

چرا برخی از بچه‌دار شدن می‌ترسند؟

28 مهر 1405

یک روانشناس با اشاره به اینکه ترس از بچه‌دار شدن موضوعی چندلایه و برخاسته از زوایای مختلف روان انسان است، تاکید کرد: این هراس هرگز دلیلی ساده و تک‌عاملی ندارد، بلکه ترکیبی پیچیده از نگرانی‌های درونی، حفظ هویت فردی و چالش‌های معیشتی است که در هر فرد شکل متفاوتی به خود می‌گیرد.

الهام محمد رشنوزاده، روانشناس گفت: روان انسان مانند یک آینه چندوجهی است و ترس از فرزندآوری نیز برای هر کسی در زاویه‌ای متفاوت از این آینه دیده می‌شود. شواهد علمی و بررسی‌های عمیق روان‌شناختی نشان می‌دهند که این ترس هرگز یک دلیل ساده و تک‌عاملی ندارد. در اعماق وجود بسیاری از افراد، «ترس از کافی نبودن درونی» وجود دارد، یعنی یک اضطراب عمیق که آیا من شایستگی، صبوری و بلوغ عاطفی کافی را برای پرورش یک کودک دارم یا ممکن است ناخواسته فرزند را رنجور تحویل جامعه دهم؟.

وی ادامه داد: برای گروهی دیگر این ترس ناشی از «از دست رفتن هویت و دستاوردهای شخصی» است، یعنی ترس از این‌که سال‌ها تلاش برای استقلال، پیشرفت شغلی و اهداف شخصی زیر بار سنگین و همیشگی مسئولیت نگهداری از فرزند از بین برود. هم‌زمان، نگرانی دیگری درباره «تغییر شکل رابطه زناشویی» مطرح است. این‌که مبدا خستگی زیاد و تقسیم اجباری توجه، صمیمیت عاشقانه زن و شوهر را کم کند و آن‌ها را فقط به شرکایی برای اداره خانه تبدیل سازد. در نهایت، یک دل‌نگرانی عمیق اخلاقی وجود دارد و آن ترس از فرستادن یک انسان معصوم به دنیایی پر از تلاطم است؛ بنابراین این ترس نشانه بی‌مسئولیتی نیست، بلکه ترکیبی چندلایه از کمال‌گرایی اخلاقی، حفظ احترام به هویت فردی، مراقبت از رابطه مشترک و ترس از تکرار شکست‌هاست که در هر فرد شکل متفاوتی به خود می‌گیرد.

این روانشناس با اشاره به این‌که ترس از بچه‌دار شدن می‌تواند شامل نگرانی مالی، تجربه‌های کودکی یا ترس از آینده باشد، در باره ترس از دست‌دادن آزادی و تغییر سبک زندگی در این تصمیم، تصریح کرد: تاثیر این عامل در انسان امروز بسیار عمیق و تعیین‌کننده است. زندگی فردی، عرصه شکوفایی استعدادها، خلوت‌های سازنده، انتخاب‌های آزادانه و پروازهای فکری انسان به شمار می‌رود. والدگری در دنیای امروز فقط مراقبت فیزیکی نیست، بلکه تعهدی همه‌جانبه، شبانه‌روزی و بدون بازگشت است که در سال‌های نخستین، تمام وقت، انرژی و خلوت فرد را به تسخیر خود درمی‌آورد.

وی اضافه کرد: برای انسانی که هویت خود را بر پایه استقلال، پیشرفت شغلی و معنابخشی فردی ساخته است، این تغییر ناگهانی نوعی «سوگ پنهان برای من پیشین» ایجاد می‌کند. فرد نگران است که پذیرش نقش مادری یا پدری، شعله آرزوها، حریم‌های امن تنهایی و اهداف والای شخصی‌اش را زیر خاکستر کارهای مراقبتی پنهان کند، ترسی که فرصت زندگی کردن که فقط یک‌بار به او داده شده، تماماً در پای نیازهای دیگری از بین برود.

وی اظهار کرد: این فشارها تصمیم‌گیری زوجها را خراب می‌کند و بچه‌دار شدن را که باید «نتیجه آگاهانه و با عشق» باشد، به «وسیله‌ای اجباری برای راضی کردن دیگران» تبدیل می‌کند؛ بچه‌ای که هنوز به دنیا نیامده باید بار سنگین توقعات و انتظارات فامیل را به دوش بکشد.