



ستة أشهر بعد قدوم الطفل الأول

الحياة تغيّرت بالتأكيد تسعة باوندات من القوة المطلقة. هذا هو الطفل والكثير من التحكم بشخصين ناضجين عندما تصرخ فإننا نهرب.

إن المقاييس التي حصلنا عليها بعد الولادة بقليل أظهرت الاختلاف الكبير في الاستجابات لقدوم الطفل الأول (راجع الفصلين السادس والسابع). بعضُ الأمّهات والآباء وجدوا سهولةً في إدارة أبنائهم وذكروا مشاعر متزايدة من القُرب والمشاركة مع أزواجهم. بعضهم الآخر ذكروا مجموعة من المخاوف بما في ذلك الصعوبة في تهدئة الطفل أو التواصل معه، فقد الحميمية مع الزوج والشعور بتغيير نمط الحياة العام. كنّا مهتمّين بمعرفة فيما إذا كان هذا الطيف الواسع من الاستجابات سيظلُّ على ما هو

عليه بعد أربعة إلى خمسة أشهر من ولادة الطفل عندما يكون الوالدان أنفقا مزيداً من الوقت في الارتباط بالطفل وتعوداً على الأمور الروتينية التي لها علاقة برعاية الطفل.

في التقييم النهائي أكمل كلُّ من مجموعة الانتقال ومجموعة المقارنة مقاييس تقييم العلاقة بين الزوجين والتلاؤم النفسي. في هذا الفصل سوف نكتشف التغيرات التي حدثت طوال فترة الدراسة بالنسبة لكلِّ مجموعة. إضافةً إلى ذلك بالنسبة لمجموعة الانتقال بحثنا في مدى معاناة الأزواج في التعامل مع الطفل الجديد وبحثنا العوامل التي لها علاقة بتسهيل هذه المرحلة.

أنماط التغير مع الوقت

كما لاحظنا في الفصل السابع، فقد ركّزنا في هذه الدراسة على متابعة التغيرات في التلاؤم النفسي عند الأزواج والعلاقات الزوجية. مرةً أخرى، في هذه المرحلة النهائية كنا مهتمين بشكل خاص بمعرفة أنماط التغيرات التي تُفرّق بين مجموعتي الانتقال والمقارنة لأنّ مثل هذه النتيجة تُشير إلى التأثير المهم لقدم الطفل الأول.

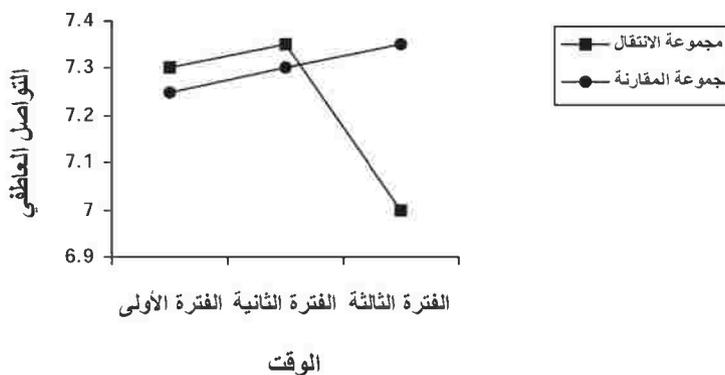
لاكتشاف هذه الموضوعات درسنا الإجابات عن الأسئلة الأساسية التي أكملها الزوجان في كلِّ تقييم: الرضا عن العلاقة، الارتباط، الرعاية، الحياة الجنسية، التلاؤم النفسي.

خلافاً للتقييم الثاني الذي أظهر القليل من التغيرات الخاصة بالأمهات والآباء الجدد فإنَّ التقييم النهائي أظهر العديد من

مجالات التأثر. لقد أظهر الأزواج في مجموعتي الانتقال والمقارنة أنماطاً مختلفة من التغيير في جانبين من الجوانب المتعلقة بالرضا عن العلاقة (التواصل العاطفي والوقت المشترك) أو في جانبين من جوانب الأنظمة السلوكية التي تدعم العلاقة الزوجية (الانزعاج من القرب والرغبة الجنسية) وفي جانبين من جوانب التلاؤم النفسي (القلق العام والشدة النفسية) بالمقابل، أظهرت المجموعتان قليلاً من الاختلاف في أنماط الرضا الكلي عن العلاقة ولم تبدِ أي اختلاف في القلق بسبب العلاقة ورعاية الزوج والتواصل الجنسي والاكنتاب. في المقطع التالي سنناقش مجالات الاختلاف وتأثيراتها على الأمهات والآباء الجدد.

الرضا عن العلاقة

كما فصلنا في الفصل الثالث بحثنا في أربعة جوانب من الرضا عن العلاقة: الشدة النفسية العامة، التواصل لحل المشكلات، التواصل العاطفي، الوقت المشترك. من المثير للاهتمام أن تأثير قدوم الطفل الأول اقتصر على التواصل العاطفي (كمية التعاطف والتفهم الذي يتم التعبير عنه في الزواج) والوقت المشترك (كمية ونوعية الاهتمامات ووقت المتعة المشترك). بعبارة أخرى، فإن قدوم الطفل الأول يترافق مع هذه الدرجات التي تعكس مشاعر الأزواج حول الصحبة والحميمية. (على الرغم من أن قدوم الطفل الأول أظهر انخفاضاً في «الشدة النفسية العامة» بعد وقت قصير من الولادة، فإن هذا الانخفاض في الشعور العام لعدم السعادة المرافق للزواج لم يعد موجوداً في نهاية الدراسة).

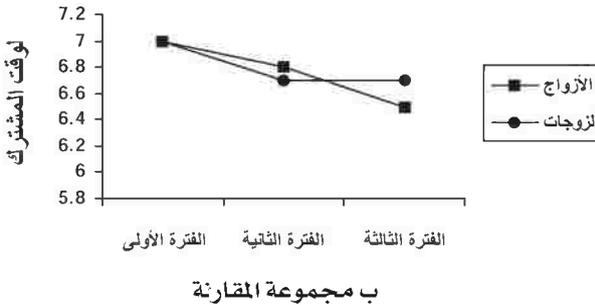
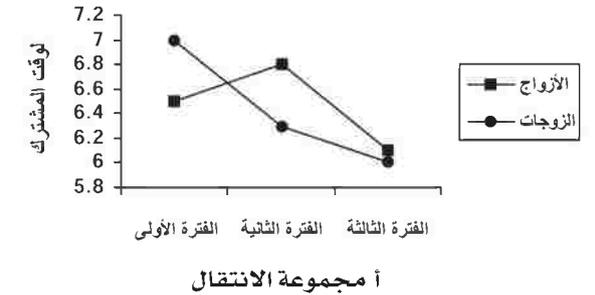


الشكل 1-11 معدّل درجات التواصل العاطفي وفقاً للمجموعة والوقت

إن الرضا عن التواصل العاطفي والوقت المشترك انخفضا عند الأمهات والآباء الجدد طوال فترة العشرة أشهر لكنهما كانا ثابتين عند مجموعة المقارنة. (كذلك، الأمهات والآباء الجدد فقط هم الذين أظهروا انخفاضاً قليلاً في الرضا العام) في حالة التواصل العاطفي فإن الانخفاض في الرضا حدث متأخراً في الدراسة؛ لم يكن هناك أي دليل على التغيير في الأسابيع التي تلت الولادة مباشرة (راجع الشكل 1-11) بالمقابل فإن الانخفاض في الرضا عن الوقت المشترك حدث في عدة فترات بالنسبة للأمهات والآباء.

إن رضا الأمهات عن الوقت المشترك انخفض مباشرة بعد الولادة لكن رضا الآباء لم ينخفض إلا في التقييم النهائي عندما كان الأطفال في الشهر السادس من العمر (راجع الشكل 1-11-2) هذه النتائج توافق عدداً من الدراسات الأخرى عن قدوم الطفل الأول كما ناقشنا في الفصل الأول. بشكل خاص، توحى هذه

الدراسات بأن متطلبات رعاية الطفل غالباً ما تعيق أوقات المتعة المشتركة بين الزوجين والحميمية والتعبير عن الدفء والعاطفة. إن فكرة أن النساء قد يشعرن بتأثير هذه المتطلبات قبل الرجال برزت أيضاً في دراسات سابقة. بما أن النساء أكثر انخراطاً في القيام بمهام الأمومة على مدار الساعة وأقل عرضة للتواصل الاجتماعي المنتظم خارج المنزل فليس مفاجئاً أن يشعرن بالمخاوف حول الصحة والحميمية في وقت أسرع من الرجال.



الشكل 11-2 متوسط درجات الوقت المشترك

يبدو أن الرجال في الأسابيع الأولى بعد قدوم الطفل لا يشعرون بهذه المخاوف إلا إذا أوصلت الزوجات حاجاتهن ومشاعرهن إليهم. على أي حال من المهم أن نبقي هذه التغيرات في أذهاننا لقد وجدنا أن قدوم الطفل الأول يؤثر بشكل طفيف نسبياً على مستويات الرضا عن العلاقة بشكل عام. هذه النتيجة توحى بأن معظم الأزواج يمكن أن يقبلوا التغيرات في تفاعلاتهم اليومية على أنها جزء مفهوماً (وربما متوقَّع) من نتائج قدوم الطفل الأول.

بعبارة أخرى يبدو أن الأزواج يعززون الانخفاض في الحميمية إلى الضغوط التي يشكّلها قدوم الطفل الأول أكثر من عزوها إلى فشل يتحمّل مسؤوليته الزوج الآخر.

الأنظمة السلوكية

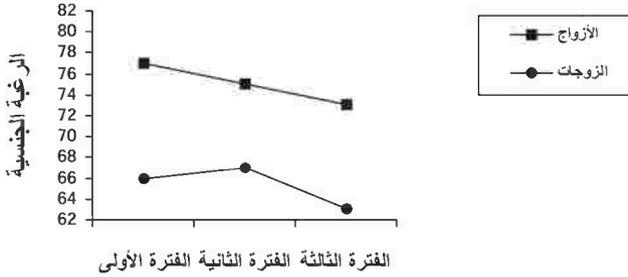
إن قدوم الطفل الأول يؤثر على الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط وعلى الحياة الجنسية (مع أنه لا يؤثر على أنماط الرعاية الزوجية). بالنسبة للشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط فإن التغيرات اقتصر على بُعد «الانزعاج من القرب».

إن مستويات الانزعاج من القرب كانت ثابتة طوال العشرة أشهر من فترة الدراسة بالنسبة لكل المجموعات ما عدا الآباء الجدد الذين أظهرت درجاتهم انخفاضاً ضئيلاً ولكن ثابتاً (راجع الملحق ج لمزيد من التفاصيل عن هذا التأثير).

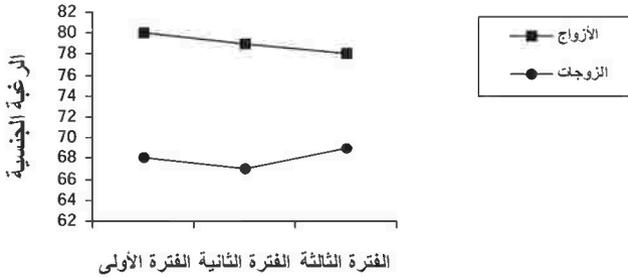
إن فكرة أن قدوم الطفل الأول قد تؤثر على شعور الكبار بالأمان لم يتم البحث فيها من قبل إلا نادراً بحث كثير من

الدراسات في الكيفية التي يغير فيها قدوم الطفل الأول العلاقات الزوجية لكن هذه الدراسات ركزت بشكل حصري تقريباً على أنواع من التفاعلات (كالتعبير عن العاطفة) أو على تقييمات عامة لنوعية العلاقة.

إن اتجاه التغيير في الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط هو أمر مثير للاهتمام: ذكر الآباء الجدد أنهم يشعرون بمزيد من الراحة في الظروف التي تتضمن الحميمية. إذا أخذنا بعين الاعتبار أن الباحثين كانوا يثيرون المشكلات والصعوبات المتعلقة بقدوم الطفل الأول فإنه من المطمئن أن نجد هذا الدليل على مزيد من التغيير الإيجابي. إضافة إلى ذلك، إن أي انخفاض في شعور الآباء بالانزعاج والصعوبة بسبب العلاقة الحميمية غالباً ما يفيد في تطوير الرابطة مع الطفل وكذلك العلاقة الزوجية. بالطبع، من المحتمل أن بعضاً من هؤلاء الآباء كانوا يشعرون بمزيد من الراحة لأن زوجاتهم كنَّ منخرطات إلى حد كبير في رعاية الطفل وأنهم كانوا يقللون من طلباتهم المتعلقة بالعلاقة الحميمية.



أ مجموعة الانتقال



ب مجموعة المقارنة

الشكل 11-3 متوسط درجات الرغبة الجنسية وفقاً للمجموعة والجنس والوقت في ملاحظة أخرى أقل إيجابية أظهرت الأمهات الجديداً الانخفاض الأكبر في الرغبة الجنسية على الرغم من أن هذا التغيير لم يظهر إلا في نهاية الدراسة (راجع الشكل 11-3).

إذا أخذنا بعين الاعتبار توقيت هذا التغيير فإن الانخفاض في الرغبة لا يبدو أنه ناجم عن التغييرات الجسدية والعاطفية المباشرة للحمل والولادة. بل إن المتطلبات المتعددة التي تستهلك وقت الأم

وطاقتها غالباً ما يكون لها تأثير تراكمي على مستوى الاهتمام الجنسي. على الرغم من أن هذا الانخفاض في الاهتمام الجنسي هو أمر مفهوم إلا أنه يشير إلى مزيد من الارتباط بين قدوم الطفل الأول وانخفاض فرص إقامة علاقة حميمة. لقد وجدنا كيف أن الأزواج كانوا مدركين للتغيرات في نوعية وكمية الوقت الذي يقضيه الزوجان معاً في التعبير عن الحب والتفهم، بالنسبة لبعض الأزواج فإن الصعوبات في العلاقة الجنسية غالباً ما تضاف إلى هذه المخاوف.

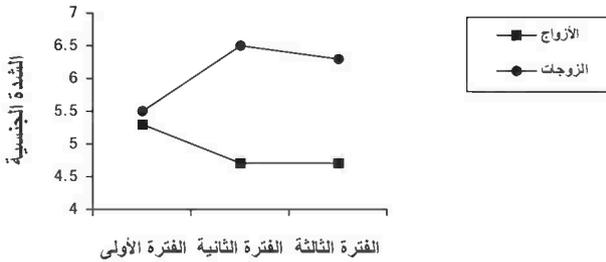
التلاؤم النفسي

يؤثر قدوم الطفل الأول على التلاؤم النفسي عند الزوجين تماماً كتأثيره على العلاقة الزوجية لكن المؤشرات المختلفة للتلاؤم أظهرت أنواعاً مختلفة من التغيير. خلافاً لمجموعة المقارنة فإن الأمهات والآباء الجدد أظهروا انخفاضاً في الشعور العام بالتوتر والقلق من التقييم الأولي إلى آخر فترة الدراسة.

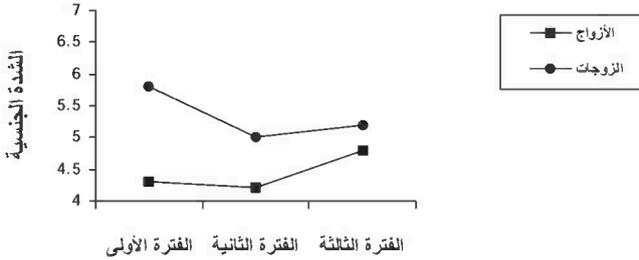
على أي حال، فإن المستويات الأولية من القلق عندهم كانت إلى حدٍّ ما أعلى من المستويات عند الأزواج في مجموعة المقارنة (على الرغم من أن الاختلاف لم يكن كبيراً من الناحية الإحصائية؛ راجع الملحق ج لمزيد من التفاصيل). بعبارة أخرى إن بعض الأمهات والآباء ذكروا وجود مستويات عالية من القلق والتوتر ربما بسبب مخاوفهم المتعلقة بالحمل والولادة. إن انخفاض القلق بعد قدوم الطفل ربما يشير إلى العودة إلى المستويات التقليدية من التلاؤم.

بالمقابل شعرت الأمهات الجديديات بمزيد من مشاعر التوتر بعد الولادة. لقد كُنَّ المجموعة الوحيدة في الدراسة التي أظهرت ازدياداً واضحاً في مشاعر عدم الصبر والتوتر والتهيج وظل هذا الازدياد موجوداً من الفترة المباشرة بعد الولادة إلى نهاية الدراسة (راجع الشكل 11-4).

كما هو الحال في انخفاض الرغبة الجنسية فإنَّ هذا التغيُّر يمكن فهمه على ضوء الاحتياجات والضغط التي تستهلك أوقات الأمهات وطاقتهن.



أ مجموعة الانتقال



ب مجموعة المقارنة

الشكل 11-4 متوسط درجات الشدة النفسية وفقاً للمجموعة والجنس والوقت

خلاصة التغييرات

الخلاصة، إن قدوم الطفل الأول يحدث عدداً من التغييرات عند الزوجين في هذه الدراسة. تظهر التغييرات في التلاؤم النفسي بعد مدة قصيرة من الولادة: يشعر الأمهات والآباء الجدد بقلق أقل من القلق الذي كانوا يشعرون به في بداية الدراسة لكن الأمهات الجديديات يشعرن بتوتر أكبر. باستثناء تقييم الزوجات للوقت المشترك فإن مقاييس العلاقة الزوجية كانت أبطأ في إظهار التغيير. إن الثبات الظاهر في العلاقة من الحمل إلى الأسبوع السادس بعد الولادة ليس أمراً مدهشاً: في الأسابيع الذي تلي الولادة مباشرة غالباً ما يشعر الآباء والأمهات بالإنجاز المشترك والرضا مما يساعد على التغلب على التعب والتوتر المرافق لهذه المرحلة. بعد ستة أشهر من الولادة فإن كلاً من الأمهات والآباء الجديديات ذكروا شعوراً أقل بالرضا عن العلاقة الزوجية فيما يتعلق بالتعبير عن العواطف والوقت المشترك. في هذه المرحلة ذكرت الأمهات الجدد نقصاً في الشعور بالرغبة الجنسية. بشكل عام، تشير هذه التغييرات إلى أن فرصة الأزواج في إقامة علاقات حميمة تقل إلى حد كبير. في الوقت نفسه ذكر الآباء الجدد إلى حد ما مزيداً من الشعور بالراحة بسبب القرب مقارنةً مع فترة ما قبل الولادة.

الاختلافات بحسب المجموعة والجنس والفترات

على الرغم من أن تركيزنا الأساس في هذه الدراسة كان على التغييرات الخاصة بمجموعة الانتقال، فإنه من المفيد أن نلقي نظرة

على الاختلافات الكلية بين المجموعتين وبين الأزواج والزوجات وبين الفترات المختلفة.

الاختلافات بين المجموعتين

إن الاختلاف الوحيد المستمر بين مجموعة الانتقال ومجموعة المقارنة كان في مجال التواصل الجنسي: كانت مجموعة الانتقال أقل رضا بشكل عام عن التواصل الجنسي. كما ذكرنا سابقاً (راجع الفصل السابع) فإن هذا الجانب من العلاقة بين الزوجين، غالباً ما يتغير أثناء الحمل وكذلك بعد الولادة.

بالنسبة لكل من الآباء الجدد الذين ينتظرون مولوداً فإن الموضوعات المتعلقة بالحمل والأبوة والأمومة غالباً ما تصبح محط تركيز في العلاقة بين الزوجين وبالتالي يقل الحديث عن الموضوعات الجنسية. إضافة إلى ذلك فإن مخاوف جديدة لها علاقة بالحياة الجنسية غالباً ما تبرز في هذه المرحلة بما في ذلك الانزعاج الجسدي خلال الجماع والتعب ونقص الجاذبية الجنسية والقلق من عدم إرضاء الطرف الآخر (فون سيدو، 1999). غالباً ما يتردد الأزواج في مناقشة هذه المخاوف نظراً للطبيعة العاطفية التي تتميز بها الأمور الجنسية.

الاختلافات بين الجنسين

في التقييم النهائي اختلف الأزواج عن الزوجات في عدد من الأمور. ذكرت النساء بشكل خاص (بغض النظر عن المجموعة)

شعوراً أقل من الانزعاج بسبب الحميمية في علاقاتهم الزوجية ومزيداً من الرعاية الاستجابية ومزيداً من الرعاية القهرية وشعوراً أقل بالرغبة الجنسية ومزيداً من الرضا عن التواصل الجنسي ومزيداً من الشدة في حياتهم.

هذه الاختلافات كانت موجودة أيضاً في بداية هذه الدراسة كما ذكرنا ذلك في الفصلين الرابع والسابع وهي تتناسب بشكل عام مع المعلومات الأخرى التي تقارن أنماط التفاعل بين الرجال والنساء. على أي حال، كما ذكرنا سابقاً، من المهم أن نبقى في أذهاننا أن الاختلافات بين الجنسين كانت ضئيلة تماماً وأن أساس خبرة العلاقة مشترك بوضوح بين الرجال والنساء.

الاختلافات بحسب الفترات

كما ذكرنا في الفصل الأول، فإن الدراسات الطولية يمكن أن تفيد في قياس التطور والتغير في العلاقة بين الزوجين في هذه الدراسة ناقشنا عدداً من التغيرات الخاصة بمجموعة من الأمهات والآباء الجدد. إن التغير الوحيد الذي حدث عند كلا المجموعتين كان في مجال التواصل الجنسي. طوال عشرة أشهر من فترة الدراسة ذكر الأزواج (بغض النظر عن الجنس والمجموعة) انخفاضاً ضئيلاً في الرضا عن التواصل الجنسي.

إذا أخذنا في الاعتبار أن هذا التغير انطبق على كلا المجموعتين فهو يمثل تطوراً في العلاقات على المدى الطويل. ربما يميل الأزواج بمرور الوقت إلى افتراض أن الموضوعات المتعلقة



باحياجاتهم الجنسية قد تَمَّت مناقشتها. إنَّ الانخفاض في الرضا عن التواصل الجنسي يشير إلى أن هذا الافتراض يمكن أن يُحدث مشكلةً وإلى أن الأزواج يمكن أن يستفيدوا من مزيدٍ من التواصل المفتوح حول هذه الموضوعات. على أي حال يجب أن نُبقي في أذهاننا أنَّ الرغبة الجنسية كانت مستقرَّة إلى حدٍّ ما طوال مدة الدراسة إلاَّ عند الأمَّهات الجديديات. بعبارةٍ أخرى، عادةً ما تتضمنُ العلاقات طويلة الأمد مستويات عالية وثابتة من الاهتمام الجنسي.

الربط بين الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط ونوعية العلاقة والتلاؤم الشخصي

بحثنا في الفصل السابع في إمكانية تأثير الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط على الطريقة التي يتأقلم بها الأزواج في التقييم الثاني وخصوصاً في سياق كونهم قد أصبحوا آباء وأمَّهات للمرة الأولى. وجدنا أن الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط يترافق مع أنماطٍ أفضل من التلاؤم الشخصي ومع أنماط بناء أكثر من العلاقات، على أي حال هذا النمط ينطبق على الأزواج بغضِّ النظر عن كونهم أنجبوا أطفالاً أم لا. بعبارةٍ أخرى يبدو أن الأمان الذي يحققه الارتباط يساعد بشكلٍ عام على تقوية الشعور بالصحة النفسية وعلى تقوية الأنماط المُرضية في العلاقات.

أردنا أن نعرف فيما إذا كان هذا النموذج ينطبق على التقييم النهائي. للإجابة عن هذا السؤال قيَّمتنا الروابط بين الدرجات الأولى لأبعاد الارتباط والنتائج النهائية للأداء الوظيفي على

المستوى الشخصي وعلى مستوى الأزواج والذي تمّ تقييمهما بعد عشرة أشهر. مرّةً أخرى، وجدنا أن الشعور بالأمان الذي يحققه الارتباط يترافق مع تلاؤم شخصي أفضل وأنماط بناءة أكثر من العلاقات بالنسبة لكلّ من الأزواج الذين أنجبوا أطفالاً وأولئك الذين لم ينجبوا .

على سبيل المثال، كان الانزعاج بسبب القرب مترافقاً مع مستوى أخفض من الرضا عن العلاقة ودرجات أعلى من الشدّة النفسية. إضافة إلى ذلك وكما وجدنا في المتابعة المبكّرة، فإن القلق من العلاقة اقترن بطيفٍ واسعٍ من الصعوبات: مشكلات لها علاقة بالتلاؤم الشخصي (مزيداً من الاكتئاب والقلق والشدّة)، نمط رعاية الطرف الآخر كان أقل فاعلية (مزيد من الرعاية القهرية)، وشعور أقل بالرضا عن الزواج (شعور أقل بالرضا الكلي وشعور أقل بالرضا عن الوقت المشترك).

على أي حال، في هذا التقييم النهائي، برز اختلاف واضح بين الآباء الجدد وغيرهم من الأزواج: إن عدم الشعور بالأمن بسبب الارتباط (سواء الانزعاج بسبب القرب أو القلق من العلاقة) كان مرتبطاً مع شعور أقل بالرغبة الجنسية ورضا أقل عن التواصل الجنسي بالنسبة للآباء الجدد فقط. (في المتابعة المبكّرة، كان عدم الشعور بالأمان بسبب الارتباط مرتبطاً بمزيدٍ من التقارير السلبية عن الرغبة الجنسية والتواصل الجنسي عند كلا المجموعتين من الرجال).



كما ذكرنا في هذا الكتاب، تشير النظرية والأبحاث إلى أنَّ الارتباط غير الآمن يكون مشكلةً أكبر عندما يضطرُّ الناس إلى التعامل مع أحداثٍ مسبَّبة للشدة النفسية. بشكلٍ مشابه، وجدنا في هذه الدراسة أنَّ القلق بسبب العلاقة يسهم في بداية الاكتئاب عند الأمهات الجديديات وليس عند سواهنَّ من الزوجات (راجع الفصل الثامن).

إن حقيقة أنَّ الارتباط الآمن عند الرجال كان قادراً على توقع الرغبة الجنسية والتواصل الجنسي عندهم بعد عشرة شهور عند الآباء الجدد فقط تكوَّن دعماً آخر لهذا الإدعاء.

من المؤكَّد أنَّ الآباء الجدد يواجهون مزيداً من المتطلَّبات والمسؤوليات التي لها علاقة بدور الأب، إضافة إلى ذلك (كما رأينا سابقاً في هذا الفصل) فإن زوجاتهم يشعُرْنَ برغبة جنسية أقلَّ منهم. في هذه الظروف الصعبة نسبياً يبدو أنَّ الارتباط الآمن قد يُساعد الأزواج على التواصل بانفتاحٍ أكبر حول الموضوعات والمخاوف الجنسية وعلى المحافظة على اهتمامٍ فاعلٍ بالجانب الجنسي من العلاقة بينهما.

سير الرضا عن العلاقة

في بداية هذا الفصل قارئاً مستويات الرضا عن العلاقة عند الأزواج في مجموعتي الانتقال والمقارنة في كلِّ فترةٍ من فترات التقويم. كذلك كُنَّا مهتمين بأخذ مجموعة الانتقال بعين الاعتبار بشكلٍ منفصلٍ وبالنظر عن قربٍ أكثر إلى سير الرضا عن العلاقة (لأن مجموعة المقارنة لم تُبدِ تغييراً في أيِّ مقياسٍ من مقياس

الرضا، لم تعد محطَّ اهتمامنا فيما يتعلق بهذا الجانب) بعبارة أخرى، كنَّا مهتمِّين بتحديد نمط التغيُّر عند الأزواج في مجموعة الانتقال. من المحتمل على سبيل المثال، أن يبشر الأمَّهات والآباء الجدد بازدياد الرضا عن العلاقة عند الولادة ثم أن يلي ذلك انخفاضاً في الرضا عن العلاقة عندما تصبح حقائق الأبوة والأمومة أكثر وضوحاً.

تمَّ تقييم سير الرضا عن العلاقة باستخدام طريقة مرتبطة بتحليل منحنى النمو. هذه الطريقة تتضمن ببساطة اختباراً فيما إذا كان أيُّ تغيُّرٍ عبر الوقت يتمُّ في اتجاه واحد (ازدياد أو انخفاض خطي) أو نزولاً وصعوداً (تغيُّر خطي مُنحَن). باستخدام هذه الطريقة، وجدنا أن الرضا الكلِّي الذي عبَّر عنه الأزواج في مجموعة الانتقال أظهر تغيُّراً خطياً فقط. انخفض الرضا قليلاً بالنسبة لهؤلاء الأزواج على الرغم من أن هذا التغيُّر حدث بشكلٍ رئيس في الجزء الأخير من الدراسة.

من المهم أن يُبقي في أذهاننا أنَّ الانخفاض في الرضا الكلِّي كان قليلاً عند الأمَّهات والآباء الجدد ربما لأنَّ مرحلة الانتقال تتضمن قوى متنوِّعة تتفاعل مع بعضها إلى حدِّ كبير. على سبيل المثال، إنَّ البهجة التي غالباً ما تصاحب قدوم الطفل قد تمضي، لكن في الوقت نفسه، يصبح الأمَّهات والآباء الجدد أكثر ثقةً بقدرتهم على رعاية الطفل.

في الحقيقة، عندما قابلنا الأمَّهات والآباء بعد مدة قصيرة من الولادة تحدَّث العديد منهم عن قلقهم المبدئي وضعف الثقة



عندهم وعن «منحنى التعلم» الحاد الذي تقتضيه الأبوة والأمومة (راجع الفصل السادس) لكي نحصل على صورة أكثر دقة عن سير الرضا عن العلاقة المرافقة للأبوة والأمومة قمنا بتحليل كل جانب من الجوانب الأربعة للرضا: الشدة النفسية العامة، التواصل العاطفي، التواصل لحل المشكلات، الوقت المشترك. وجدنا تغييراً (من النوع الخطي) في التواصل العاطفي والوقت المشترك يتناسب مع النتائج التي ذكرناها سابقاً في هذا الفصل. يبدو أن الانخفاض في هذه المجالات هو الذي يفسر التغيير الطفيف في الرضا الكلي. في الوقت نفسه يجب أن نركز على أن الانخفاض في الرضا يمثل المتوسط وهو بالتأكيد، كما سنذكر في القسم التالي، لا ينطبق على كل الأمهات والآباء الجدد.

الرضا عن العلاقة الحميمة: الثبات مقابل الانخفاض

كان الهدف الأساس لهذا التقييم النهائي هو اكتشاف النتائج المختلفة التي مرَّ بها الأمهات والآباء الجدد والأسباب الكامنة وراء هذه النتائج.

بشكل خاص كنا مهتمين بالتعرف عن قرب أكثر على الكيفية التي قام بها الأزواج بوصف علاقاتهم وفيما إذا كان بعض الأزواج قد نجحوا في الحفاظ (أو حتى تقوية) التقييمات الأولية.

لاكتشاف هذا الموضوع، ركزنا على تلك المجالات من الرضا عن العلاقة التي كانت أكثر عرضة للتأثر بقدوم الطفل الأول: التواصل العاطفي والوقت المشترك. (إن أهمية هذه المجالات لا

تدعمها فقط النتائج التي حصلنا عليها وإنما تدعمها أيضاً دراساتٌ أخرى ربطت بين قدوم الطفل الأول وانخفاض العلاقة الحميمة بين الزوجين). جمعنا هذين المقياسين بمقياس واحد عن الرضا عن العلاقة الحميمة بحيث نستطيع أن نقيّم مدى التغيُّر الذي حدث في هذه الفترة الانتقالية. هذا المقياس المركَّب يتضمَّن 16 نقطة يتم الإجابة عن كُلِّ نقطة بصح أو خطأ وتتراوح الدرجات الكلية بين 0 و16 حيث تشير الدرجات الأعلى إلى وحتى أعظم عن العلاقة الحميمة.

باستخدام تقنية تُدعى التحليل العنقودي، بحثنا عن مجموعة من الأزواج في مجموعة الانتقال أظهروا أنماطاً محدَّدة من التغيُّر على هذا المقياس. حدَّدنا على هذا الأساس مجموعتين من الأمهات والآباء الجدد. المجموعة الكبرى، مكوَّنة من خمسين زوجاً، لم تظهر أيَّ تغيُّرٍ في الرضا عن العلاقة الحميمة خلال فترة الانتقال. في الحقيقة، كان معدَّل الدرجات عند الأزواج والزوجات بين 13 إلى 14 في كُلِّ تقييم. المجموعة الثانية، المكوَّنة من 24 زوجاً أظهرت انخفاضاً واضحاً في الرضا عن العلاقة ما بين بعد الولادة والتقييم الأخير. مرَّةً أخرى، كان متوسط درجات النساء والرجال بين 13 و14 في التقييمين الأوَّليين وقريباً من الـ 10 في التقييم النهائي.

لنلخِّص ما ناقشناه حتى الآن، يمكننا القول أن تأثيرات قدوم الطفل الأول على الرضا عن العلاقة تقتصر إلى حدٍّ كبير على



مجال العلاقة الحميمة بين الزوجين (التعبير عن التعاطف والفهم والوقت المشترك). على أي حال، لم يكن كل الأزواج في هذه الدراسة غير سعداء فيما يتعلق بهذا المجال من العلاقة. حوالي ثلثي الأزواج وجدوا علاقاتهم مرضية تماماً كما كان عليه الحال قبل قدوم الطفل الأول. الثلث المتبقي لم يكن سعيداً فيما يتعلق بالفرص المحدودة لإقامة علاقة حميمة (الصحبة، وقت المتعة، النقاش، التواصل الجنسي).

بما أننا سنستمر في اكتشاف هاتين المجموعتين بمزيد من التفاصيل (ولتجنب الخلط بين مجموعتي الانتقال والمقارنة) سوف نسمي هاتين المجموعتين: الناجون والمعانون. على أي حال من المهم أن نركز على أن هذه التعبيرات تشير فقط إلى المستويات الحالية من الرضا عن العلاقة وهي لا تعني بالضرورة أن علاقات المعانون مهددة بالانفصال.

من المهم أيضاً أن نعرف أن بعض الأزواج قد يصبحون أكثر رضا عن علاقاتهم عندما يصبحون أمهات وآباء تقدم دراستنا دعماً ضئيلاً لهذا الافتراض (بعض الأمهات والآباء الجدد أظهروا انخفاضاً في مشاعر التعاسة والإحباط من الزواج بعد مدة قصيرة من الولادة، لكن هذا التغيير كان لفترة قصيرة).

كما ذكر بعضهم خلال المقابلات أن قدوم الطفل الأول قد قرب بينهم. بالمقابل، في الدراسات المبكرة على الانتقال إلى مرحلة الأمومة أو الأبوة، بيلسكي وبروفين (1990) تمَّ تحديد ازدياد الرضا عن العلاقة كواحد من أربع نتائج محتملة.

الناجون والمعانون تفسير النتائج المختلفة

لكي نفهم لماذا يخرج بعض الأزواج من فترة الانتقال إلى مرحلة الأبوة أو الأمومة دون أن يُصابوا بأذى في حين يعاني الآخرون من هذه الفترة، بحثنا عن الاختلافات بين المواقف والخبرات عند المجموعتين. كنّا مهتمين بعدة موضوعات قد تساعد على شرح السهولة أو الصعوبة النسبية لمرحلة الانتقال.

إنّ الموضوعات الثلاثة الأساسية ركزت على الخصائص العامة التي تميّز الأزواج والعلاقات بينهم.

- ♥ لديهم تلاؤم نفسي أفضل في بداية الدراسة؟
- ♥ لديهم موارد تكيف أفضل في بداية الدراسة؟
- ♥ أظهروا أنماطاً بناءً أكثر في علاقاتهم مع بعضهم في بداية الدراسة؟

بالمقابل، ركّزت الموضوعات الأربعة المتبقية على الخبرات المتعلقة بمرحلة الانتقال نفسها، أي على عدّة جوانب من الحمل والولادة والإنجاب وإدارة العناية بالطفل وغيرها من مهام المنزل.

هل الناجون

- ♥ كان لديهم موقف إيجابي أكثر من الحمل؟
- ♥ سجّلوا خبرات أكثر سهولةً فيما يتعلق بالولادة والمراحل الأولى من الأبوة أو الأمومة؟

♥ استخدموا استراتيجيات أكثر فاعلية للتكيف مع الأبوة أو الأمومة؟

♥ استخدموا طرقاً مناسبة أكثر لتوزيع المهام المنزلية؟

لاكتشاف هذه الموضوعات، قارننا درجات الناجين والمعانين على عدة مقاييس تم أخذها خلال الدراسة.

هذه المقاييس استمدت الإجابات عن الأسئلة والمقابلات واليوميات (التقنية الإحصائية التي استخدمت لدراسة هذه الموضوعات هي التحليل التفرقي وقد تم تضمين درجات كل من الأزواج والزوجات. راجع الملحق ج لمزيد من النتائج من هذه التحليلات).

الخصائص العامة للأزواج وللعلاقات بينهم

التلاؤم النفسي: في محاولة لتحديد خصائص الناجين والمعانين طرحنا سؤالاً واضحاً حول ما إذا كان الأزواج الذين عانوا في مرحلة الانتقال هم ببساطة أكثر استعداداً للإصابة بالقلق العام والاكئاب والشدة النفسية.

يمكن القول إن هذه الأنواع من مشكلات التلاؤم المزمنة تؤثر على قدرة الزوجين على المحافظة على علاقاتهم في وسط الضغوط التي تصاحب قدوم الطفل الأول.

على أي حال، لم تكن القضية بهذه البساطة: عندما نظرنا إلى المقاييس التي أخذت في بداية الدراسة لم نجد أي اختلافات بين الناجين والمعانين في أي جانب من جوانب التلاؤم.

موارد التكيف: هناك تفسير منطقي آخر للمصعوبات التي تواجه المعانين وهي قلة الموارد التي تساعدهم على التعامل مع الظروف الجديدة والتي تكون تحدياً. صحيح أنه كان من الواضح استحالة قياس كل مورد متوافر للزوجين، إلا أننا قيّمنا مستويات تقدير الذات والدعم الاجتماعي في بداية الدراسة (راجع الفصل الثالث). هذه المقاييس أعطتنا بعض المؤشرات على كل من الموارد الداخلية والخارجية التي يمكن للزوجين أن يستمدوا منها الدعم في هذه الفترة الانتقالية.

مرة أخرى، وجدنا أن الناجين والمعانين كانوا متشابهين جداً في هذه المقاييس.

أنماط العلاقة: إذا أخذنا بعين الاعتبار عدم الاختلاف بين الناجين والمعانين في التلاؤم الشخصي أو موارد التكيف فمن المرجح أن الانخفاض في الرضا الذي يشعر به المعانين يمكن ربطه بأنماط العلاقة ضمن الزواج. أي أن المجموعتين قد يختلفان عن بعضهما في طريقة الاقتراب من الجوانب الأساسية للعلاقة الزوجية: الارتباط، الرعاية، الحياة الجنسية.

إذا نظرنا إلى التغيرات في العلاقة الجنسية التي حدثت خلال الحمل وبعد إنجاب الطفل الأول سنجد أن المشكلات في هذا المجال يمكن أن تؤدي دوراً أساسياً في رضا الزوجين عن العلاقة الحميمة.

على الرغم من جاذبية المنطق الذي تحمله هذه الحجة إلا أننا وجدنا أن المعانين والناجين لم يختلفوا عن بعضهم في مستويات الرغبة الجنسية أو التواصل الجنسي ما قبل الولادة.



بالمقابل اختلف الأزواج في المجموعتين عن بعضهما في مستويات الأمان الذي يحققه الارتباط: إن الأزواج الذين عانوا في مرحلة الانتقال كانوا أكثر قلقاً من العلاقة من غيرهم من الآباء في بداية الدراسة. بشكلٍ مشابه، (على الرغم من أن التأثير كان أضعف) ذكر الأزواج في مجموعة المعانين نمطاً أقل استجابةً من الرعاية لأزواجهم في التقييم الأولي.

هذه النتائج تبين التأثيرات بعيدة الأمد لنمط التفاعل بين الزوجين قبل مجيء الطفل. كما أنها تشير إلى الدور الأساس الذي يؤديه سلوك الزوج في العلاقة خلال فترة الانتقال: عندما يكون الأزواج آمنون وواثقون في علاقاتهم ويستجيبون بشكلٍ داعم لحاجات زوجاتهم فإن النتيجة بالنسبة لكلا الزوجين تكون أكثر إيجابية. بعبارةٍ أخرى، على الرغم من أن الحمل المباشر المتعلق برعاية الطفل قد يقع بشكلٍ رئيس على عاتق الزوجات، فإن الأزواج يؤدون دوراً أساسياً في تقديم الدعم العملي والعاطفي.

إن الأزواج الذين يؤدون هذا الدور بفاعلية يمكن أن يجعلوا فترة الانتقال تلك أكثر سهولة ومنتعة، بينما الأزواج الذين تسيطر عليهم مشكلاتهم ومخاوفهم يضيفون إلى الشدة النفسية المرافقة لهذه المرحلة.

الحمل والولادة وممارسة الأبوة أو الأمومة

على الرغم من أهمية أنماط التفاعل الموجودة بين الزوجين قبل قدوم الطفل، من المنطقي أن نتوقع أن الناجين والمعانين يمكن

التفريق بينهما بحسب تفاعلاتهم مع خبرات معينة متعلقة بالحمل والأبوة أو الأمومة. كما ذكرنا سابقاً أردنا أن نقارن بين مواقف الناجين والمعانين حول الحمل وخبرات الولادة والأبوة والأمومة واستراتيجيات التكيف وتقسيم العمل المنزلي.

المواقف من الحمل: تشير الحكمة الشائعة إلى أن الصعوبات التي يواجهها المعانين بعد ستة أشهر من الولادة قد تعكس مخاوف الأزواج المتعلقة بالحمل والأبوة أو الأمومة. على سبيل المثال، قد يكون هؤلاء الأزواج لم يخططوا للإنجاب (أو على الأقل، لم يخططوا بعد)، قد يكونون مصدرين أو مشوشين لسماع خبر الحمل وقد يعانون من صعوبات شديدة جسدياً وعاطفياً خلال الحمل. على أي حال، تُظهر النتائج التي حصلنا عليها أن الناجين والمعانين لا يختلفون عن بعضهم في أي من هذه المتغيرات.

الولادة والأبوة أو الأمومة في مراحلها المبكرة: كما أن الحمل غير المرغوب فيه أو الصعب قد يتوقع منه أن يؤثر على تلاؤم الوالدين مع الأبوة أو الأمومة فإن المشكلات المتعلقة بالحمل أو بالرعاية الأساسية للطفل قد تؤدي إلى مشكلات مستمرة. إن تربية طفل هائج مثلاً قد لا تترك للزوجين إلا القليل من الوقت والطاقة لكي يتفاعلا مع بعضهما.

للإجابة عن هذا السؤال، قارننا بين الناجين والمعانين فيما يتعلق بطول المخاض ومقدار مسكنات الألم التي أخذت أثناء الولادة وولادة الطفل قبل أوأانه وتصنيف الوالدين لمزاج الطفل. مرةً أخرى، لم نجد أي اختلافات بين المجموعتين.

استراتيجيات التكيف: كما ذكرنا في الفصل السابع، أكمل الأزواج مقياس استراتيجيات التكيف عندما بلغ أطفالهم الأسبوع السادس من العمر. هذا المقياس تطلب منهم أن يذكروا الاستراتيجيات المتنوعة التي استخدموها للتعامل مع متطلبات الأبوة أو الأمومة وأن يعطوا درجات لثلاثة أنماط من التكيف: التركيز على المشكلات، التركيز على العواطف، طلب المساعدة. عادةً ما يُعتبر التكيف بالتركيز على المشكلات وبطلب المساعدة أكثر فاعلية من التكيف بالتركيز على العواطف في تخفيف الشدة النفسية. وجدنا على أي حال أن الناجين والمعانين لم يختلفوا عن بعضهم في طرق تكيفهم مع قدوم الطفل الأول.

لتفسير هذه النتيجة، من المهم أن نتذكر أن الناجين والمعانين تم تعريفهم على أساس رضاهم عن العلاقة الحميمة بين الزوجين. بعبارة أخرى، وجدنا أن الأزواج الذين يميلون إلى الاعتماد على التكيف المرتكز على العواطف لم يكونوا غير راضين عن زواجهم في نهاية الدراسة. بالمقابل، كانوا يعانون من الشدة النفسية: إن التكيف بالتركيز على العواطف كان مترافقاً مع زيادة في الاكتئاب وخصوصاً عند الأزواج.

تقسيم العمل المنزلي: وأخيراً تأكدنا باستخدام اليوميات الموصوفة في الفصل السابع فيما إذا كان بالإمكان التفريق بين المعانين والناجين على ضوء توزيع وأداء أعمال المنزل. هذا السؤال مهم، لأن العديد من الدراسات أشار إلى أن عدم الرضا عن تقسيم

مهام العمل المنزلي ورعاية الطفل هو عاملٌ مهمٌ في توقع صعوبة مرحلة الانتقال (راجع الفصل الأوّل) للإجابة عن هذا السؤال، قارناً بين الناجين والمعانين على ضوء الوقت الحقيقي الذي يقضيه الأزواج والزوجات في رعاية الطفل ومهام المنزل. لم نجد اختلافات بين المجموعتين في هذا المقياس الموضوعي نسبياً والذي يقيس الإسهام في أعمال المنزل. لم تختلف المجموعتان في هذا الإسهام النسبي الذي قام به كلا الزوجين (أي نسبة عدد الساعات التي ينفقها الزوج على عدد الساعات التي تنفقها الزوجة).

بعد ذلك أخذنا بعين الاعتبار جانباً أساساً آخر من العمل المنزلي: تقييم جهد الزوج الآخر (بعبارةٍ أخرى، مشاعر الشريك الشخصية حول تقسيم العمل). كما في الفصل التاسع استخدمنا مقياسين لدراسة هذا الموضوع: المقياس الأوّل ركّز على الاختلاف المطلق بين جهد الشريك الحالي والجهد المرجو أو «الشعور بعدم العدالة» المقياس الشخصي الثاني، «جهد الزوج المرجو» قاس اتجاه الاختلاف بين الجهد الحالي والجهد المرجو أي أنه ركّز على ما إذا كان جهداً أكثر أو أقل يُرجى من الزوج. بالنسبة للزوجات، اختلفت الدرجات على هذا المقياس بين الناجين والمعانين.

إذا أخذنا المتوسط فإنّ الزوجات في مجموعة الناجين وضعوا درجات قريبة من الصفر مما يدلُّ على أنهنَّ كنَّ راضيات عن جهود أزواجهن في المنزل. بالمقابل، فإنّ الزوجات اللواتي كنَّ يعانين أردنَ من أزواجهنَّ أن يزيدوا من جهدهم إلى حدٍّ كبيرٍ سواء فيما يتعلّق بمهام رعاية الطفل أو الأعمال المنزلية.

مراجعة عوامل الخطورة

على الرغم من أننا وجدنا القليل من الاختلافات بين الناجين والمعانين فإنَّ جانبين أساسيين يؤثر على عدم الرضا عن العلاقة الحميمة بين الزوجين:

♥ نمط العلاقة مع الزوج.

♥ الرضا عن توزيع العمل المنزلي.

تضمَّن الاختلاف الأوَّل نمط العلاقة مع الزوج (الأمان الذي يحققه الارتباط ورعاية الزوج). في بداية الدراسة، كان الأزواج الذين صنَّفوا فيما بعد من المعانين أكثر قلقاً من العلاقات من غيرهم من الآباء. بعبارةٍ أخرى، لقد كانوا أكثر قلقاً حول موضوعات الحب والالتزام وأقل ثقةً بقدرة علاقاتهم على تحمل الشدَّات والتهديدات. نحن نعرف من دراسات سابقة أنَّ هذه المخاوف غالباً ما تظهر على شكل غيرة وصراع واتكالية والانشغال الزائد بموضوعات العلاقات. سلوكيات من هذا النوع يمكن أن تسبب ضغطاً كبيراً على الزواج وخصوصاً خلال فترات التلاؤم الكبير. بشكلٍ مشابه، في بداية الدراسة ذكر الأزواج الذين صنَّفوا فيما بعد على أنهم من المعانين أنهم كانوا أقل حساسيةً واستجابةً لحاجات زوجاتهم.

مرة أخرى، يمكن لهذا النمط من التفاعل مع الآخرين غالباً ما يسبب ضغطاً على العلاقة وخصوصاً عندما تشعر الزوجات بالشدَّة النفسية بسبب مسؤولياتهن الجديدة.

إنَّ الاختلاف الثاني بين الناجين والمعانين يتركز على أداء مهام المنزل ومهام رعاية الطفل. الزوجات في القسم الذي تمَّ تصنيفه على أنه من المعانين أردن من أزواجهن المشاركة في كلا النوعين من المهام، في حين أنَّ الأمَّهات الجديديات الأخريات كُنَّ إلى حدِّ ما راضياتٍ عن مشاركة أزواجهن. في الوقت ذاته، لم يختلف الناجون عن المعانين في كمية الوقت الفعلية التي ينفقها الأزواج أو الزوجات على الأعمال المنزلية. إذن، يبدو أنَّ الموضوع الأساس هنا، بالنسبة للزوجات في مجموعة المعانين، هو أنَّ التوقعات حول تقييم العمل لم تكن متطابقة مع الواقع. بعبارةٍ أخرى، يبدو أنَّ تجاوز التوقُّعات وُلد إحباطاً وعدم شعورٍ بالرضا عن إسهام الزوج.

كما سنناقشُ بمزيدٍ من التفاصيل في الفصل التالي، قد يكون الأزواج في حاجةٍ إلى أن يكونوا واضحين جداً فيما يتعلَّق بتوقُّعاتهم وإلى أن يتفاوضوا لتحديد الطرق التي يتمُّ توزيع المهام وفقاً لها والتي تكون مقبولة لكلا الزوجين.

خلاصة

في هذا الفصل ذكرنا أنماط التغيير طوال فترة الدراسة وبحثنا عن الاختلافات بين أولئك الذين كانوا يبلون بلاءً حسناً والذين كانوا يعانون في أثناء محاولاتهم للتعامل مع هذه الفترة الانتقالية الأساسية في حياتهم. فيما يتعلق بالعلاقة بين الزوجين، فإنَّ التغييرات الخاصة بالأمَّهات والآباء الجدد تضمَّنت انخفاضاً في الرضا عن التعبير عن العواطف وعن الوقت المشترك وفي انزعاج الأزواج من القرب وفي الرغبة الجنسية عند الزوجات.

إنَّ التلاؤم الشخصي تأثّر أيضاً: فقد ذكر الآباء والأمّهات الجد انخفاضاً في القلق خلال سير الدراسة، لكنَّ الأمّهات ذكرن ارتفاعاً في مستويات الشدّة النفسية. على الرغم من أنّ هذه النتائج تشير إلى التأثيرات الواسعة لقدم الطفل الأوّل على العلاقات الزوجيّة وعلى الصحة النفسية الشخصية إلا أنّ هذه التغيّرات أثّرت في بعض الأزواج أكثر من غيرهم. كان الانخفاض في الرضا عن العلاقة الحميمة أكثر وضوحاً عندما كان الأزواج قلقين بشأن الموضوعات المرتبطة بالعلاقة وعندما كانت توقعات الزوجات حول مشاركة أزواجهن في المهام المنزلية لا توافق الواقع. باختصار إنَّ خبرات الأزواج المتعلّقة بقدم الطفل الأوّل تختلف اختلافاً كبيراً، فقد يحافظ بعض الأزواج على شعورهم بالقرب والترابط في حين يعاني بعضهم من فقد الحميمية في علاقاتهم الزوجيّة. غالباً ما يرتبط فقد الحميمية مع مشكلات في التواصل قد تُصعّبُ عمل الزوجين مع بعضهما كفريقٍ واحد وتطوّر أنماطٍ فاعلة من الأبوة أو الأمومة.

