

چرا در بعضی از افراد بچه‌دار نشدن منجر به یاس و ناامیدی می‌شود

غم بچه‌دار نشدن یکی از سخت‌ترین دردها بین زوجین می‌باشد. معمولاً زوج‌ها از زمانی که متوجه می‌شوند ممکن است نتوانند بچه‌دار شوند بسیار بهم می‌ریزند و واقعاً برایشان دردناک و زجرآور است. اگر مدت‌ها پس از تلاش، باروری اتفاق نیفتد؟ اگر هیچ‌گاه بچه‌دار نشویم چه؟ چگونه با چنین غمی کنار بیاییم؟ در کنار این غم و غصه نیز نمکی وجود دارد روی زخم به نام مرف مردم. زمانی که سوالات و مرف‌های اطرافیان پس از مدتی شروع می‌شود که چرا بچه‌دار نمی‌شوید؟ مشکل از کیست و تقصیر چه کسی می‌باشد؟ غصهٔ زوج‌ها بیشتر می‌شود و متی ممکن است نافودآگاه دنبال پیدا کردن مقصر و محکوم کردن بروند. این کلمه «تقصیر»، یکی از رایج‌ترین واژه‌هایی است که در فرهنگ ما به مشکل ناباروری زوجین اشاره می‌کند. روان‌شناسان معتقدند استفاده از واژه «تقصیر» برای زوج‌هایی که بارور نمی‌شوند، بار روانی نامناسبی دارد اما به نظر می‌رسد تا تغییر این واژه در اذهان عمومی، راه درازی در پیش داریم.

مهم‌ترین افتلالاتی که زوجین نابارور با آن روبه‌رو می‌شوند، به مسائل رومی و روانی برمی‌گردد

اضطراب و استرس

محققان معتقدند اغلب زوج‌های نابارور به اضطراب دچار می‌شوند، چراکه ناباروری می‌تواند به صورت یک بحران در زندگی، بحران هویت، بیماری مزمن، علتی برای افسردگی، یک تجربه عمیق یا ترکیبی از این موارد باشد. در واقع گریه زن و شوهر هر دو از ناباروری و تنها بودن فسته و نارامت می‌شوند، اما معمولاً فصلت زنان به‌گونه‌ای است که آنها سریع‌تر و بیشتر از مشکلات تأثیر می‌پذیرند و به این دلیل زنان آسیب‌پذیرتر از مردان هستند و تنشی که در وجود زنان شکل می‌گیرد خیلی بیشتر از مردان است. بدون توجه به این‌که کدام زوج عامل ناباروری است، زنان علائم بیشتری را از فود بروز می‌دهند. اضطراب در زنان نابارور بیشتر است، زیرا اهمیتی که آنان برای فود قائل هستند به تولد فرزند نیز ارتباط دارد.

از طرفی معمولاً مردان نابارور تصور می‌کنند امسالات مردانه‌شان کم شده و با دارو و معالجه ساده مسئله حل می‌شود و خیلی زود بچه‌دار می‌شوند، اما برعکس، زنانی که تصور می‌کنند هرگز بچه‌دار نمی‌شوند، دنیا را جلوی چشم‌انشان تیره‌وتار می‌بینند و امیدشان را به‌کلی از دست می‌دهند و همین باعث تشدید استرس و اضطراب‌شان می‌شود.

امساس تنهایی و از دست دادن

بسیاری از زوجین در ابتدای زندگی امساس می‌کنند تمام رؤیاهایشان تحقق می‌یابد و خیلی سریع به آرزوهایشان می‌رسند، اما مدتی که از زندگی مشترکشان می‌گذرد و امساس می‌کنند در تحقق آرزوهایشان تأخیری افتاده کم‌کم امساس ناامیدی می‌کنند. انسان وقتی در هر شرایطی امساس تردید کند و موفقیت فود را در آینده مبهم ببیند امساس درماندگی می‌کند، این مسئله در مورد زوجین نابارور نیز صادق است، برای زوجینی که

امساس کنند موقتاً بپهدار نمی‌شوند، شاید تمم‌ل برفی مسائل و مشکلات آسان باشد، اما وقتی امساس کنند تا آخر عمر نمی‌توانند بپهدار شوند، به شدت غمگین و آشفته‌مال می‌شوند.

به‌عنوان مثال اغلب زنان نابارور این امساس را دارند که زندگی‌شان بی‌روح شده و فرزندى ندارند که به زندگی آنان رنگ و بویى ببخشد، اینجاست که کم‌کم امساس ضعف و ناتوانی می‌کنند، زیرا دستیابی به آرزوها و رؤیاهایشان را پوچ و بی‌معنا می‌بینند.

آنها امساس می‌کنند فیلی از فرصت‌ها را ازدست‌رفته و دیگر امیدى به زندگی ندارند و روح و روانشان بر اثر امساس تنهایی و ازدست‌دادن آرزوها به شدت به هم می‌ریزد و ممکن است زندگی را به کام خود و همسرشان تلخ کنند. در واقع ناباروری و متی ترس از باردار نشدن مهم‌ترین مسئله‌ای است که زوجین را آزار می‌دهد و امساس تنهایی و ازدست‌دادن زندگی را در آنها تقویت می‌کند.

با تشفیص ناباروری در ابتدا زوج امساس ناامیدی، غم و اندوه و عصبانیت می‌کنند که باگذشت زمان بدتر هم می‌شود. معمولاً افراد نابارور امساس کمبود زیادی دارند، مهم‌ترین کمبود آنان نداشتن وارث، نداشتن تجربه ماملگی، نداشتن مهم‌ترین فرد باارزش در خانواده است، علاوه بر اینها، نداشتن هدف اساسی در زندگی و ازبین‌رفتن اعتمادبه‌نفس از مهم‌ترین دلایل مس فقدان زوج‌های نابارور است.

عکس‌العمل‌های متفاوت در مردان و زنان

معمولاً مردان و زنان در مورد بپهدار نشدن عکس‌العمل‌های متفاوتی را از خود بروز می‌دهند. اگر زن و شوهر به یک اندازه نارامتی و اندوه خود را نسبت به ناباروری نشان نمی‌دهند به این دلیل است که یکی نارامتی خود را با واکنش‌های شدید نشان می‌دهد و دیگری با وجود نارامتی سعی می‌کند ظاهر خود را مفظ کند و خود را فونسر نشان دهد. اصولاً مردان ساده‌نگرند و زنان سفت‌گیر و مساس.

مردان نارامتی را در دل پنهان می‌کنند اما زنان قدرت پنهان کردن نارامتی‌شان را ندارند و تا زمانی که لب به سفن نگشایند، آرام نمی‌گیرند. به دلیل این‌که مردان عکس‌العمل کمتری نشان می‌دهند زنان امساس می‌کنند که این موضوع برای مردشان اهمیتی ندارد و این حالت در شرایطی که زوج در درمان با شکست مواجه می‌شوند، مادتر می‌شود. در صورت فونسر باقی‌ماندن مرد، زن امساس می‌کند رها شده و بی‌پناه و ضعیف‌تر از طرف مقابل است.

مشکل اینجاست که برفی از مردان واقعاً نمی‌دانند که چگونه می‌توانند در این شرایط ماملی همسرشان نباشند و در این کار قصد و عمدی هم ندارند. آنها متی ممکن است برداشت همسر خود را از فودشان به‌عنوان یک فرد بی‌امساس و بی‌اعتناء به داشتن فرزند را هم بپذیرند، اما پرواضع است که چون تربیت مردان به‌گونه‌ای است که عادت ماهیانه، تولیدمثل و ناباروری را مشکل زنانه می‌دانند و صمبت‌کردن در این باره برایشان مشکل است و به این دلیل هم توانایی همدردی لازم را ندارند. پس لازم است که زوجین تفاوت‌های روانی یکدیگر را درک کنند و به‌اشتباه قضاوت نکنند.

شکاف ارتباطی بین زوجین

ناباروری می‌تواند روابط بین فردی، بخصوص رابطه بین زوجین را تحت تأثیر قرار دهد. هرچند در برفی موارد فشار رومی ناشی از ناباروری موجب نزدیکی و صمیمیت روابط زناشویی می‌شود، ولی ممکن است برفی دیگر از زوجین در طول درمان با مشکلات جانبی زیادی مواجه شوند. گاه زوجین نسبت به یکدیگر، نسبت به والدینشان و متی نسبت به پزشک معالج خود احساس فشم و دلفوری پیدا می‌کنند یا به علت استفاده قبلی از وسایل ضدبارداری گناه را به گردن همسرشان بیندازند و او را سرزنش کنند. برفی از زوجینی که پس از سالها زندگی، صامب فرزندى نمی‌شوند، که تم طلاق عاطفی می‌گیرند. شاید هر دو در زیر یک سقف زندگی کنند، اما هیچ‌گونه ارتباط عاطفی با هم ندارند و هرکدام سرگرم وظایف خودشان هستند. مهم‌ترین مشکل آنها به روابط زناشویی‌شان برمی‌گردد که در این دوران ممکن است به مذاقل برسد و یا به کلی قطع شود. یکی از اشکالات بزرگ در رفتار اغلب زن و شوهرهای نابارور این است که آنها باوجود آنکه در زیر یک سقف زندگی می‌کنند دائم در حال ارزیابی رفتار، کنترل شفصی و احساسات یکدیگرند.

برای مثال اگر زن احساس کند شوهرش که موصله است به جای این‌که دلیل آن را بفهمد با او بحث می‌کند و یا زمانی که زن صامب بچه نمی‌شود، شوهر به جای آنکه استرس زن را کم کند با رفتارهای نابجا اندوه زن را بیشتر می‌کند، آنان به جای این‌که در یک فرصت مناسب در مورد مسائلشان با هم صحبت کنند در یک موقعیت نامناسب با دعوا و سروصدا همه عقده‌ها را از دل بیرون می‌ریزند و همین مسائل باعث شکاف بین آنان و دور شدنشان از یکدیگر می‌شود. زن و شوهر باید در موقعیت‌های فطرناک این‌چنینی یارویاور یکدیگر باشند، نه آنکه عقب‌نشینی کنند و در مواقع سختی و غم یکدیگر را ترک کنند. نگرش اطرافیان و برفی باورهای غلط در جامعه در کنار استرس ناباروری بر اضطراب زوجین می‌افزاید. در فرهنگ ما نیز به علت گسترده بودن بسیاری از خانواده‌ها و نقش بارز والدین و بستگان نزدیک ناباروری بعد عمیق‌تری به خود می‌گیرد و همین مسئله گاه فاصله زوج نابارور را از هم بیشتر می‌کند.

باتوجه به توضیحاتی که در ارتباط با مشکلات زوجین در موقعیت خاص بچه‌دار نشدن توضیح دادیم در مقاله بعدی همراه ما باشید تا به راهکارهای مقابله و کمتر کردن مشکلات در این شرایط بپردازیم.

شما عزیزان می‌توانید با مشاوران متخصص در این زمینه در مرکز مشاوره (ازماندگار ارتباط برقرار کنید و با کمک این عزیزان به بهتر شدن شرایط خود و خانواده‌تان کمک کنید. مرکز مشاوره (ازماندگار در تمامی زمینه‌های [مشاوره روانشناسی](#) می‌تواند شما عزیزان را راهنمایی کند.