

وقتی برای عزیز خانواده رقبت می آید

برای او که تنها نوه در خانواده پدری و مادری بوده است و کانون توجه همه، حالا با به دنیا آمدن این موجود کوچک، سخت است که بعد...



برای او که تنها نوه در خانواده پدری و مادری بوده است و کانون توجه همه، حالا با به دنیا آمدن این موجود کوچک، سخت است که بعد از چند سال یکه تازی، توجهات را و مهم تر از همه، پدر و مادرش را با این رقیب کوچک قسمت کند؛ مدام در ذهنش به دنبال راهی برای از میدان به در کردن او و یا رقابت در بیشتر مورد توجه قرار گرفتن از سوی پدر و مادر و پدربزرگها و مادربزرگها می شود.

به گزارش جام جم، یکی از دغدغه های هر خانواده ای برای داشتن فرزند دوم تصمیم گیری در خصوص فاصله سنی، شیوه های برخورد با کودک اول و حسادت های او و این که آیا والدین به دلیل افزایش وظایف و نقش هایی که با تولد فرزند دوم بر دوششان دارند، عملکرد مطلوبی خواهند داشت یا نه، است.

دکتر شیوا دولت آبادی، روان شناس و عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبایی، درباره کارهایی که باید قبل از به دنیا آمدن فرزند دوم انجام داد، می گوید: اولین اقدام، قبل از به دنیا آمدن فرزند دوم، آماده کردن عاطفی فرزند اول برای اضافه شدن نوزاد به خانواده است، که این کار می تواند با تعریف داستان در این باره با خوشحالی و انتقال یک نوع مسئولیت عاطفی به فرزند اول باشد.

وی می افزاید: بعد از به دنیا آمدن فرزند دوم هم، باید والدین با کودک بالای سه سال گفت و گوی صادقانه ای داشته باشند؛ وقتی به فرزند اول با صداقت بگویند که این فرزند تازه متولد شده نیاز به توجه دارد، باید تو هم در تعویض لباس و کارهای مربوط به او کمک کنی، کودک اول بسیار راحت تر می تواند این مساله را بپذیرد و با اهمیت دادن به او و سپردن کارهایی از قبیل لالایی خواندن و گفتن قصه برای کودک دوم می توان حس مهم بودن و مفید بودن را به فرزند اول القا کرد و همین طور کودک می تواند به درک متفاوت تر و لطیف تر نسبت به وقتی که توسط والدین بویژه مادر از او گرفته و صرف فرزند کوچک تر می شود، برسد.

وقت بیشتری برای فرزند اول بگذارید

به طور قطع زمانی که فرزند دوم در خانواده ای به دنیا می آید، مادر به دلیل ناتوانی این نوزاد و نیاز به زمان زیاد برای برطرف کردن نیازهای او، وقت کمتری را می تواند برای کودک بزرگ تر که زمانی مادر، تمام وقت در اختیار او بوده است، صرف کند که همین مساله اگر به طور صحیح مدیریت و برنامه ریزی نشود، می تواند مشکلات بسیار زیادی را همراه داشته باشد.

دکتر شیوا دولت آبادی، روان شناس می گوید: وقتی مادر وقت کمتری را برای فرزند اول دارد یعنی به نسبت گذشته زمان کمتری را می تواند صرف فرزند اول کند، بهتر است این زمان های کم را از نظر کیفی تقویت کند و با دل دادن، توجه، دقت بیشتر و صحبت کردن های عاطفی در آن زمان های کم، کیفیت این رابطه را بالاتر ببرد و با کمک پدر و توجه بیش از پیش او به فرزند اول، این کم شدن وقت برای وی جبران شود.

دکتر دولت آبادی می افزاید: اگر به این مساله توجه شود و توجه کیفی و گفت و گو، جایگزین کم توجهی و صرف وقت کم از سوی مادر برای فرزند اول شود می توانیم شاهد کم شدن مشکلات ناشی از به دنیا آمدن فرزند دوم و اضافه شدن یک فرد جدید به خانواده باشیم.

اگر منتظر فرزند دوم هستید

تولد فرزند دوم، علاوه بر فرزند اول روی بقیه اعضای خانواده و حتی خویشاوندان نزدیک تاثیراتی را دارد و این تاثیر بیشتر از همه روی مادر مشهود است، اگر تا قبل از به دنیا آمدن دومین فرزند مادر فقط به دنبال رفع خواسته‌های تنها فرزندش بوده است، اما اکنون باید علاوه بر کارها و وظایف قبلی، به رفع نیازهای کودک تازه متولد شده، از قبیل شیردهی و تعویض پوشک که در ماه‌های اول تولد، بدون کمک و همکاری بسیار سخت است، اقدام کند.

اما از همه مهم‌تر این است که در این زمان پدر و مادر و اطرافیان نکاتی را رعایت کنند؛ اول از همه مادر باید مراقب باشد کودک اول از جانب او دچار کم‌توجهی و کمبود محبت نشود؛ دقت کنید، اگر وقت کمی در این باره دارید می‌توانید از کارهایی استفاده کنید که موجب نزدیک شدن او به خودتان در زمان رفع نیازهای کودک دوم، می‌شود مثلا اگر مایل است، او را در زمان شیردهی در کنار خودتان نگه دارید.

مراقب باشید که اطرافیان فقط به نوزاد تازه متولد شده توجه نکنند و اگر هدیه‌ای برای به دنیا آمدن نوزاد تازه متولد شده می‌آورند حتما برای کودک اول هم هدیه‌ای در نظر بگیرند.

پدرها نیز دقت کنند که می‌توانند با سرگرم کردن فرزند اول هم به مادر کمک کنند و هم از حس کودک در این مورد که کسی دیگر او را دوست ندارد، بکاهند. (ضمیمه چاردیواری)