

چطور با ناراحتی از جنسیت جنین کنار بیاییم؟

18 تیر 1401

برخی پدر مادرها علاقه خاصی به داشتن دختر یا پسر دارند و حتی برای تعیین جنسیت جنینشان از رژیم های غذایی خاص و دستور العمل های خاص تعیین جنسیت جنین استفاده میکنند. ولی در نهایت ژنتیک است که تصمیم میگیرد و شاید جنسیت جنین مطابق میل و دلخواه شما نباشد.

اصولا پدر و مادر باید از فرایند [بارداری](#) و سلامت فرزندشان خوشحال باشند ولی گاهی نمیتوانند از حس ناراحتی از جنسیت جنین راحت شوند.

جنسیت جنین در هفته 20 بارداری مشخص میشود و معمولا هر کسی از پدر و مادر میپرسد که پسر دوست دارید یا دختر، شما میگویید همین که سالم باشد کافیه. جمله کلیشه ای جنسیت مهم نیست معمولا پاسخ تمام این سوالات است ولی ممکن است به طور پنهانی آرزوی داشتن جنسیت خاصی در نوزادتان را داشته باشید.

بعد از سونوگرافی و تعیین جنسیت نوزاد باید خود را خوشحال و شگفت زده نشان دهید ولی ممکن است در دلتان احساس غم و ناراحتی کنید. پاسخ سونوگرافی و شنیدن جنسیت جنین خلاف آنچه منتظرش بودید میتواند باعث احساس سردرگمی و نا امیدی شود.

علت ناراحت شدن از جنسیت جنین

ناراحتی از جنسیت جنین خیلی شایع تر از آن است که فکرش را میکنید. بعضی خانواده ها به امید داشتن فرزند دختر یا پسر چندین بار اقدام به بارداری میکنند ولی نمیتوانند به فرزند دلخواهشان برسند. از هر روشی که برای تعیین جنسیت جنین قبل از [بارداری](#) استفاده میشود، استفاده میکنند ولی هر بار دچار یاس و نا امیدی میشوند.

ناراحتی از جنسیت جنین ترکیبی از احساس نا امیدی عمیق همراه با احساس گناه از ناراحت بودن است که معمولا توسط اطرافیان قابل درک نیست.

عمده دلایل ناراحت شدن از جنسیت جنین عبارتند از :

پرورش رویای داشتن یک رابطه خاص با دختر یا پسر خودتان

فشار خانواده و فرهنگ اطرافیان برای جنسیت نوزاد به خصوص در مورد فرزند اول

نارضایتی یکی از زوجین از جنسیت جنین

تمایل به داشتن جنسیت مخالف فرزند دوم نسبت به فرزند اول

تجربه های بد کودکی که به جنسیت خود شما مربوط میشود

رابطه بد والدین نسبت به جنسیت خودتان

چطور با ناراحتی از جنسیت جنین کنار بیاییم؟

شما تمام تلاش خود را به کار برده اید ولی سرنوشت چیز دیگری برایتان رقم زده است پس بهتر است به جای این که احساس ناراحتی و گناه داشته باشید ، نوزاد جدید را با آغوش باز بپذیرید. شما مسئول آمدن او به این دنیا هستید و نباید بگذارید احساس کمبود یا ناراحتی به خاطر جنسیتش داشته باشد.

احساسات را بپذیرید

در اولین قدم باید با خودتان روراست باشید و احساساتتان از جمله نا امیدی را بپذیرید. همه از شما توقع دارند که نوزادتان را بدون در نظر داشتن جنسیت ، دوست داشته باشید و گفتن این که من دختر میخوام یا پسر میخوام، زشت به نظر میرسد.

ولی اگر احساساتتان را مخفی کنید ، از بین بردن افکار منفی ذهنتان کار دشواری خواهد بود. احساسات ، خوب و بد نیستند، فقط احساس هستند بنابراین سعی کنید برای کنار آمدن با آن ها در موردشان با یک فرد قابل اعتماد یا مشاور صحبت کنید.