

اهداف داشتن فرزند را قبل از ازدواج تعیین کنید

یکی از دغدغه های جدی و مهم زوج های جوان به دست آوردن آمادگی های لازم و کافی برای امر مهم فرزند آوری است. بچه دار شدن همواره با نگرانی ها و سؤالاتی همراه است.



سلامت نیوز: یکی از دغدغه های جدی و مهم زوج های جوان به دست آوردن آمادگی های لازم و کافی برای امر مهم فرزند آوری است. بچه دار شدن همواره با نگرانی ها و سؤالاتی همراه است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از خراسان؛ در این میان یکی از چالش هایی که برخی از زوج ها با آن مواجهند، تعارض و اختلاف و توافق نداشتن بر سر موضوع بچه دار شدن یا زمان آن است. آن چه در درجه اول اهمیت قرار دارد، داشتن برنامه و طرحی برای فرزندآوری است. شاید دوست داشته باشید اطلاعات بیشتری درباره این برنامه و طرح به دست آورید. از این رو از شما دعوت می کنم ادامه مطلب را که حاصل گفت و گو با یکی از کارشناسان و مشاوران خانواده است، حتما بخوانید.

نقش فرزند در یک سیستم دو نفره

سعید مجرد؛ روان شناس و مدرس دانشگاه اولین گام مهم برای ورود به مسئله و موضوع فرزندآوری را روشن و مشخص بودن هدف زوجین از فرزندآوری دانست و گفت: آن ها باید بدانند جایگاه فرزند در زندگی شان کجاست و چه نقشی را در سیستم و رابطه دو نفره آن ها ایفا خواهدکرد. پاسخ به این سؤال که بچه قرار است در زندگی ما چه معنایی داشته باشد، تعیین کننده ادامه راه خواهد بود.

این روانشناس با ضلع سوم خواندن فرزند در زندگی زناشویی افزود: زوجین باید دیدگاه خود را نسبت به بچه و بچه دار شدن بررسی و مرور کنند که آیا شخصیت خودشان مسئله بچه دار شدن را چطور می پذیرد؟

در گذشته های دور چه نقشی داشتید؟

مشاور زوجین ادامه داد: برای این که بدانیم یک زوج نسبت به بچه دار شدن چه نگاهی دارند باید به گذشته آن ها بازگردیم و ببینیم که خود آن ها در زندگی گذشته چه نقشی را به عنوان بچه در بستر و تعاملات خانوادگی خویش بازی کرده و از آن گذشته چه معنایی را به زندگی امروز خود آورده اند.

مدرس دانشگاه ادامه داد: پدر و مادر به چه دلیل تصمیم گرفتند که ما در نقش بچه هایشان وارد سیستم دو نفره آن ها بشویم؟ واقعیت این است که بچه دار شدن از لحاظ کیفیت و نوع رابطه هم در سطح احساس و هم نگرش تحت تأثیر هدف والدین از بچه دار شدن است.

کمک بچه ها به رابطه شما

مجرد، یافتن نیت پدر و مادر برای بچه دار شدن را به دو مسئله وابسته دانست و گفت: این دو مسئله عبارت است از این که یک بچه قرار است چه کمکی به رابطه زوجیت بکند؟ و دوم این که خود آن دو نفر چه پیشینه و گذشته ای را پشت سر گذاشته اند.

آن چه بچه تداوم می بخشد

این #171&درمانگر تحلیلی» افزود: مسئله فرزندآوری، ارتباط بسیار زیادی با صمیمیت میان زوجین دارد؛ به این معنا که همسران از بچه به عنوان عنصری یاد می کنند که بتوانند با آن عمر زندگی زناشویی خود را طولانی تر کنند.

بین ترس و بچه رابطه ای وجود دارد

این روان شناس بالینی به وجود مسائلی در ناخودآگاه زوجین پرداخت و این گونه توضیح داد که ممکن است وجود خلأها یا ترس هایی در ضمیر ناخودآگاه فرد باعث شود که او احساس ترس کند و برای رویارویی با این ترس دنبال دستاویزی بگردد که با استفاده از آن ثبات و قوت بیشتری به رابطه خود و همسرش ببخشد.

وی با تأکید بر نقش ترس های ناخودآگاه در رابطه زناشویی گفت: برای رویارویی با این ترس ها، معمولاً اولین راهی که به ذهن زوج می رسد، حضور فرزند است؛ یعنی حضور موجودی که مربوط به آن هاست و از دل رابطه آن ها متولد می شود و چون متعلق به همین رابطه است می تواند استحکام بخش این رابطه باشد.

آیا فکر می کنید کافی نیستید؟

این مشاور خانواده گفت از منطری آسیب شناسانه چنین به نظر می آید که شاید زوج ها گاهی به دلیل همین ترس های ناخودآگاه و یا گاهی خودآگاه این ذهنیت و احساس را داشته باشند که خودشان برای یکدیگر کافی نیستند یا تفکری شبیه به این موضوع که کفایت لازم را برای ثبات بخشیدن و تداوم روابط شان ندارند و بنابراین کسی دیگر باید بیاید و این نقش را ایفا کند و از نگاه آن ها بچه می تواند این نقش را ایفا کند.

بچه های ناجی

مجرد ادامه داد: اگر چه حضور فرزند تضمین کننده تداوم و ثبات رابطه نیست ولی در بزنگاهی از زندگی زناشویی حضور بچه خیلی کمک کننده است و می تواند کمک کند تا زوجین بخشی از مسائل و مشکلات شان را فراموش کنند یا کنار بگذارند و یا آن ها را انکار کنند و در سایه حضور فرزند به شکل تازه ای مسائل شان را حل کنند.

گره ها را بگشایید بعد بچه دار شوید

این مشاور از زوج هایی سخن گفت که می توانند تجربه بالنده ای از فرزند آوری داشته باشند و ویژگی آن ها را این گونه بیان کرد: هر زوجی به نوعی با مسائل، آسیب ها و گره های گذشته اش کنار می آید، در این بین زوج هایی که بیشتر توانسته باشند مسائل و گره های خود را باز کنند و جنبه های ناشناخته بیشتری از وجودشان را بشناسند، تجربه بسیار بهتری را از بچه دار شدن خواهند داشت. در واقع حضور بچه برای چنین زوج هایی می تواند مؤثرتر و کمک کننده تر باشد.

همه چیز در درون شماست...

مجرد درباره وجود چالش هایی در زندگی مشترک برخی همسران و تأثیر آن در فرزندآوری گفت: باید بررسی کرد که زوجین یا یکی از آن ها برای امتناع از بچه دار شدن چه دلیلی دارد.

وی ادامه داد: گاهی زوج تمایل دارد که مسائل خود را حلاجی و گره هایش را باز و خود را برای فرزندآوری مطلوب آماده کند ولی وجود یک مشکل خاص بیرونی مانند مشکلات اقتصادی مانع از این تجربه می شود، ولی گاهی اوقات علل بیرونی مانع این امر نیست و یک مسئله درونی وجود دارد که باید فرد آن را در وجود خود کشف کند.

بسیار بعید است!

وی همچنین با تأکید بر وجود موانع اصلی و عمده در درون افراد افزود: غالب اوقات، افراد دلیلشان برای بچه دار نشدن را یک عامل بیرونی عنوان می کنند و مسائلی همچون شرایط کاری و مالی یا منتظر ماندن تا فرارسیدن زمان مناسب را مطرح می کنند، در حالی که بسیار بعید است که زوج تا فرارسیدن این زمان مطلوب آمادگی لازم را برای بچه دار شدن داشته باشد.

پیش از ازدواج حرفش را بزنید

مجرد به اهمیت این بحث در پیش از ازدواج اشاره کرد و ادامه داد: یکی از مسائل مهم این است که متأسفانه افراد پیش از ازدواج درباره موضوع بچه دار شدن با هم حرف نمی زنند، در حالی که بخش مهمی از رابطه زناشویی آن ها همین مسئله فرزندآوری است.

این مشاور توصیه کرد که افراد در گفت و گوهایی پیش از ازدواج حتما دیدگاه های خود را نسبت به این موضوع بیان کنند و دیدگاه طرف مقابل را نیز جویا شوند؛ مسائلی همچون این موضوع که نگاه آن ها به بچه دار شدن چیست؟ چه هدفی از آن دارند و ...

روان شناس بالینی در مقایسه عمیق تر موانع بیرونی و درونی به این موضوع مهم اشاره کرد که در نگاه تحلیلی همه چیز در درون فرد است ولی افراد برای راحتی خود مسائل شان را به موانع بیرونی فرافکنی می کنند. وی گفت: کسی که آمادگی ازدواج دارد باید شرایط و الزامات ضمنی آن را نیز داشته باشد.

اتل متل، یه قصه... / قصه شما چیست؟

مجرد به طور کلی دلیل بچه دار نشدن را یک ترس واهی دانست که از نبود تمایل فرد به صمیمی شدن با همسرش حکایت می کند؛ زیرا بچه دار شدن فرد به معنی ریشه دارتر شدن و صمیمی تر شدن روابط زناشویی است.

وی گفت: مسئله بچه دار شدن برای هر زوج خیلی متفاوت است و معمولا زوجین خیلی کلی به آن نگاه می کنند. بچه دار شدن یا بچه دار نشدن برای هر زوج یک قصه است و هر زوجی قصه خاص خودش را دارد، باید دید قصه هر زوج در رابطه با بچه دار شدن چیست؟