

## مشکلات شایع تک فرزندی

شرایط زندگی امروزه، باعث شده اکثر خانواده‌ها تمایل به داشتن تنها یک فرزند داشته باشند. عواملی مانند فشار و مشکلات اقتصادی، شاغل بودن مادر، تمایل برای فراهم کردن حداکثر رفاه و امکانات و غیره همگی از جمله دلایلی هستند که باعث شده‌اند تک فرزندی در جامعه رایج شود. معایب خواهر و برادر نداشتن یا تک فرزند بودن در خانواده‌ها قابل ملاحظه و قابل تامل است. به همین دلیل سعی داریم به برخی مشکلات و مسایل مربوط به تک فرزندی اشاره کنیم.

- اولین مورد و شاید مهمترین مساله‌ای که شاید بتوان به آن اشاره کرد، این است که بچه‌هایی که خواهر و برادر ندارند و تنها فرزند یک خانواده به شمار می‌روند، در مرکز توجه دایمی والدین خود قرار می‌گیرند، یاد می‌گیرند و از محیط انتظار دارند که همیشه در مرکز توجه باشند. در مرکز توجه بودن همیشگی، فرد را در بزرگسالی با مشکلات زیادی روبه‌رو می‌کند و این انتظار به جامعه، دوستان، همکاران، همسر، فرزندان و ... تعمیم می‌یابد. این افراد معمولاً در روابط اجتماعی، پرتوقع هستند و تمایل دارند همه چیز بر وفق مرادشان باشد.
- کودکان تک فرزند به دلیل نداشتن برادر و خواهر و ارتباط با آنها، ممکن است در نوجوانی و بزرگسالی تمایل زیادی به بازی‌های کامپیوتری نشان دهند. این کودکان به دلیل خود محوری، سخت‌تر با دیگران ارتباط برقرار کرده و دوست پیدا می‌کنند.
- تک فرزندان در مقایسه با افرادی که خواهر و برادر دارند، آسیب‌پذیری بیشتری از لحاظ روانی و روابط اجتماعی خواهند داشت. علاوه بر این ممکن است تک فرزندان روحیه رقابتی که یکی از موارد موفقیت در زندگی تحصیلی و شغلی می‌باشد، را کمتر در خود رشد و پرورش دهند.
- بازی با خواهر و برادر، مهمترین عامل افزایش اعتماد به نفس و ارتقای سلامت روان کودک است و می‌تواند از بسیاری از مشکلات روانی در بزرگسالی پیشگیری کند. کودکان تک فرزند بدلیل نداشتن سرمایه حمایتی (خواهر و برادر)، از توانایی کمتری در مواجهه با چالش‌های زندگی برخوردارند.
- تک فرزندها به دلیل اینکه همواره مرکز توجه اطرافیان خود به‌ویژه والدینشان قرار دارند، در آینده برای رسیدن به موقعیت‌های اجتماعی، شغلی و غیره معمولاً تلاش زیادی نمی‌کنند و ممکن است در زندگی شخصی خود با شکست و ناکامی‌های زیادی روبه‌رو شوند.
- اکثر خانواده‌هایی که چند فرزند دارد، انتظارات و خواسته‌های آنها بین فرزندان تقسیم می‌شود، اما یکی از مهمترین معایب نداشتن خواهر و برادر این است که توقعات والدین از فرزند، صرفاً معطوف به اوست.

کودکان تک به طور کلی استرس زیادی را در برآوردن انتظارات والدین خود تجربه می کنند و اگر نتوانند والدین خود را راضی کنند، استرس و اضطراب زیادی را تجربه می کنند.

- تقسیم وظایف و مسؤولیت‌ها در بزرگسالی؛ در فرایند رشد، بچه‌هایی که خواهر یا برادر دارند، پیوند و ارتباط قوی با خواهر و برادر خود دارند و در صورت نیاز می‌توانند از کمک و حمایت آنها بهره‌مند شوند و تنها به پدر یا مادر خود متکی نیستند. برعکس این قضیه نیز وجود دارد، با بالا رفتن سن والدین و افزایش احتمال از کار افتادگی آنها، تمامی فشار و استرس مراقبت از والدین بر دوش یک فرزند نخواهد بود.

- وابستگی بیش از حد به والدین: در حالی که پیوند و دلبستگی با والدین بسیار مهم و از نشانه‌های سلامت رابطه‌ی والد- فرزند است، وابستگی بیش از حد کودکان به والدین، سایر روابط آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد و مانع از برقراری ارتباط مؤثر کودک با سایر افراد، از جمله هم سالان خود می‌شود.

به قلم دکتر مژگان لطفی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران