

نقش تعداد فرزندان بر سلامت روحی مادران

زهرا علی زاده¹

ما در این مقاله سعی داریم نقش تعداد فرزندان در سلامت روحی مادران را بررسی کنیم، ابتدا به تأثیر آگاهی مادر از آیات و روایات منحصر به فرزند آوری و فرزند پروری و مشوق هایی که در متون دینی برای این امر مهم بیان شده پردازیم که آیا اساساً این آگاهی می تواند تأثیری داشته باشد و سلامت روحی مادران را حفظ و تقویت کند یا خیر بی تأثیر است؟ همچنین بررسی می کنیم که تعداد فرزندان چگونه می تواند در نشاط والدین به ویژه مادر امید به زندگی، احساس علاقه مندی، احساس ارزشمندی، رشد شخصیت و تأثیر فرزندان بر خانواده و مادر و پایداری خانواده، تنوع در خانواده تأثیر گذار باشد. علاوه بر این مطالب این مقاله سعی دارد ارزش ها و مزیت های خانواده پر جمعیت و همچنین آسیب های تک فرزندی را مورد بررسی قرار دهد تا بتوانیم نتیجه گیری کنیم که تعداد بالای فرزند می تواند شرایط روحی بهتر را برای مادر فراهم کند یا تعداد کم فرزند. کلید واژه ها: آسیب، تک فرزندی، سلامت روحی، فرزند، مادر.

مقدمه

با تبلیغات منفی که در طول دهه های اخیر علیه فرزند آوری و داشتن چند فرزند و سختی های نگهداری از آنان شده، کمتر کسی حاضر است این سختی ها را بپذیرد و چند فرزند داشته باشد. خیلی ها فکر می کنند اگر یک یا دو فرزند داشته باشند زندگی شادتر و راحت تری خواهند داشت. همین طور به لحاظ روحی از سلامت بالاتری برخوردار خواهند بود تا اگر چند فرزند داشته باشند. بالأخره داشتن چند فرزند و مدیریت و پرورش آنها فشار زیادی بر انسان وارد می کند و خب طبیعتاً درصد زیادی از این فشارها بر مادر است که بیشتر وقت خود را با فرزندان می گذراند.

اما فرزند کمتر زندگی بهتر یک شعار و تبلیغ است. خب تبلیغ انگیزه های مختلفی دارد لزوماً نمی تواند مطابق با واقع باشد. برای یافتن حقیقت باید از جمیع جهات این موضوع را مورد بررسی قرار داد باید محاسن و معایب چند فرزندی و تک فرزندی و تأثیر آن بر روح و روان مادر مورد بررسی قرار گیرد آن وقت است که می توان گفت چند فرزندی بر سلامت روان مادر تأثیر دارد یا کم فرزندی. البته هر کدام امتیاز مثبت و منفی دارند اما مقایسه می تواند کمک کند تا واقع بینانه به این موضوع مهم و سرنوشت ساز نگاه کنیم و خانواده ها با آگاهی بیشتر و بهتر در مورد تعداد اعضای خانواده تصمیم گیری کنند.

تا به حال به این موضوع پرداخته نشده است و حسب جست و جوها پیشینه ای برای این موضوع یافت نشده است اما حول این محور کارهای زیادی انجام شده است. در خصوص آسیب های تک فرزندی و عواقب آن برای والدین، فرزند و جامعه. اما بطور خاص تأثیر آن بر سلامت روحی مادر مورد بررسی قرار نگرفته است. در این مقاله این موضوع مورد بررسی قرار می گیرد، آیا با چند فرزند هم می توان زندگی شاد و روح و روان سالم داشت.

مفهوم شناسی

آسیب

لغوی: زخم، صدمه، رنج، آفت، بلا، ضرر، زیان.¹

اصطلاحی: تغییرات ایجاد شده در یک مجموعه که بر عملکرد فعلی یا آینده آن تأثیر منفی می گذارد.

تک فرزندی: تک فرزند شخصی است که برادر و خواهر ندارد.²

سلامت روحی عبارت است از رهایی یافتن و خالص بودن از همه ی مشکلات و معضلات روح و روان.

فرزند: ولد، نسل

مادر: زنی که یک یا چند فرزند به دنیا آورده باشد.

1- فرهنگ لغت معین

2- فرهنگ لغت دهخدا

1: تأثیر آگاهی از آیات و روایات فرزند آوری در سلامت روحی مادران

آگاهی از آیات و روایات می تواند نقش مهمی در سلامت روحی مادران داشته باشد. اطلاعات و آموزه های دینی می تواند به مادران احساس رضایت و پشتیبانی دینی بدهد، علاوه بر این معنویت و هدف گذاری متعالی در پرورش فرزندان می تواند به مادران احساس ارزشمندی و امید بخشی بدهد که در نتیجه سلامت روحی مادران را تقویت می کند. در بین آیات قرآن، آیاتی هستند که بعضی از پیامبران الهی برای داشتن فرزندان دعا می کنند. در بعضی دیگر از آیات فرزندان نعمت و پاداش عظیم شمرده شده اند، علاوه بر آن در آموزه های دینی از فرزندان با تعبیری چون ((نور چشم))، ((گلی از گل های بهشت))، ((بهترین نعمت))، ((مایه خیر و برکت)) یاد شده که همگی حاکی از منزلت والای فرزندآوری است.¹

با در نظر در گرفتن و عمل به این آیات و روایات، مادران می توانند نه تنها به فرزندان خود در طول رشد و نمو کمک کنند بلکه خود بعنوان مادران نیز از این فرایند استفاده کنند و سلامت روحی خود را تقویت کنند.

در اینجا برخی از آیات و روایات مشوق فرزندآوری و تأثیر آن در سلامت روحی مادران را بررسی می کنیم: از جمله مشوق های مسلمانان به فرزندآوری و رسیدگی به آنان، بیان ثواب و اجر این اقدام برای والدین است. در آیات قرآن و روایات اهل بیت (علیهم السلام) برای تلاش پدر و مادر، در فرزندآوری و تربیت آنها ارزش گذاری فراوان شده است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: ((بهشت زیر پای مادران است)). مشوق دیگر فرزندآوری در اسلام، تربیت افراد بر اساس رفتاری است که خشنودی پدران و مادران را از نقش والدینی شان به دنبال دارد: از این رو فرهنگ جامعه اسلامی به سوی نیکی به پدر و مادر و پرهیز جدی از آزردن آنان سوق داده شده که نتیجه آن احترام به والدین و کمک به آنان در دوران احتیاج و ناتوانی خواهد

1. آیت الهی و دیگران، دانش خانواده و جمعیت، ص 163

5: آسیب های تک فرزندی

1-5: فرزند سالاری

در خانواده های تک فرزندی، بیش از حد به خواسته های فرزند توجه می شود که این توجه بیش از حد والدین و قرار دادن فرزند در کانون توجهات، آثار سوئی بر شخصیت کودک دارد. این گونه کودکان غالباً حساس، زود رنج، پر توقع و کم صبر هستند؛ نمی توانند عواقب اشتباهات خود را بیازمایند و مسئولیت عمل خود را بپذیرند، این کودکان از جامعه انتظار دارن همانند والدین با آنها رفتار کنند و چتر حمایتی خود را بر سر آنان بگسترانند.

در بسیاری از اوقات، این کودکان از آنجا که دنیای واقعی کاملاً مطابق میل و خواسته آنها و پاسخگوی توقعاتشان نیست دچار سرخوردگی و ناسازگاری می شوند. به علاوه فرزند سالاری مانع شکل گیری شخصیت فعال فرزند می شوند.¹

2-5: عدم رشد اجتماعی

بسیاری از جامعه شناسان معتقدند عدم رشد اجتماعی کودکان، مهم ترین پیامد تک فرزندی است: زیرا کودک به هم بازی نیاز دارد تا با او رقابت یا بازی و دعوا کند. تجربه روابط انسانی به شکل سنتی آن، احساس ناشی از داشتن خواهر یا برادر و در شبکه ی روابط خویشاوندی مثل عمو، عمه، دایی و خاله است که عامل پیوندها و ثبات عاطفی در روابط اجتماعی نخستین هستند. سیاست تک فرزندی سبب می شود نسل برآمده از این خانواده ها به سمت انزوا و تنهایی سوق داده شوند.²

1- صالحان، آسیب شناسی تک فرزندی، ص 39

2- همان، ص 40

3-5: انتظارات غیر منطقی

این پیامد به دو مضمون فرعی انتظارات افراطی والدین و انتظارات افراطی تک فرزند تقسیم می شود. انتظارات افراطی والدین به انتظارات آنها در قبال سرمایه گذاری همه جانبه برای تنها فرزند خانواده اشاره دارد. وقتی همه ی امکانات و توجهات به یک نفر اختصاص دارد، به همان میزان سطح انتظارات و توقعات از او نیز بالا می رود.

والدین سعی دارند همه ی آرزوهای دست نیافته خود را در تنها فرزند خود تحقق ببخشند یا می خواهند فرزند آنها به دلیل امکانتی که در اختیار دارد، همه ی آرزوها و انتظارات آنها را برآورده کند. از سوی دیگر چنانچه همه ی امکانات در اختیار تک فرزند قرار داده باشند؛ ممکن است در اثر تربیت نادرست، انتظارات تک فرزند بطور نامناسبی رشد کند و در آینده با واقعیت های اجتماعی زندگی روزمره، دچار سر خوردگی شود.¹

4-5: احساس تنهایی

کودکان تک فرزند هنگامی که خانواده تشکیل می دهند و صاحب فرزند می شوند، فرزندان آنان همواره با سوال هایی نظیر ((چرا من خاله، دایی، عمو یا عمه ندارم)) مواجه می شوند و همین موضوع به ایجاد حس تنهایی در فرزندان والدین تک فرزند نیز منجر می شود.

داشتن فامیل و محبت های ناشی از آن، یکی از نیازهای اساسی به شمار می رود، فرزندان علاوه بر محبت والدین به چشیدن محبت های دیگری از جمله محبت فامیل های وابسته نیازمند هستند که این موارد، سیستم ایمنی روانی فرد را تقویت می کند و حمایت های بزرگی برای افراد در زندگی محسوب می شود و افراد می توانند با پشتوانه قوی تری در جامعه حاضر شوند. همین موضوع به افزایش تحمل افراد در برابر استرس ها، سختی ها و ناملایمات در زندگی منجر می شود؛ چرا که فرد احساس بی کس و کاری نمی کند و می داند افرادی هستند که خالصانه او را حمایت می کنند.²

1- همان، ص 41

2- همان، ص 42

5-5: نداشتن قدرت حل مشکلات

انسان موجود اجتماعی است و در اجتماع با فراز و نشیب ها مواجه می شود و در صدد حل آنها برمی آید. در خانواده های فرزند، والدین همواره فرزند خود را مورد حمایت قرار می دهند و مشکلات فرزند را والدین حل می کنند، در آینده این فرزند در مدرسه و محیط های بزرگتر جامعه قادر به حل مشکلات خود نخواهد بود و همیشه نیازمند دخالت والدین برای حل مشکل خود است.¹

5-6: پر توقع شدن فرزند

از آنجا که قرار نیست منابع مالی خانواده بین فرزندان تقسیم شود، تنها فرزند خانواده پر توقع می شود چون می داند که پدر و مادرش هرچه دارند به او تعلق می گیرد و مستقل بار آوردن او کار سختی می شود. انسان ها وقتی همه چیز برایشان مهیا باشد دست به اقدامی نمی زنند، در واقع توجه بالاتر از نیاز به فرزند است که او را پر توقع بار می آورد.²

5-7: وابستگی بیشتر

زمانی که تعداد فرزندان کمتر است والدین توجه بسیار بیشتری به آنها نشان می دهند و به اصطلاح لوسش می کنند. تحمل دیدن گریه اش را ندارند و خواسته هایش را بیش از حد برآورده می کنند در نتیجه ناز پرورده می شود. از سویی دیگر ناخودآگاه والدین توجه زیادی به حفظ سلامت تنها فرزند خود دارند و فرزند ناخواسته از بسیاری از تفریحات سالم محروم می شود چون هیچ بازی و تفریح فیزیکی بی خطر نیست حتی دویدن و اگر اتفاق ناخوشایندی برای تک فرزند بیفتد و خانواده تنها فرزند خود را از دست بدهد ضربه ی روحی غیر قابل جبرانی برای آنها خواهد بود، اگر بخاطر ازدواج یا تحصیل از خانواده دور شود تحملش برای والدین سخت تر خواهد شد.³

1- تراشیون، آسیب های تک فرزندی و کم فرزندی

2- بخش روان شناسی بیتوته، آسیب ها و عواقب کم فرزندی در خانواده چیست؟

3- همان

نتیجه گیری

بر اساس مطالعات مختلف در زمینه ی سلامت روحی مادران، به دلیل تأثیرات متعددی که فرزندان به زندگی مادران می گذارند؛ نقش تعداد فرزندان در سلامت روحی مادران قابل توجه است، در یک نگاه کلی و همه جانبه می توان گفت کم فرزندی و تک فرزندی هم مزایی دارد و هم معایبی، چند فرزندی هم همین طور است هم دارای مزیت است و هم معایب دارد و به لحاظ روحی می تواند تأثیر منفی برای مادر داشته باشد. با مقایسه امتیازات مثبت و منفی تک فرزندی بطور کل می شود نتیجه گرفت که هر چند، چند فرزندی هم سختی های زیادی را برای مادر به دنبال دارد اما تک فرزندی به مراتب می تواند ضربه های شدید تری به لحاظ روحی برای مادر ایجاد کند اما خب مدیریت و پرورش چند فرزند هم قطعاً سختی های زیادی دارد و می تواند آسیب های روحی برای مادر ایجاد کند. قطعاً مادران برای پذیرفتن این مسئولیت بزرگ نیاز به حمایت، پشتیبانی و دلگرمی دارند و دین با بیان آیات و روایاتی در این زمینه این قوت قلب را به مادران می دهد که زحمات آنان برای فرزند آوری و فرزند پروری با پاداش فراوان جبران خواهد شد و این می تواند تسکینی برای دردهای روحی و جسمی مادران باشد. بهره مندی از آثار دنیوی و اخروی فراوان برای پرورش فرزندان صالح. ضمن مقدس دانستن جایگاه مادر و قدر دانی فراوان از فداکاری ها و از خود گذشتگی هایی که مادران برای پروراندن فرزندان خود می کشند، همه ی این تعابیر و بشارت ها در تقویت روحیه ی مادران موثر هستند.

منابع

- 1- قرآن، حسین انصاریان
- 2- آیت اللهی، زهرا، جمعی از نویسندگان، دانش خانواده و جمعیت، قم نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها، دفتر نشر معارف، 1339
- 3- بخش روان شناسی بیتوته، آسیب ها و عواقب کم فرزندى در خانواده چیست؟ بی جا، بی نا، 1401
- 4- پناهی، علی احمد، "نگاهی به فواید و آثار فرزند آوری در آموزه های دینی با رویکردی اخلاقی" بی نا، 1395
- 5- تراشیون، سید علیرضا "آسیب های تک فرزندى و کم فرزندى"، بی نا، 1394
- 6- خزاعی، الهام "آسیب های تک فرزندى از منظر اسلام"، دو فصلنامه تخصصی مطالعات خانواده و تربیت اسلامی، شماره 4
- 7- دهخدا، فرهنگ لغت
- 8- ساباری، شفالی، والدین هشیار، اکرم اکرمی، بی جا، بی نا، بی تا
- 9- صالحان، حسنی، "آسیب شناسی تک فرزندى"، ره توشه راهیان نوررمضان المبارک، 1398
- 10- کاوی، استفان، 7 عادت خانواده کامروا، شاهرخ مکوند حسینی، جوانه رشد
- 11- کلانتری، فتح الله، سام دلیری، کاظم، جمعیت و قدرت ملی، تهران دانشگاه و پژوهشگاه دفاع ملی و تحقیقات راهبردی، مرکز انتشارات راهبردی، 1398
- 12- معین، فرهنگ لغت
- 13- مک کین، میتو، فانینگ، پاتریک، پالک، کیم، مهارت های زندگی زناشویی، شمس الدین حسینی، الهام آرام نیا، انتشارات نسل نو اندیش، 1390
- 14- مک گراو، فیلیپ، خانواده نخستین اولویت، افخم راه دوست، سری چاپ 1، 1397
- 15- مک گراو، فیلیپ، روان شناسی خانواده موفق، محمد مهدی شریعت باقری، سری چاپ 14،