الحمل وخطط الولادة

لقد كانت مفاجأة سارة عندما بدأنا بالحديث عن الأطفال
لقد أردتُ إنجاب طفلٍ في أقربِ وقتٍ ممكن

عندما كان الأزواج يعبِّرون عن رغبتهم في المشاركة في البحث، كنَّا نتصل بهم بالهاتف ونرتِّب لقاءً في منازلهم مع الشخص المساعد في البحث. إن هذه الزيارات قلَّلت من انزعاج الأزواج ومكَّنتنا من اللقاء بهم في وضعٍ عائلي مريح. لقد كان المساعد في البحث يتحدَّث مع الزوجين بشكلٍ رسمي عن غاية البحث وإجراءاته ويجيب عن أيِّ أسئلة يطرحانها عليه.

كانت المقابلات تتم بوجود الزوجين معاً في غرفة الطعام أو في غرفة الجلوس. على الرغم من موافقة كل الأزواج على تسجيل المقابلات إلاّ أنَّ مشكلات تقنية حالت دون الحصول على بعض التسجيلات المفيدة (تمَّ تسجيل 100 مقابلة بنجاح).

في هذه المقابلة الأولى مع أزواج مجموعة الانتقال كنَّا مهتمِّين بمعرفةِ أفكارهم ومشاعرهم المتعلِّقة بالحمل. ركَّزت أسئلتنا على

obeikandl.com

أربعة موضوعات: التخطيط واتخاذ القرار فيما يتعلق بالحمل، ردَّة الفعل على خبر الحمل، الخبرات المتعلِّقة بالحمل، خطط الولادة وما بعد ذلك.

التخطيط واتخاذ القرار

إن مقدار التخطيط والتعمُّد الذي يسبق الحمل يختلف من زوجٍ إلى آخر (كما ناقشنا في الفصل الأوَّل). بالنسبة لبعضِ الأزواجِ يأتي الحمل بشكلٍ غير متوقَّع ويكون من الصعب القبول به. بالنسبةِ لأزواجٍ آخرين يأتي الحمل بعد فترةٍ من التفكير والحديث عن التكاليف والفوائد الكامنة في إنجاب الطفل الأوَّل واختيار الوقت المناسب للبدءِ بتأسيس العائلة.

مخطَّطٌ له أم غير مخطَّطٍ له؟

سألنا الأزواجَ في دراستنا عمَّا إذا كانوا يعتبرون الحمل قد تمَّ بشكلٍ مخطَّطٍ له أم دون تخطيط، كما توقَّعنا عبَّرت الإجابات عن هذا السؤال عن درجاتٍ متفاوتةٍ من التخطيط والتحكم. حوالي نصف الأزواج (49 من 100 زوج تم تسجيل المقابلات معهم) قالوا إنهم أرادوا الحمل وأنه حصل في الوقت الذي خطَّطوا له، 18 من الأزواج قالوا إنهم أرادوا الحمل لكنه جاء بعد فترةٍ أطول من الفترة التي توقَّعوها، 17 من الأزواج قالوا إنهم أرادوا الحمل ولكن ليس بالسرعةِ التي حدث بها، 16 من الأزواج قالوا إنهم لم يخطِّطوا للحمل أبداً. (تضمَّنت المجموعة الأخيرة اثنين من الأزواج تمَّ ضمُّهم في الأصل إلى مجموعة المقارنة لكنَّ الحمل حدث بشكلٍ

غير متوقَّع فوافقوا على الانضمام إلى مجموعة الانتقال). بشكلٍ عام معظم الأزواج قالوا إنهم خطَّطوا للحمل على الرغم من أنهم لم يخطِّطوا لحدوثهِ فوراً.

كذلك سُئِل الأزواج فيما إذا حدث الحمل بشكلٍ طبيعي أم بمساعدةِ الأدوية المخصِّبة أو أي تدخُّلٍ آخر.

حصل الحمل عند معظم الأزواج بشكلٍ طبيعي، الاستثناءات القليلة كانت اثنين من الأزواج ذكروا أنهم استخدموا الأدويَّة المخصِّبة وثلاثة أزواج نجم الحمل عندهم عن مشاركة طويلة الأمد ببرامج التلقيح الاصطناعي.

لماذا إنجاب الطفل الآن؟

بالنسبة للأزواج الذين اعتبروا حدوث الحمل أمراً مخطَّطاً له كنَّا مهتمِّينَ بمعرفة العوامل التي أثَّرت على قرارهم بإنجاب الطفل الأوَّل.

كما ذكرنا في الفصل الأوَّل إنَّ أسباب اتخاذ هذا القرار ليست مفهومه بشكل جيِّد حتى الآن. إنَّ الأسباب الكامنة وراء اتخاذ الزوجين لقرار الإنجاب تندرج تحت ثلاثة تصنيفات. الشعور بالجاهزية، العمر، أسبابٌ شخصيَّة (هنا يمكن أن يذكر الزوجان أيَّ عددٍ من الأسباب).

الشعور بالجاهزية: إن السبب الأكثر شيوعاً كان ببساطة شعور الزوجين بأنهما جاهزان لإنجاب الطفل الأوَّل (49 من الأزواج شرحوا سبب قرارهم بهذه الطريقة). بعبارةٍ أخرى لم

يربط هؤلاء الأزواج قرارهم بأيِّ أهداف أو إنجازاتٍ أو مخاوف خاصة. بل تحدثوا عن شعورهم العام بالجاهزيَّة أو شعورهم بأنَّ الإنجاب هو الخطوة التالية المناسبة في العلاقة بينهما. كما ذكر أحد الأزواج «لقد كان القرار المناسب في الوقت المناسب» يبدو أن هذه الطريقة في التفكير تعكس بشكلٍ عام قرار الزوجين معاً. إحدى الزوجات عبِّرت عن شعورها هي وزوجها بالجاهزية بالطريقة التالية: لقد كنَّا نخرج معاً لفترةٍ طويلة قبل الخطوبة، لم نكن نريد ارتباطاً طويل الأمد. ثمَّ أردنا الزواج والعيش معاً. ثم بدا وكأن الخطوة الثانية هي إنجاب طفلٍ. هكذا كان الأمر وكأنه نوعٌ من التطوُّر الطبيعي.

العمر: السبب الثاني الأكثر شيوعاً للإنجاب كان متركِّزاً على مخاوف الزوجين بشأن العمر. ذُكِرَ هذا السبب من قبل 44 زوجاً. في حوالي نصف هؤلاء الأزواج ذكر الزوجان معاً العمر كعاملٍ مهم. بالنسبة لبقية الأزواج كانت الزوجات أكثر ميلاً إلى التركيز على هذا الموضوع وغالباً ما كُنَّ يُشِرْنَ إلى «ساعاتهنَّ البيولوجيَّة»:

كان علينا أن نقرِّرَ فيما إذا كنَّا نريد أولاداً قبل فوات الأوان لذلك أعتقد أن العمر كان عاملاً مهمَّاً ليس بالنسبة لي فقط وإنما أيضاً بالنسبة لزوجي فقد شارف عمره على الأربعين.

كما ذكرنا في الفصل الرابع فإنَّ عمر الأزواج في هذه الدراسة تنوَّع كثيراً. فقد بلغ متوسط عمر النساء 29 عاماً وكان العمر الأكبر 42 عاماً وبلغ متوسط عمر الرجال 32 عاماً وكان

العمر الأكبر 53 عاماً. إذا أخذنا هذه الأعمار بعين الاعتبار لن يكون مفاجئاً أن نجد معظم الأزواج ينظرون إلى العمر كعاملٍ مهمٍّ في قرارهم بإنجاب الطفل الأوَّل.

إن الملاحظة التالية أبداها أحد الآباء الذين كانوا ينتظرون طفلاً وهي تبيِّنُ علاقةَ العُمُر بقرارِ الإنجاب وتأثيراته على تقدُّم الأب في باقي أطوار حياته:

إنه الوقت المناسب بالنسبةِ لي أيضاً. أنني في الواحد والأربعين من العمر الآن لذلك من الواضح أنني إذا كنت أريد أطفالاً فيجب أن أحصل عليهم قريباً. لا أريد أن أبدأ بتكوين عائلة وأنا في الخامسة والأربعين من العمر ولا أريد أن أمازح أولادي المراهقين وأنا في الخامسة والستين من العمر أثناء فترة التقاعد.

أسباب شخصية: في وصف الأسباب التي دفعتهم إلى اتخاذ قرارٍ في البدء بتكوينِ عائلة ذكر 28 من الأزواج أنَّهم قرَّروا ذلك بعد أن حقَّقوا إنجازات في مجالات معيَّنة من مجالاتِ حياتهم كتأمين مصدر للدخل والتعلُّم والمهنة. بعبارةٍ أخرى ذكر هؤلاء الأزواج أنهم وصلوا إلى مرحلةٍ حقَّقوا فيها أهدافهم الشخصية المتعلِّقة بالعمل والدراسة وشعروا أنهم مهيئون بشكلٍ جيِّد لتأمين حاجات العائلة.

كانت الملاحظات المتعلِّقة بتأمين الأمن المالي غالباً ما تأتي من كلا الزوجين. على سبيل المثال علَّقت إحدى الزوجات «كان وضعنا المالي جزءاً مهمَّاً من سعينا إلى التأكد من قدرتنا على تمويل أنفسنا» وقد وافق زوجها على ذلك وأضاف «لقد قضينا الجزء

الأوَّل من زواجنا في وفاء الديون وبعد ذلك قرَّرنا أننا أصبحنا جاهزين لإنجاب الأطفال».

بالمقابل فإن الموضوعات المتعلِّقة بالمهنَّة والتعلُّم غالباً ما كانت تُثار من أحد الزوجين وغالباً ما كانت الزوجة هي التي تثير هذه الموضوعات. هذه النتيجة ليست مفاجئة إذا أخذنا بعين الاعتبار أن النساء أكثر ميلاً من الرجال إلى تكريس جزء مهمٍّ من أوقاتهنَّ للعناية بالأطفال. إضافةً إلى ذلك فإن النساء يتمتعنَّ اليوم بفرصٍ أكبر لمتابعة التعليم العالي والعمل في مهن راقية كما أن العائلات ذات الدخل المزدوج أصبحت أمراً شائعاً.

لهذه الأسباب فإن الموضوعات المتعلِّقة بعمل المرأة أصبحت أكثر بروزاً اليوم من الأجيال السابقة والكثير من نساء اليوم يفضِّلن تأمين عمل قبل أن ينشغلن بتربية الأطفال.

هناك موضوع آخر له علاقة بقرار الإنجاب عند بعض الأزواج وهو مدى المرونة في ساعات عمل المرأة وخصوصاً إذا كانت تخطط للاستمرار في العمل بعد الولادة:

يبدو أن الوقت قد أصبح مناسباً لإنجابِ طفلٍ ولا سيما بفضلِ ترتيبات عملي. إن ساعات عملي مرنة جدّاً ومعظم العمل أستطيع أن أقوم به من المنزل.

بعض الأزواج ركَّزوا بوضوح على كيفية التوفيق بين حاجات الطفل الجديد والمهنة. على سبيل المثال يبيِّن التعليق الآتي كيف أنَّ

توقيت الإنجاب يمكن أن يتأثَّر بكلٍّ من الأهداف العلمية وبخطط الزوجة في العودة إلى العمل:

لأتمكَّن من البقاء في المنزل والعناية بالأطفال حتى يذهبوا إلى المدرسة يجب أن نحدِّد الوقت الأفضل للإنجاب. هذا الوقت هو الآن حيث إنني ما زلتُ في السنة الخامسة من دراستي الجامعية. وهكذا عندما أعود إلى العمل سأكون في بداية الثلاثينيَّات من عمري ولستُ قريبةً من الأربعينيَّات وهو وقتٌ متأخر نوعاً للعودة إلى العمل.

أسباب متعدِّدة: بالطبع في العادة لا يكون هناك عامل واحد يحدِّد توقيت إنجاب الطفل الأوَّل والعديد من الأزواج الذين قابلناهم ذكروا عدداً من الأسبابِ وراء قرارِ الإنجاب. على سبيل المثال تحدَّث أحدهم عن العمر والتعلُّم والأمور المالية فقال «قرَّرنا أن ننتظر حتى نصبح أكبر قليلاً ونكمل دراستنا الجامعية ونؤمن مورداً مالياً أفضل» كذلك ربط بعض الأزواج عوامل كالعمر والتعلُّم بإحساسهم بالجاهزية الشخصيَّة (إن السبب الأساسي هو العمر والنضج حقَّاً).

ردَّات الفعل على خبر حدوث الحمل

في هذه المقابلة طلبنا من الأزواج أن يصفوا ردَّات فعلهم على خبر حدوث الحمل. سألناهم كيف شعروا عندما سمعوا بالخبرِ لأوَّل مرَّة وكيف يشعرون الآن (في الثلث الثاني من الحمل).

obeikandl.com

ردَّات الفعل الأوَّليَّة

ذكـر الأزواج عـدَّة ردَّات فـعل أوَّليـة عند إخـبـارهم لحـدوث الحمل. صنَّفنا ردَّات الفعل هذه بالشكل الآتي:

- سلبيَّة (لقد ذُهلتُ وفكَّرتُ أوه، لا! ما الذي سأفعله حيال هذا الأمر).
- مختلطة أو حيادية (كنت سعيدة وقلقة في الوقت نفسه، لم أكن متأكِّدة من الأمور التي يجب عليَّ التفكيرُ فيها).
- إيجابية (لقد شعرتُ بالإثارة وسُرِرتُ بالخبر).
- إيجابية جداً (صرتُ أقفز من الفرح، شعرتُ وكأنني على القمر، كنتُ في غايةِ السعادة).

إن ردَّات فـعل الأزواج الأوَّليـة على خبـر حـدوث الحمل كـانت إيجـابيـة بشكلٍ عام. 43 من النسـاء و50 من الرجـال صُنِّفت ردَّات فعلهم على أنها إيجـابيـة. و18 من النسـاء و14 من الرجـال صُنِّفت ردَّات فعلهم على أنها إيجابية جداً.

في حين أنّ 34 من النسـاء و28 من الرجـال ذكَّروا ردات فـعل مـختلطة أو حـيـادية، وذكـر ثلاث نسـاء وثلاثة رجال أنهم شعـروا بمشـاعـر سلبـيـة. بشكل عام كـان الأزواجُ سـعـداءَ بشكلٍ مـتـقـارب بسماع خبر الحمل.

إحدى النقاط المثيرة للاهتمام التي برزت أثناء المقابلات هو وجود عدد كبير نسبياً من الأزواج الذين اختَلَفَتْ ردَّاتُ فعلهم على خـبـر الحـمل. لقـد صُنِّف 25 زوجـاً على أنهم من الأزواج الذين اختلفتْ عندهم ردَّاتُ فعلِ الرجال عن ردَّات فعل النساء.

هناك ثلاثة أزواج ذكروا أنَّ واحداً منهم فقط هو الذي سُرَّ بالحمل على سبيل المثال تقول إحدى الأمَّهات:

لقد صُدِمتُ! وأخذتُ أردِّد أثناء عودتنا من عيادة الطبيب «إنها غلطتك! إنها غلطتُك! إنها غلطتُك!» لقد كان أمراً مؤلماً. ولم أستطع النوم مدة يومين.

في الوقت نفسه كان زوجها سعيداً بالخبر وكانت «ضحكته تملأُ وجهه» على الرغم من «الكدمات على يديه بسبب ضربِ زوجته له!» بالمقابل كانت الزوجة في حالة أخرى هي الوحيدة التي سُرَّت بخبر الحمل وقالت إن الخبر كان «مفاجأة سارة» بالنسبة لها. أما زوجها فقد «اصفرَّ وجهه» وتوقف عن الطعام.

على الرغمِ من أنَّ هذين المثالين يشكِّلان حالات حادَّة من الاختلاف في ردود الأفعال إلاَّ أنهما يثيران موضوعات مهمَّة حول اتفاق واختلاف الزوجين حول موضوع الحمل. عندما تكون ردَّة الفعل مختلفة بين الزوجين فإن أحدهما أو كلاهما سيشعر بالإحباط وعدم التفهم وعدم الدعم. وبما أن موضوع الحمل له تداعيات عاطفية قوية فقد يجد الزوجان صعوبةً في التواصل بشكلٍ بنَّاء حول اختلافاتهما وخصوصاً إذا كانا لا يشعران بالأمن والثقة في علاقتهما ببعضهما، بهذه الطريقة فإنَّ الاختلافات في ردَّات الأفعال تصعِّبُ على الزوجين عملية التلاؤم مع التغيُّرات التي يواجهانها في هذه المرحلة.

obeikandl.com

ردَّات الفعل الحالية

كذلك سألنا الأزواج عن مشاعرهم الحالية تجاه الحمل، معظم ردَّات الفعل كانت إيجابية (63 زوجة و61 زوجاً) أما ردَّات فعل بقيَّة الأزواج فقد كانت حيادية/ مختلطة (13 زوجة و9 أزواج) وإيجابية جداً (9 زوجات و8 أزواج). لم يذكر أيٌّ من الأزواج أنه لم يزل يشعر بالتعاسة نتيجةً للحمل. المثير للاهتمام هو أن المقارنة بين هذه المشاعر والمشاعر الأوَّلية بيَّنت أن الارتكاسات العاطفية لخبر حدوث الحمل تصبح أكثر اعتدالاً بمرور الوقت. بعبارة أخرى كانت الارتكاسات الحالية أقل ميلاً إلى السلبية من الارتكاسات الأوَّلية ولكنَّها لم تكن إيجابية جداً.

هذا الاعتدال في المشاعر غالباً ما يعكس عدداً من العمليات. إن الارتكاسات الأوَّلية (سواءً كانت إيجابية أو سلبية) تعكس (حداثة) ذلك الخبر المهم (مثلاً: ظَلَلْتُ أمشي بابتسامةٍ عريضةٍ على وجهي مدة أسبوعين) ومن ثمَّ فإن شدة المشاعر لا تدوم غالباً. أما في الحالات التي كانت فيها ردَّة الفعل الأولى إيجابية بشدة، فإنَّ ميل هذه المشاعر إلى الاعتدال مع الوقت يمكن تفسيره بإدراك حقيقة تجربة الحمل (كما ناقشنا ذلك قبل قليل) وإدراك متطلبات الأبوة أو الأمومة. بالمقابل عندما كانت ردَّة الفعل الأولى سلبية فإنَّ الزوجين الذين قرَّرا الاستمرار في الحمل كانا بحاجةٍ إلى التلاؤم مع الوضع الجديد. إن ازدياد المشاعر الإيجابية هنا قد يعكس تقبُّلاً حقيقياً للحمل والحاجة إلى مشاعر تتناسب مع قرار

الاستمرار في الحمل. بعبارةٍ أخرى إن المشاعر الإيجابية قد تساعد على تبرير القرار سواءً بشكلٍ خاص أو للأشخاص الآخرين.

من المثير للاهتمام أنَّ 13 زوجاً فقط لم تختلف مشاعرهم في الثلث الثاني من الحمل عن مشاعرهم عندما سمعوا بحدوث الحمل. هذه النتيجة تبيِّن أن مشاعر الزوجين تجاه الحمل تميل إلى التغيُّر عبر الوقت ربما نتيجة للحوار المتبادل والتشارك في الخبرات الذي يتمُّ طوال فترة الحمل.

على كل حال هذا التحوُّل في المشاعر لم ينطبق على كل الأزواج. على الرغم من أنَّ ثلاثة أزواج من الذين كانت لديهم مشاعر مختلفة عند سماع خبر الحمل تشابهت مشاعرهم فيما بعد، إلاَّ أنَّ اثنين من الأزواج الذين كانت لديهم مشاعر متشابهة اختلفت مشاعرهم بعد ذلك. على سبيل المثال ذكر زوجان من هؤلاء الأزواج أنهما صُعقا بخبر الحمل، ولكن الزوجة الآن أصبحت مستغرقة في فكرة الأمومة أما الزوج فكان ما يزال يرى الأمر (غريباً) و(غير حقيقي) وقد اعترف أنه لم (يستوعب الفكرة حتى الآن). مرَّة أخرى هذا الاختلاف في ردَّات الفعل يصب على الشريكين تفهَّم ودعم بعضهما.

توقُّع ردَّات الفعل على خبر الحمل

لماذا يفرح بعض الأزواج لسماع خبر الحمل في حين يستاء أزواجٌ آخرون. كخطوة أولى للإجابة عن هذا السؤال ربطناه بكون الحمل مخطَّطاً له أو غيرَ مخطَّطٍ له. ليس أمراً مفاجئاً أنَّ الأزواج

الذين كانت ردَّات فعلهم بعد سماع خبر الحمل سلبية وحياديَّة هم أكثر شيوعاً بين الأزواج الذين وصفوا الحمل بأنه لم يكن مخطَّطاً له (إمَّا ليس مخطَّطاً له أبداً أو ليس مخطَّطاً له في هذا الوقت).

إن نصف الأزواج الذين اعتبروا الحمل غيرَ مخطَّط له شعروا بمشاعر سلبية أو حيادية ومختلطة، في حين أنَّ هذه المشاعر ذُكرتْ عند أقل من ربع الأزواج الذي خطَّطوا للحمل. على أي حال لم تكن هناك علاقة بين ردَّات الفعل الحالية وكون الحمل مخطَّطاً له أو غيرَ مخطَّط له. كنَّا مهتمِّين أيضاً بمعرفة علاقة ردَّات الفعل تجاه خبر الحمل بالمقاييس التي تقيسُ أداء الأزواج على المستوى الشخصي وعلى مستوى العلاقة بينهما والتي تمَّت الإجابة عن أسئلتها في الطورِ الأوَّل من الدراسة. لقد ركَّزنا بشكل خاص على مقاييس التلاؤم النفسي العام (الاكتئاب، القلق، الشدَّة النفسية) والرضا عن العلاقة والشعور بالأمن بسبب الارتباط. النتيجة الوحيدة بالنسبة للتلاؤم النفسي كانت الارتباط بين تلاؤم الأزواج وردَّات الفعل الأوَّلية عند الزوجات على خبر الحمل: إن الأزواج الذين كانت ليهم مستويات أعلى من الاكتئاب والقلق والشدَّة النفسية كانت ردَّات فعل زوجاتهم أكثر سلبيةً.

إن الروابط بين ردَّات الفعل الأوَّلية على الحمل وتقييمات العلاقة بين الزوجين كانت أكثر وضوحاً سواءً فيما يتعلَّق بالرضا عن العلاقة أو بالشعور بالأمن الذي يسببه الارتباط.

إن الأزواج الذين كانوا أقل سروراً بسماع خبر الحمل هم أولئك الذين كانوا أكثر انزعاجاً من علاقاتهم الزوجية وأكثر شعوراً بعدم الأمان (أي أكثر قلقًا بشأن حبِّ والتزام الطرفِ الآخر).

إن ارتباط ردَّات فعل الزوجات بالعلاقة الزوجيَّة كان أكثر وضوحاً فالزوجات كنَّ أقل سروراً بخبر الحمل عندما كنَّ يشعرن بالانزعاج من العلاقة الحميمة، وعندما كُنَّ هُنَّ أو أزواجهنَّ يشعرن بعدم الرضا عن الزواج، وعندما كُنَّ هُنَّ أو أزواجهنَّ يَشْعُرن بالقلقِ حيال موضوعات الحب والالتزام في علاقاتهنَّ مع أزواجهن.

كتلخيصٍ لهذه النتائج يمكن أن نقول إنَّ المقاييس كانت مرتبطة بردَّات فعل الأزواج الأوَّلية على خبر الحمل وليس بردَّات الفعل الحاليَّة. كما ذكرنا قبل قليل، إن ردَّات الفعل الحالية كانت أقل تنوُّعاً وهذه الحقيقة ربما تفسِّر سبَبَ عدم ارتباطها بأداء الأزواج سواءً على المستوى الشخصي أو على مستوى العلاقة بين الزوجين.

إنَّ ردَّات فعل الأزواج الأوَّلية كانت مرتبطة فقط برضاهم عن الزواج وبشعورهم بالقلق بسبب علاقاتهم الزوجيَّة. أما ردَّات فعل الزوجات فقد ارتبطت بالتلاؤم النفسي لدى الأزواج وبالرضا عن الزواج والقلق بسبب العلاقة الزوجية لديهنَّ ولدى أزواجهنَّ على حدٍّ سواء.

بما أن تقييم ردَّة فعل الأزواج الأوَّلية لخبر الحمل تمَّ بشكلٍ راجع فقط وجب علينا أن نكون منتبهين إلى تأثير أنماط السبب والنتيجة. فمن ناحية قد تنجم بعض المتغيِّرات كالشدَّة النفسية والاكتئاب والقلق عن مشاعر الانزعاج من الحمل ومتطلبات رعاية الطفل القادم.

ومن ناحيةٍ أخرى قد تكون هذه المشاعر هي السبب في الانزعاج الذي قد يشعُر به بعضهم عندما يعلمون أنهم سيصبحون

آباء أو أمَّهات. يبدو أنَّ الزوجاتِ بالتحديد حسَّاساتٍ من مخاوفهنَّ وقلقهنَّ حيال علاقاتهنَّ بأزواجهن ومن مخاوفهنَّ من الحالة العاطفية العامة لأزواجهن.

الخبرات المتعلِّقة بالحمل

يركِّز الجزءُ التالي من المقابلة على الخبرات الحقيقية المتعلِّقة بالحمل. في هذا القسم طلبنا من الزوجات أن يتحدثن عن تقدُّم الحمل ثمَّ دعونا الأزواج لمناقشةِ أيِّ أحداثٍ أو خبراتٍ لم تكن متوقَّعة.

تقدُّم الحمل: الصحة الجسدية والعاطفية

في البداية سُئِلَتْ الزوجات عن كيفيةِ تقدُّمِ حملهنَّ. الإجابة الشائعة (ذُكرت من قبل 57 زوجة) هي أنهنَّ كنَّ يعانين من بعض المشكلات لكن هذه المشكلات كانت ببساطة الصعوبات التقليدية للحمل (كالغثيان الصباحي وتقلُّبات المزاج والتعب والإرهاق والنسيان).

على الرغم من انتشار هذه الصعوبات (التقليدية) إلاَّ أن 28 زوجة قُلنَ إنَّ حملهنَّ مضى بيُسْرٍ وأنهنَّ لم يعانين من أيِّ صعوبة. على الطرف الآخر ذكرت 15 زوجة أنهنَّ عانينَ من مشكلات حادة كالأمراض الخطيرة والقلق والاكتئاب وفي معظم الحالات كانت الأعراض الجسدية والنفسية متلازمة. إحدى الأمهات وصفت تجربتها في الحمل بهذه الطريقة:

لقد كنت أعاني من الدوار الصباحي طوال اليوم منذ الأسبوع السادس للحمل وحتى الأسبوع الثامن عشر. بالنسبة لي كان دوار

الصباح مستمَّراً طوال اليوم، كل يوم وكل ليلة. وكانت هذه الفترة مليئة بالأرق ومسبِّبة للاكتئاب.

تحدَّثت زوجةٌ أخرى عن الشعور الشديد بالغثيان إلى درجة أنها دخلت المستشفى في المراحل المبكِّرة من الحمل عدَّة مرات:

لقد انتهى الأمر بي إلى المستشفى وتلقِّي المحاليل المغذِّية عن طريق الوريد عدَّة مرات إذ كنت أعاني من دوارٍ شديد وفقدت 10 كلغ من وزني. لم يكن باستطاعتي تناول شيءٍ حتى الماء. عندما أُدخلت إلى المستشفى بكيتُ لأنني خفتُ أن يصابَ الطفلُ بأذى وشعرت أن أمراً سيئاً سيحدث.

كما تبين من هذه الأمثلة، فإن الحمل قد يسبب مخاوف ومشكلات غير متوقَّعة لبعض الأزواج. لم يكونوا مهتمين بمعرفة الخبرات الصعبة فقط بل بمعرفة الأمور الأخرى المتعلقة بالحمل والتي لم يكن الزوجان يتوقَّعانها، لذلك سألنا الأزواج عمَّا إذا صادفوا أيّ مفاجآت لها علاقة بتجاربهم مع الحمل.

مفاجآت

على الرغم من أنَّ الكثير من الأزواج كانوا قد خطَّطوا لإنجاب الطفل الأوَّل فإنَّ جميعهم تقريباً ذكروا أمراً واحداً أو أمرين كوّنا مفاجأة بالنسبة لهم فيما يتعلق بتجربة الحمل. معظم هذه الأمور كانت إيجابية (سارة) أو حيادية.

المفاجآت السارة أو الحيادية: كان الجواب الأكثر شيوعاً هو أن الزوجات تفاجأن بعدد التغيُّرات الجسدية التي أحدثها الحمل

(ذُكر هذا التعليق من قبل 47 من الأزواج). بعبارة أخرى كان الأزواج يركِّزون على التغيُّرات التي حَدثت في أجسادِ الزوجات. إن التعليقات التي عبَّرتْ عن المفاجأة من حجم التغيُّرات الجسدية كانت شائعة مثل (الأمرُ ليس أنك تصبحين بدينة فقط!) (لقد فوجئتُ بالتغيُّرات التي يُحْدِثها الحمل إنه تغيُّرٌ كامل وبعض الأمور لا يتوقَّعها الإنسان أبداً) كثيرٌ من الأزواج تحدَّثوا عن تغيُّراتٍ في الحواس وخصوصاً حاسة الشم وحاسة الذوق. على سبيل المثال، ذكرتْ بعضُ الزوجات أنهنَّ لم يُعُدن قادرات على تذوق القهوة وذكرتْ أخرياتٌ أنهنَّ لم يَعُدْنَ قادراتٍ على التعامل مع اللحم النيئ بسبب ارتفاع حساسيَّة الشم عندهنَّ. إحدى الزوجات لخَّصت التغيُّرات التي شعرتْ بها بالشكل الآتي:

ما فاجأني هو كثرة الأشياء التي أصبحتُ لا أريد أكلها أو لا أستطيع أَكْلَها وكثرة الروائح التي أصبحتُ لا أطيقُها كما فاجأتني الركلات الكثيرة التي كان الطفل يقوم بها.

من بينِ كثيرٍ من الأزواج تحدَّث كُلٌّ من الرجال والنساء عن هذه التغيُّرات الجسدية لكنَّ النساء كنَّ أكثر ذِكْراً لها. من السهل فهم هذه النتيجة إذا أخذنا بعينِ الاعتبار أنَّ النساء على صلةٍ شخصية ومباشرة بهذه التغيُّرات. في الحقيقة ربما شعر بعض الأزواج أنه ليس منْ شأنهم الحديث عن هذه الموضوعات أو أنَّ الملاحظات عن التغييرات الجسدية قد تبدو سلبية وناقدة.

الملاحظة الثانية الأكثر شيوعاً كانت حول شعور الأزواج بالإعجاب من فكرةِ تكوُّن (حياةٍ جديدة). بعبارةٍ أخرى فوجئ كثيرٌ

من الزوجات عندما أدركن أنهنَّ كنَّ وسيلةً لخلقِ إنسانٍ جديد وأن هذا الإنسان كان ينمو ويتطوَّر داخل أحشائهن. أُثيرَ هذا الموضوع من قبل 30 من الأزواج وتساوى الرجال والنساء في الحديثِ عنه. إضافة إلى ذلك، وكما يبيِّنُ التعليقُ الآتي، فإن الشعور بالإعجاب من تكوُّنِ الطفل الجديد ساعد على توحيد الزوجين وعلى إشعارهما بأنَّ كلاهما شارك في الحمل:

لقد كان أمراً مثيراً بالنسبة لي عندما رأيتُ الطفل بالتصوير بالأمواج فوق الصوتية لأوَّل مرَّة. عندما رأيتُ الطفل وسمعتُ دقاتِ قلبه قلتُ لنفسي (أوه، نعم، إنني جزءٌ من هذا) ولم يكن لديَّ هذا الشعور من قبل.

كذلك عبَّرت إحدى الزوجات عن تفاجُئها بإعجابِ زوجها بالطفل القادم:

لقد فوجِئْتُ بمدى اهتمامه وإثارته بالطفل، وبمدى تغيُّره بسبب ذلك! لقد كانَ يتحسَّسُ بطني كلَّما جاءَ من العمل ويتحدَّثُ إلى الطفل أحياناً «متى ستخرجُ إلى هذا العالم؟».

ذكر 25 من الأزواج أنهم فُوجِئوا بالسرور الذي شعروا به بسبب تجربة الحمل. أي أن الرجال والنساء ذكروا أنَّ النساء قد شعرنَ بمشاعر إيجابية غير متوقَّعة أو أنهنَّ كنَّ في «قمَّةِ الصحة والنشاط». على سبيل المثال، ذكرت إحدى الزوجات أنَّها تمتَّعتْ بكونها حاملاً ووافق زوجها على هذا التعليق قائلاً «إنها تمرُّ بمرحلةٍ مبهجةٍ من مراحل حياتها» بالنسبة إلى 22 من الأزواج كان

حجم المساعدة والدعم اللذين حصلا عليهما من الآخرين هو المفاجأة السارة. هذا الدعم كان عاطفياً في بعضِ الأحيان (كردَّةِ الفعل الإيجابية جدّاً التي أبداها بعضهم على خبر الحمل) ومادياً في أحيانٍ أخرى (كتقديم ملابس للأطفال وغيرها من حاجات الطفل). عبَّرت إحدى الأمَّهات عن ذلك بقولها:

بعد أن أصبحتُ حاملاً كلُّ النسَاء يُردنَ رؤيتي والاطمئنان عليّ. والناس الذين لديهم أطفال يحرصون على رؤيتي أكثر من غيرهم. لقد أبدى الآخرون كثيراً من الكرم وأهدونا الملابس والألعاب والأماني والأفكار الجيِّدة. لقد أدهشني ذلك.

غالباً ما كان موضوع المساعدة والدعم يُذكر من قبل الزوجين معاً ولكن عندما كان يُذكر من قِبَلِ طَرَفٍ واحد فقد كانت الزوجات في كل الحالات تقريباً هنَّ اللواتي يذكرنه. إنَّ كونَ النساء قد أعطينَ أهميَّةً للدعم الاجتماعي أكثر من الرجال ربما يعود إلى سببين: أولاً، أن الحمل يسبب أعباءً وصعوباتٍ مباشرة على النساء أكثر من الرجال. ثانياً، إن النساء غالباً ما يركزِّن على الدعم العاطفي والحميمية أكثر مما يفعل الرجال وبالتالي فهنَّ أكثر إدراكاً لدور الدعم الذي توفِّره العلاقات.

المفاجآت غير السارَّة: على كل حالٍ لم يذكر جميعُ الأزواج أنَّ الحمل جلبَ لهم مفاجآت (سارَّة). ذكر ثلاثة عشر من الأزواج أنَّهم فوجئوا عندما تعلَّموا الأمور التي يمكن أن لا تسيرَ على ما يُرام وأنَّ ذلك كوّن مصدرَ قلقٍ بالنسبة لهم. عبَّر أحد الآباء عن ذلك

بقوله «لقد كنت أتوقع معظم الأمور ما عدا الأمور التي يمكن ألاّ تسير كما يرام وقد أشعرني ذلك بالقلق».

إن معظم المخاوف ركَّزت على احتمال فقد الوليد وخصوصاً أنَّ المرحلة المبكِّرة من الحمل هي الأكثر خطورة. إحدى الزوجات على سبيل المثال تحدثت عن عمق مخاوفها من الأمور التي يمكن ألاّ تسير على ما يُرام. ذكر زوجان آخران أنهما لن يشعرا بالراحة حتى يكبر الجنينُ إلى درجةٍ يصبحُ فيها قادراً على الحياةِ إذا ولد مبكِّراً هذا يعني أنهما لن يستريحا حتى يبلغ الجنينُ الأسبوع الثاني والثلاثين من عمره!

على الرغم من أنَّ المخاوف في المرحلة المبكَّرة من الحمل كانت كبيرة جداً إلاَّ أن بعض الأزواج تحدَّثوا عن مخاوفَ أقل من الأمور التي يمكن ألاّ تسير على ما يُرام. في الحقيقة ذكرتْ بعضُ الزوجاتِ أنهنَّ حصلن على بعضِ المعلومات المغلوطة من (قصص الزوجات القديمات) على سبيل المثال، ذكرت إحدى الزوجات أنَّها أخبرت أنَّ عليها ألاّ ترفع يديها كثيراً إلى الرفوف العليا لأنَّ ذلك يسبب اختناق الطفل بالتفاف الحبل السرِّي حوله.

المفاجآت غير السارة الأخرى التي ذكرها بعض الأزواج كانت عدم تلقي الدعم الكافي من الآخرين أو بعض التجارب السلبية في تفاعلهم مع الآخرين. تحدَّثَ تسعةٌ من الأزواجِ عن هذا الموضوع. على سبيل المثال تحدَّثت إحدى النساء عن ضيقها من تعليقات الآخرين على مظهرها مثل «انتبهي، ارفعي كتفيك وامشي بهذه

الطريقة». وعبَّرتْ امرأةٌ أُخرى عن انزعاجها من ميلِ الناس إلى انتقادها والتدخل في شؤونها.

إنني منزعجةٌ جداً من إلحاحهم «لا ترفعي هذا الشيء» «لا يمكنك فعل ذلك» «يجب ألاّ تفعلي هذا» وأنا أقول لنفسي «أستطيع القيام به ما دمتُ قادرة على ذلك فقط دعوني وشأني!».

من المثير للاهتمام أن نلاحظ أنَّ هذه التعليقات عن التفاعلات السلبية مع الآخرين تتناقض مع التعليقات التي تحدثنا عنها سابقاً والتي تعبِّر عن المفاجأة بمستويات الدعم العالية التي حظي بها الزوجان. من الواضح أن استجابات الآخرين مهمَّة طوال فترة التلاؤم تلك وهذه النتائج تبيِّن الخبراتِ المختلفة للأزواج بهذا الشأن. حتى التعليقات والنصائح التي تكون بنيَّةٍ حسنة قد تكوِّن مصدراً للقلقِ والتوتر كما في حالة السيِّدة التي أُخبرت أنَّ عليها ألاّ ترفع يديها للوصول إلى الأشياء العالية. أيضاً هنا، كما في حالةِ التعليقات على الدعم، كانت الزوجات أكثر ميلاً من الرجال إلى الحديث عن نقص الدعم من الآخرين.

خطط الولادة وما بعد الولادة

وأخيراً كنَّا مهتميِّن بمعرفةِ خطط الأزواج عن المستقبل أي عن خياراتهم المتعلِّقة بالولادةِ نفسها، وعن الكيفيَّة التي سيوفِّقون بها بين متطلبات الأبَّوة أو الأمومة ومهنهم، وعن خططهم بشأنِ إنجابِ مزيدٍ من الأطفال.

كانت خطط الأزواج بشأن الولادة تقليدية بشكلٍ عام. أي أن كل الأزواج تقريباً خططوا للولادة في المستشفى. ستَّة أزواجٍ من البقيَّة اختاروا الولادة في مركزٍ للولادة وزوجان فقط اختارا الولادة في المنزل.

فيما يتعلَّق بالتوفيق بين متطلبات الطفل الجديد والمهنة سألنا الرجال والنساء عن خططهم المتعلِّقة بأخذ إجازة قبل وبعد الولادة. تخلَّت عشر نساء عن وظائفهنَّ مدفوعة الأجر وهنَّ في الثلث الثاني من الحمل استعداداً للولادة. ثنتان من النساء كنَّ يعملن في المنزل ولم يجدن ضرورةً لأخذ إجازة وستٌّ نساء كنَّ يدرسن ولا يعملن. من النساء اللواتي كُنَّ يعملن، خمس نساءٍ فقط قلن إنهنَّ لا يخطِّطنَ لأخذ إجازةٍ استعداداً للولادة. بقيَّة النساء كُنَّ يخطِّطنَ لأخذ إجازات تتراوح ما بين أسبوع إلى 14 أسبوعًا. معظم النساء خطَّطن لأخذ إجازاتٍ تتراوح ما بين 4 إلى 6 أسابيع (34 من الزوجات كنَّ يخطِّطنَ لأخذ إجازاتٍ ضمن هذا المجال).

إنَّ خُطَطَ الزوجاتِ للعمل خارج المنزل بعد الولادة تنوَّعت كثيراً. ذكرت 16 زوجة أنهنَّ لا يُخطِّطْنَ للعودة إلى العمل في المستقبل المنظور وذكرت 21 زوجةً أنهنَّ يخطِّطن لممارسة عملٍ بدوامٍ كامل في حين أن 60 زوجة كُنَّ يُخطِّطن لدوامٍ جزئي أو للعمل بشكلٍ مؤقَّتٍ. من بين اللواتي خطَّطن للعودة إلى العمل كانت فترة الإجازة بعد الحمل تتراوح ما بين أربعة أسابيع إلى عامٍ ونصف وكانت معظم الإجابات هي فترة عام واحد (22 زوجة خطَّطنَ لأخذ إجازةٍ مدة عام).

بما أن الرجال يميلون بشكلٍ متزايد إلى المشاركة في العناية بأطفالهم فقد كنّا مهتميِّن أيضاً بمعرفة خُطَطِ الرجالِ للموازنة بين العمل ورعاية الأطفال. في العينة التي درسناها لم يكن أحدٌ من الرجال يخطِّطُ لأخذِ إجازةٍ قبل ولادة الطفل (لم يُطرح هذا الموضوع مع تسعةٍ من الرجال لأنهم لم يكونوا في ذلك الوقت موظفين في عملٍ مدفوع الأجر).

ذكر 31 من الرجال أنهم يخطِّطون لأخذِ إجازةٍ من العمل بعد الولادة ولكن لفترة قصيرة بشكلٍ عام، إذ كانت تتراوح بين أسبوعٍ واحد وثمانية أسابيع. من الواضح أن الأزواج في هذه الدراسة كانوا ينظرون بشكلٍ عام على أنَّ الزوجات هنَّ الأساس في تقديم الرعاية للطفل.

سؤالنا الأخير في هذه المقابلة كان حول خطط الأزواج لإنجابِ مزيدٍ من الأطفال. مع إدراكنا بأنَّ هذه الخطط تتغيَّر مع الوقت إلاَّ أننا كنَّا مهتميِّن بمعرفةِ آراء الأزواج حول مستقبل عائلاتهم.

إن الغالبية العظمى كانت تخطِّط لإنجابِ مزيدٍ من الأطفال وكان الزوجان في كل الحالات تقريباً متفقان على هذا الموضوع. اعتماداً على ما ذكرته الزوجات فإن 73 من الأزواج قالوا إنهم يريدون بشكلٍ قاطع إنجابَ مزيدٍ من الأطفال وكان 14 من الأزواج غير متأكدين من رغبتهم في مزيدٍ من الأطفال في حين أن 5 من الأزواج قالوا إنهم لا يريدون مزيداً من الأطفال.

خلاصة

بالنظر إلى خُطَطِهم للولادة وأدوارهم في تدبر شؤون المنزل وتأمين الدخل فإن الأزواج في هذه الدراسة كانوا تقليديين بشكلٍ عام. في المقابل بيَّنت هذه المقابلة اختلافات واسعة في طريقةِ تعاملهم مع الحمل وإنجاب الطفل الأوَّل. بالنسبة للبعض كان الحمل أمراً مخطَّطاً له بشكلٍ جيِّد وفي وقت يتناسب مع أهداف الزوجين العلمية والمهنية ومع شعورهما العام بأن العلاقة بينهما قد أصبحت جاهزة لإنجاب الطفل الأوَّل. بالنسبة للبعض الآخر لم يكن الحمل أمراً مخطَّطاً له وفي بعض الحالات كان أمراً مزعجاً إلى حَدٍّ كبير. تماشياً مع نظرتنا إلى مرحلة الانتقال إلى الأبوَّة أو الأمومة بيَّنت هذه الدراسة أنَّ الأزواج الذين يشعرون بالأمان والرضا في علاقاتهم أكثر قدرةً على التلاؤم مع هذه المرحلةِ من حياتهم. كذلك تنوَّعت الخبرات المتعلِّقة بالحمل تنوُّعاً كبيراً. بعض الأزواج ذكروا أن سهولة الحمل والدعم الذي تلقَّوه من الآخرين كان مفاجأةً سارةً لهم في حين عانى بعضهم الآخر من مشكلات حادَّة لها علاقة بالصحة الجسدية والعاطفية.

في الفصل الآتي، سوف نتعمَّقُ أكثر في استعراض خبرات الأزواج المتنوِّعة وسوف نركِّز هذه المرَّة على الأسابيع الأولى بعد إنجاب الطفل.

openkanal.com