام او در کلاس‌های هنری و مانند آن، وقت گذاشتن برای همکلامی با او و... کاری کنید که هم زمان تنهایی او کمتر شود، هم زمینه پیدا کردن دوستانی فراهم شود که به دلیل همسالی یکدیگر را بهتر درک کنند.

خانواده‌های تك‌فرزند برای آن‌که مشکلات‌شان زیادتر از آن نشود که به سببش تصمیم به داشتن فقط يك فرزند گرفته‌اند، لازم است همواره دانش و آگاهی‌های خود را در این زمینه بالا ببرند.

از فرصت‌هایی به دست آمده طی روز برای این منظور غافل نشوید تا در آینده کودکی نداشته باشید که در پر قو زندگی کرده و بزرگ شده، اما لطیف‌ترین رفتار یا گفتار را زمخت و ناجور می‌پندارد. (جام جم - ضمیمه چارادیواری)