



آسیب‌های تک‌فرزندی
به سلامت فرزند، والدین و جامعه

گردآوری و تألیف: دکتر نوذر نخعی، استاد پزشکی اجتماعی

سرشناسه	: نخعی، نوذر، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: آسیب‌های تک فرزندی به سلامت فرزند والدین و جامعه / گردآوری و تألیف نوذر نخعی.
مشخصات نشر	: کرمان: مه‌رثا، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	: ۷۶ ص.: مصورارنگی)، نمودار.
شابک	: ۷-۶-۹۸۶۱۹-۹۷۸-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: کودکان یگانه
	: Only child
	: کودکان یگانه -- روان‌شناسی
	: Only child -- Psychology
	: والدین و کودک
	: Parent and child
	: ۳/HQ۷۷۷
رده بندی کنگره	: ۱۵۵/۴۴۲
رده بندی دیویی	: ۹۰۱۲۷۴۵
شماره کتابشناسی ملی	: فیبا
اطلاعات رکورد کتابشناسی	

آسیب‌های تک‌فرزندی به سلامت فرزند، والدین و جامعه

- گردآوری و تألیف: دکتر نوذر نخعی
- صفحه‌آرا: اسماء وصال طلب راوری
- نوبت چاپ: پنجم / ۱۴۰۱
- تیراژ: ۳۰۰۰ جلد
- ناشر: انتشارات مه‌رثا
- مدیر هنری و اجرایی: محمدمهدی کاربخش راوری
- چاپ و صحافی: نفیس گستر باراد
- شابک: ۷-۶-۹۸۶۱۹-۹۷۸-۶۲۲-۹۷۸
- قیمت: ۲۷۵۰۰ تومان



نشانی: کرمان، بلوار کشاورز، نیش کوچه
شماره ۹، مجتمع تجاری اداری فولاد
کرمان (افق)، طبقه دوم، واحد ۲۲
تلفن: ۲ - ۳۲۱۲۵۷۹۱ - ۳۴

پیش‌گفتار.....	۵
مقدمه.....	۹

آسیب‌های تک‌فرزندی به خودِ فرزند / ۱۲

۱- افزایش احتمال بروز پیش‌زمینه‌های دیابت، سکته قلبی و سکته مغزی (سندرم متابولیک).....	۱۳
۲- افزایش احتمال بروز مشکلات حرکتی.....	۱۶
۳- افزایش احتمال بروز روماتیسم مفصلی جوانان.....	۱۸
۴- افزایش احتمال کوتاهی قد.....	۲۰
۵- طول عمر کوتاه‌تر.....	۲۲
۶- افزایش احتمال چاقی.....	۲۴
۷- افزایش احتمال بیماری‌هایی همچون تب، سرماخوردگی و اسهال.....	۲۶
۸- افزایش احتمال ابتلا به اختلالات شخصیتی.....	۲۸
۹- افزایش احتمال وقوع اختلالات گفتاری در کودک.....	۳۰
۱۰- کم‌تر بودن آمادگی جسمانی و تناسب اندام.....	۳۲
۱۱- بالاتر بودن احتمال مشکلات سلامت روان و تاب‌آوری کمتر در کودکان تک‌فرزند.....	۳۴
۱۲- افزایش احتمال علایم افسردگی و اضطراب در دانشجویان و دانش‌آموزان تک‌فرزند.....	۳۶
۱۳- افزایش احتمال مشکلات عاطفی و مشکلات رفتاری در کودکان دبستانی تک‌فرزند.....	۳۸
۱۴- کم‌تر بودن نمره شاخص‌های تکامل دوران کودکی و آمادگی برای مدرسه.....	۴۰
۱۵- احتمال افزایش طول محوری چشم و نزدیک‌بینی.....	۴۲

آسیب‌های تک‌فرزندی به سلامت والدین / ۴۴

- ۱۶- افزایش احتمال ابتلا به بیماری‌های مزمن جسمی و روانی در والدینی که تک‌فرزند خود را از دست داده‌اند..... ۴۵
- ۱۷- دلهره و نگرانی مستمر از احتمال مرگ تک‌فرزند در زمان حیات والدین..... ۴۷
- ۱۸- محدودیت افراد تک‌فرزند در رسیدگی به پدر و مادر سالمند..... ۴۹

آسیب‌های اجتماعی و سایر مشکلات اجتماعی ناشی از تک‌فرزندی / ۵۲

- ۱۹- افزایش احتمال طلاق در سنین بزرگسالی..... ۵۳
- ۲۰- افزایش احتمال ارتکاب به جرائم خشونت‌آمیز در پسران تک‌فرزند..... ۵۵
- ۲۱- بالاتر بودن احتمال انحرافات اخلاقی و جنسی..... ۵۷
- ۲۲- افزایش احتمال اعتیاد به گوشی هوشمند..... ۵۹
- ۲۳- ضعیف‌تر بودن عملکرد تحصیلی..... ۶۲
- ۲۴- تغییر در برخی شاخص‌های رفتاری در سطح جامعه..... ۶۴
- ۲۵- کم‌شدن احتمالی میانگین ضریب هوشی جامعه..... ۶۷
- ۲۶- تأثیر منفی تک‌فرزندی بر سرمایه اجتماعی..... ۶۹

«پیش‌گفتار

تحقیقات در آمریکا و اروپای غربی نشان می‌دهد که با یک روند افزایشی، حدود یک‌چهارم تا نیمی از خانواده‌های غربی تک‌فرزند شده‌اند که دو علت اصلی برای این پدیده ذکر می‌شود؛ تأخیر در فرزندآوری و مشغولیت ذهنی پیرامون هزینه‌ها از جنبه‌های گوناگون و این در حالیهست که خانواده‌ها در این تصمیم‌گیری، اطلاع کافی از مشکلات و تبعات تک‌فرزندی ندارند. در سخنرانی‌های متعددی که در طول سال‌ها در سراسر کشور داشتم، بارها بعد از اتمام سخنرانی این جمله را از والدین عزیز شنیده‌ام که کاش زودتر از این به ما در مورد عواقب تک‌فرزندی می‌گفتند! همین امر سبب شد که دومین کتاب خود را پیرامون آسیب‌های تک‌فرزندی به رشته تحریر درآورم.

در حال حاضر افزایش سریع خانواده‌های تک‌فرزند به یک دغدغه برای بسیاری از صاحب‌نظران تبدیل شده است.^۱ عوارض تک‌فرزندی

1. Pickhardt CE. The future of your only child: How to guide your child to a happy and successful life. St. Martin's Press; 2008 Mar 4.

چه از بعد فردی، چه اجتماعی و چه از منظر جمعیت‌شناسی سبب شد که دولت چین سیاست محدود کردن خانواده‌ها را به یک فرزند، در سال ۲۰۱۶ میلادی به دو فرزند تغییر دهد. به دنبال آن با توجه به عمق مشکلاتی که این کشور با آن‌ها مواجه شد، به رغم برخورداری از جمعیت ۱,۴ میلیارد نفری، در سال ۲۰۲۱ دولت چین رسماً سیاست سه فرزند را اعلام کرد.^۱

مطالعات نشان می‌دهد که آمار تک‌فرزندی در خانواده‌های ایرانی رشد فزاینده‌ای به خود گرفته است^{۳,۲} و میل به داشتن یک فرزند در نسل جدید رو به افزایش است، لذا آگاهی آنان از عواقب و آسیب‌هایی که تک‌فرزندی ایجاد می‌کند، بسیار مهم و ارزشمند است. از حدود ۱۰ سال قبل که نگارش کتاب «مشکلات و تبعات تک‌فرزندی» را به پایان رساندم، مقالات متعددی در خصوص آسیب‌های تک‌فرزندی

1. Lin S, Chen BB, Falbo T, Fong CJ, Guo J. Chinese Only Children: Advantaged or Disadvantaged?. *Frontiers in Psychology*. 2021;12.

۲. شجاعی، عرفانی، امیر. روند و الگوی تک‌فرزندی در ایران. فصل‌نامه علوم اجتماعی. دوره ۲۶، شماره ۸۵، شهریور ۱۳۹۸، صفحه ۸۹-۱۰۵.

۳. نخعی، نوذر. اطلس باروری استان کرمان. چاپ اول. تابستان ۱۴۰۱.

به دنیای علم افزوده شده است. در این کتاب جدید سعی کردم با رویکردی نوین و بسیار فشرده، آسیب‌های تک‌فرزندی را با افزودن منابع جدیدتر، به کارشناسان و خانواده‌های عزیز یادآوری کنم. تمامی منابع مورد استفاده به صورت زیرنویس در همان صفحه آمده است. امیدوارم مفید فایده واقع شود.

از هنرمند ارجمند جناب آقای صالح رزم‌حسینی که اکثر کاریکاتورهای این کتاب اثر هنری ایشان است، تشکر می‌کنم. از همسر و فرزندانم نیز که همیشه همراه، همگام و سنگ صبور من بوده‌اند، صمیمانه قدردانی می‌نمایم.

نوذر نخعی

استاد پزشکی اجتماعی

مرکز تحقیقات مدیریت خدمات سلامت

مرکز مطالعات راهبردی خانواده و جوانی جمعیت

دانشگاه علوم پزشکی کرمان

«مقدمه

در کتاب «تکامل اجتماعی دوران کودکی» وجود خواهر و برادر در خانواده به یک آزمایشگاه طبیعی و عملی تشبیه شده است. در این آزمایشگاه، کودکان یاد می‌گیرند چگونه با هم‌سن‌وسال‌های خود ارتباط برقرار کنند، چگونه از پس اختلافات برآیند و چگونه احساسات و افکار دیگران را بفهمند و درک کنند. خواهر و برادر بستر امنی را فراهم می‌آورند که در آن کودکان به صورت طبیعی می‌آموزند چگونه موافقت یا مخالفت خود را ابراز و چگونه هیجانات مثبت و منفی خود را تنظیم کنند. ورود به مرحله بزرگسالی بدون گذر از این آزمایشگاه طبیعی، فرصت‌های مهمی را از انسان می‌گیرد.^۱

صاحب‌نظران به صراحت بیان می‌کنند، فرزندانِ عمو، خاله، دایی، عمه و بچه‌های مهد کودک و هم‌کلاسی‌های مدرسه، هیچگاه خلأ

1. Howe N, Paine AL, Ross HS, Recchia H. Sibling relations in early and middle childhood. The Wiley-Blackwell handbook of childhood social development. 2022 Apr 5:44358-.

خواهر و برادر را پر نمی‌کنند، حتی اگر مرتب با آن‌ها در تماس باشند.^۱ شاید به دلایل فوق باشد که انجمن جامعه‌شناسان چین نسبت به تغییرات رفتاری جامعهٔ چین به دلیل افزایش تعداد تک‌فرزندها هشدار می‌دهد^۲ و حتی پیش‌بینی می‌کنند رفتارهای مردم چین در آینده نزدیک به‌طور غیرمنتظره‌ای تغییر خواهد کرد و از آن به عنوان بمب ساعتی رفتاری یاد می‌کنند.^۳

اکثر مطالعات تک‌فرزندی در کشور چین و اروپای غربی صورت پذیرفته است. در مطالعات پیرامون تک‌فرزندی، عمدتاً به مضرات و آسیب‌های آن پرداخته شده است. اگرچه مقالاتی نیز وجود دارند که تک‌فرزند را متفاوت از بقیه نمی‌دانند، ولی تعداد این مقالات محدود است و هم‌چنین مجلاتی که این چنین مقالاتی را چاپ کرده‌اند، اکثراً از درجه اعتبار بالایی برخوردار نیستند. به‌طور کلی مقالاتی که

1. Cameron L, Erkal N, Gangadharan L, Meng X. Little emperors: behavioral impacts of China's One-Child Policy. Science. 2013 Feb 22;339(6122):9537-.

2. One-child policy. https://en.wikipedia.org/wiki/One-child_policy

3. Little emperor syndrome. https://en.wikipedia.org/wiki/Little_emperor_syndrome

تمام ابعاد تک‌فرزندی را در کنار هم بررسی کرده‌اند، اذعان می‌دارند که مضرات تک‌فرزندی بر فواید آن می‌چربد و فرد تک‌فرزند دچار عوارضی می‌شود که تا پایان عمر با او خواهد بود.^۱

در این کتاب سعی شده است بر اساس جدیدترین مطالعات و منابع علمی؛ آسیب‌هایی که پدیده تک‌فرزندی به خود فرزند، به والدین او و به کلان جامعه وارد می‌آورد، تشریح شود.

1. Krynen C. The rise of single-child families: Psychologically harming the child. Intuition BYU Undergrad J Psychol. 2011;7:10-4.

آسیب‌های تک‌فرزندی به خودِ فرزند

۱- افزایش احتمال بروز پیش‌زمینه‌های دیابت، سکتۀ قلبی و سکتۀ مغزی (سندرم متابولیک)

سندرم متابولیک به مواردی اطلاق می‌شود که فردی سه علامت از پنج علامت زیر را داشته باشد:

چاقی شکمی، بالابودن فشار خون، بالابودن قند خون، بالابودن تری‌گلیسرید خون و بالابودن کلسترول.

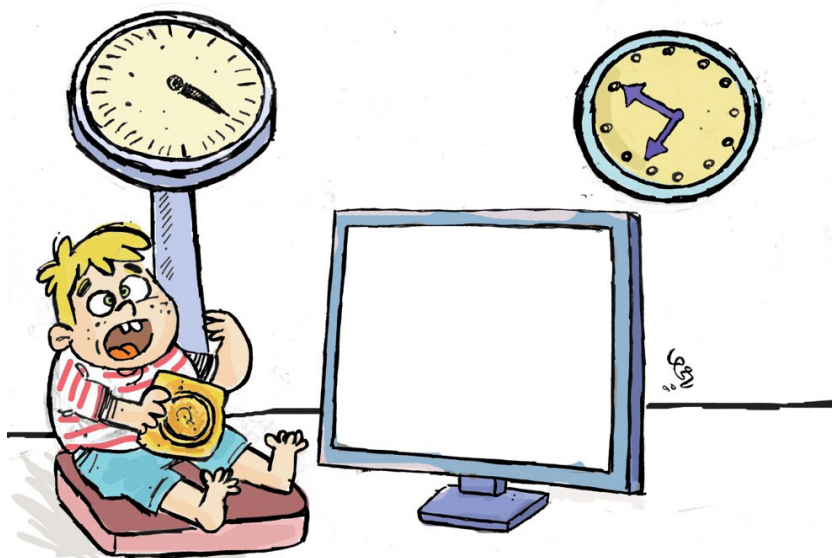
کسی که دچار این عارضه باشد، احتمال ابتلا به دیابت و سکتۀهای قلبی و مغزی در او افزایش می‌یابد.

در مطالعه^۱ ۱۱۷۸۴ کودک و نوجوان در چین مشاهده شد که شیوع سندرم متابولیک و هر یک از اجزای آن در تک‌فرزندها بیشتر از سایرین است.^۱ در مطالعه‌ای در فنلاند نیز دیده شد که تک‌فرزندها در بزرگسالی با احتمال بیشتری دچار پرفشاری خون می‌شوند،^۲

1. Chen M, Li Y, Chen L, Gao D, Yang Z, Ma Y, Ma T, Dong B, Dong Y, Ma J, Hu J. Associations Between Single-Child Status and Metabolic Syndrome in Children and Adolescents in China. *Frontiers in Pediatrics*. 2021;427.

2. Pihlman, J., Magnussen, C.G., Rovio, S.P., Pahkala, K., Jokinen, E., Laitinen, T.P., Hutri-Kähönen, N., Tos-savainen, P., Taittonen, L., Kähönen, M. and Viikari, J.S., 2021. Association between number of siblings and cardiovascular risk factors in childhood and in adulthood: The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *The Journal of Pediatrics*, 237, pp.87-95.

لذا می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت در تک‌فرزندها هنگامی که به سن بزرگسالی می‌رسند، بیشتر از دیگر افراد جامعه است.



احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی و دیابت در تک‌فرزندها هنگامی که به سن
بزرگ‌سالی می‌رسند، بیشتر از افراد دیگر جامعه است.

۲- افزایش احتمال بروز مشکلات حرکتی

با این پیش‌فرض که کودکان تک‌فرزند به علت نداشتن خواهر و برادر در خانه، تحرک قابل توجهی ندارند، در مطالعه ۱۶۱ کودک پیش‌دبستانی در کشور پرتغال، تکامل حرکتی و قابلیت‌های حرکتی کودکان تک‌فرزند با کودکان دارای خواهر و برادر مقایسه شد.^۱ در این تحقیق به این نتیجه رسیدند که مهارت‌های حرکتی در کودکان تک‌فرزند تا حدی ضعیف‌تر است. مهارت‌هایی از جمله چابکی، پریدن و بازی با توپ. امکان تشدید شدن این ضعف‌ها با افزایش سن وجود دارد.

1. Rodrigues LP, Luz C, Cordovil R, Mendes R, Alexandre R, Lopes VP. Siblings' Influence on the Motor Competence of Preschoolers. Children. 2021 Mar 8;8(3):204.



مهارت‌های حرکتی در کودکان تک‌فرزند تا حدی ضعیف‌تر است.

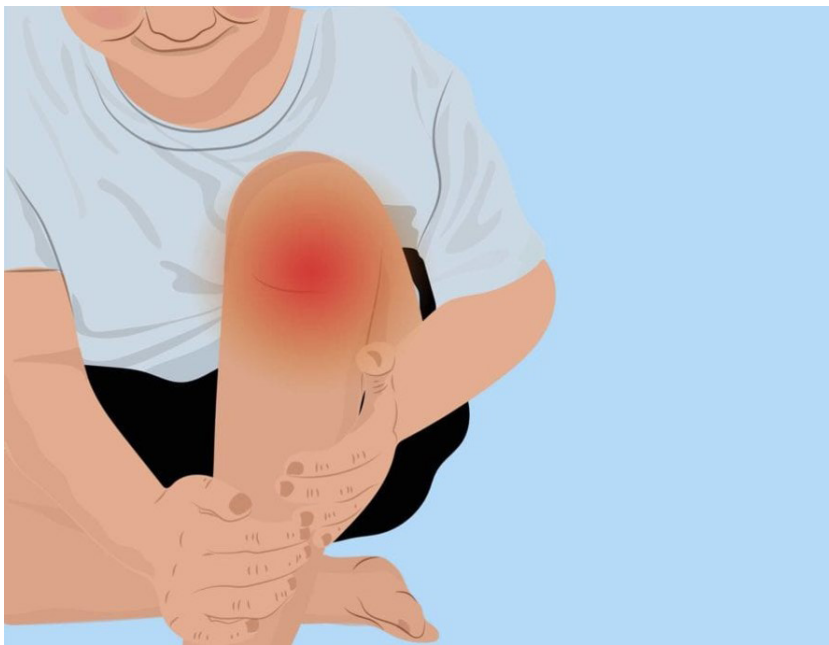
مهارت‌هایی از جمله چابکی، پریدن و بازی با توپ.

۳- افزایش احتمال بروز روماتیسم مفصلی جوانان

روماتیسم مفصلی جوانان، شایع‌ترین بیماری روماتیسمی کودکان و نوجوانان است که قبل از ۱۶ سالگی با درد و ورم مفاصل بروز می‌کند و ممکن است سال‌ها بماند.

در مطالعه‌ای بر روی ۹۷۸ کودک استرالیایی نشان داده شد که احتمال وقوع این بیماری در کودکان تک‌فرزند ۱,۶ برابر دیگران است. دلیل احتمالی آن را مواجهه کمتر تک‌فرزندها (به علت کم‌تعدادبودن افراد خانه) با میکروب‌ها می‌دانند که سبب می‌شود سیستم ایمنی آن‌ها قدرت لازم در برابر برخی بیماری‌های خود ایمن را نداشته باشد.^۱

1. Palman J, Shoop-Worrall S, Hyrich K, McDonagh JE. Update on the epidemiology, risk factors and disease outcomes of Juvenile idiopathic arthritis. Best Practice & Research Clinical Rheumatology. 2018 Apr 1;32(2):20622-.



احتمال وقوع روماتیسم مفصلی جوانان در کودکان تک‌فرزند ۱,۶ برابر دیگران است.

۴- افزایش احتمال کوتاهی قد

در یک مطالعه که در هلند بر روی ۳۸۹۲۸۷ نوجوان ۱۸ ساله آلمانی تبارِ آمادۀ سربازی انجام شد، داده‌های مربوط به قد این افراد، مورد تحلیل قرار گرفت. محققان چنین نتیجه‌گیری کردند که پسران تک‌فرزند در قیاس با پسرانی که خواهر و برادر داشتند، در بدو ورود به سربازی قدشان، کوتاه‌تر بود.^۱

در مطالعه‌ی مشابهی که در کشور سوئد انجام شد، نتایج مشابه به دست آمد.^۲

1. Stradford L., van Poppel F, Lumey LH. Can resource dilution explain differences in height by birth order and family size? A study of 389,287 male recruits in twentieth-century Netherlands. *The History of the Family*. 2017 Jul 3;22(235-214):3-.

2. Keenan K, Barclay K, Goisis A. Health outcomes of only children across the life course: An investigation using Swedish register data. *Population studies*. 2022 Feb 1:120-.



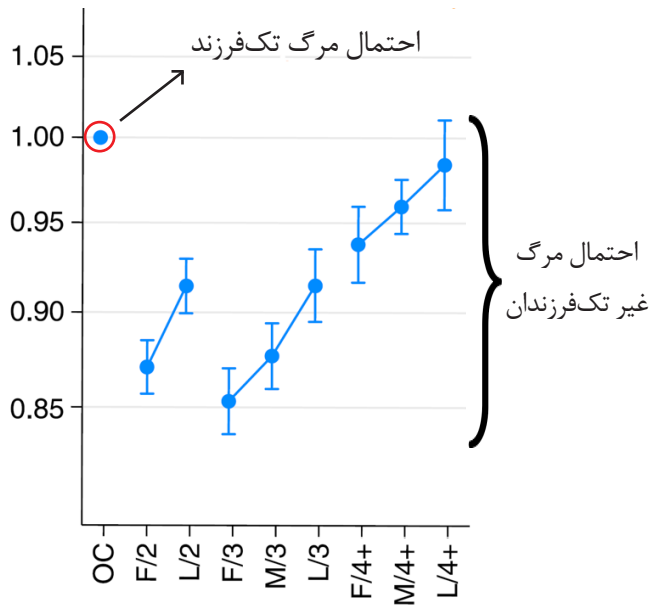
پسران تک‌فرزند در قیاس با پسرانی که خواهر و برادر داشتند،

در بدو ورود به سربازی قدشان، کوتاه‌تر بود.

۵- طول عمر کوتاه‌تر

در مطالعه داده‌های مربوط به ساکنان کشور سوئد که بین سال‌های ۱۹۶۰ تا ۲۰۱۷ فوت کرده بودند، کلیه کسانی که بعد از ۵۰ سالگی فوت کرده، مورد تحلیل آماری از نظر احتمال زنده ماندن پس از سن ۵۰ سالگی قرار گرفتند؛ به این ترتیب داده‌های مربوط به یک میلیون و ۹۱۰ هزار نفر وارد تحلیل آماری شدند. نتایج نشان داد که در افرادی که تک‌فرزند هستند، اعم از زن یا مرد، اگر به سن ۵۰ سالگی برسند، باقی‌مانده طول عمرشان کوتاه‌تر است. به بیان دیگر؛ احتمال مرگ آن‌ها بعد از سن ۵۰ سالگی از کسانی که خواهر و برادر دارند، بیشتر می‌شود.^۱

1. Keenan K, Barclay K, Goisis A. Health outcomes of only children across the life course: An investigation using Swedish register data. Population studies. 2022 Feb 1:120-.



احتمال مرگ تک‌فرزندها بعد از سن ۵۰ سالگی از کسانی که

خواهر و برادر دارند، بیشتر می‌شود.

۶- افزایش احتمال چاقی

در یک مطالعه با حجم نمونه بالا (بیش از ۴۰ هزار نفر) در انگلستان، افراد بعد از تولد در طول زمان از نظر نمایه توده بدنی مورد ارزیابی قرار گرفتند. نمایه توده بدنی که حاصل تقسیم وزن (بر حسب کیلوگرم) بر قد (بر حسب مترمربع) می‌باشد، شاخص غیرمستقیمی است که پروژنی و چاقی افراد را نشان می‌دهد.

در این مطالعه، نشان داده شد که در سنین مدرسه و جوانی، تک‌فرزندها نمایه توده بدنی بیشتری دارند، یا به بیان دیگر دارای وزن بیشتری هستند.^۱ محققان پیشنهاد می‌کنند از آنجایی که چاقی خود، بستر ساز بیماری‌های دیگر است، تبعات آن نیز در کودکان تک‌فرزند مورد بررسی قرار گیرد. این موضوع در مطالعات مروری نیز به اثبات رسیده است.^۲

1. Chanfreau J, Barclay K, Keenan K, Goisis A. Sibling group size and BMI over the life course: Evidence from four British cohort studies. *Advances in Life Course Research*. 2022 Sep 1;53:100493.

2. Meller FO, Loret de Mola C, Assunção MCF, Schäfer AA, Dahly DL, Barros FC. Birth order and number of siblings and their association with overweight and obesity: a systematic review and meta-analysis. *Nutr Rev*. (2018) 76:117–24.



در سنین مدرسه و جوانی،
تک فرزندها نمایهٔ تودهٔ بدنی
بیشتری دارند.

۷- افزایش احتمال بیماری‌هایی همچون تب، سرماخوردگی و اسهال

محققان در یک مطالعه در کشور چین بر ۱۹۷ تک‌فرزند ۳ تا ۶ ساله و ۳۶۷ کودک دارای خواهر و برادر، به این نتیجه رسیدند که کودکان تک‌فرزند با احتمال بیشتری، دچار امراض جسمی از قبیل تب، سرماخوردگی و اسهال می‌شوند.^۱

1. Wang D, Kato N, Inaba Y, Tango T, Yoshida Y, Kusaka Y, Deguchi Y, Tomita F, Zhang Q. Physical and personality traits of preschool children in Fuzhou, China: only child vs sibling. Child: Care, Health and Development. 2000 Jan;26(1):4960-.



کودکان تک‌فرزند با احتمال بیشتری،
دچار امراض جسمی
از قبیل تب، سرماخوردگی و اسهال می‌شوند.

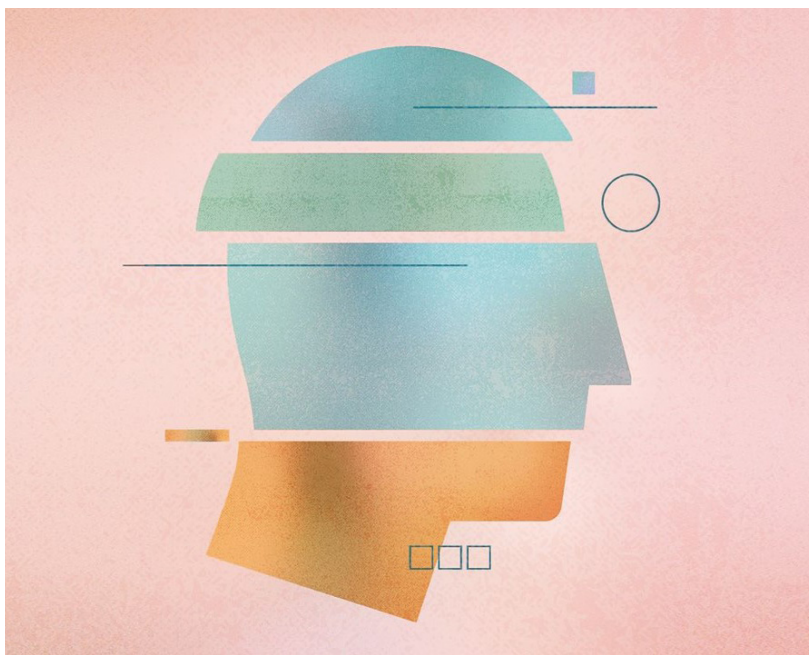
۸- افزایش احتمال ابتلا به اختلالات شخصیتی

در یک مطالعه طولی در دو مقطع زمانی بر ۱۵۸۸ کودک که از زمان تولد تا زمان بزرگسالی در کشور فنلاند انجام شد، محققان به این نتیجه رسیدند که احتمال وقوع اختلالات شخصیتی در افراد تک‌فرزند ۲,۴ برابر سایرین است، به طوری که ۱۴,۳٪ از آنان به اختلال شخصیتی مبتلا بودند.^۱

اختلالات شخصیت عبارتند از «مجموعه اختلال‌های روان‌شناختی که ویژگی اصلی آن‌ها، رفتارهای خشک و غیرقابل‌انعطاف است. این رفتارها به اشخاص آسیب می‌رساند، چون مانع سازگاری آن‌ها با الزام‌های زندگی روزانه می‌شود و روابط آن‌ها را با دیگران مختل می‌سازد».^۲

1.Kantöjärvi L, Joukamaa M, Miettunen J, Läsky K, Herva A, Karvonen JT, Taanila A, Veijola J. Childhood family structure and personality disorders in adulthood. *European Psychiatry*. 2008 Apr 1;23(3):20511-.

2.https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%AE%D8%AA%D984%%D8%A7%D984%_%D8%B4%D8%AE%D8%B5%DB%8C%D8%AA



احتمال وقوع اختلالات شخصیتی در افراد تک‌فرزند ۲,۴ برابر سایرین است.

۹- افزایش احتمال وقوع اختلالات گفتاری در کودک

در مطالعه‌ای که با هدف مشخص کردن عوامل خطر اختلالات گفتاری روی ۲۳۸ کودک و والدین آن‌ها در کشور برزیل انجام شد، محققان به این نتیجه رسیدند که تک‌فروندبودن در کنار عواملی همچون نارس‌بودن، خجالتی‌بودن، استفاده از مواد مخدر هنگام بارداری و سابقه خانوادگی مثبت، احتمال اختلالات گفتاری را در دوران کودکی افزایش می‌دهد.^۱

1. Molini-Avejonas DR, Ferreira LV, Amato CA. Risk Factors for Speech-language pathologies in children. In: Advances in Speech-language Pathology 2017 Sep 13. IntechOpen.

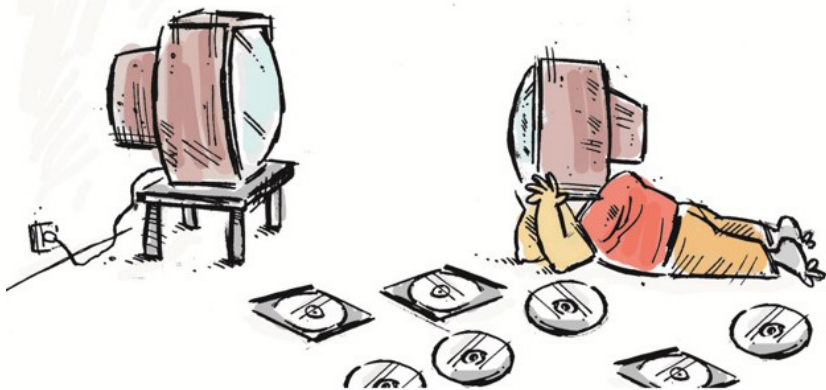


تک‌فرزندبودن
احتمال اختلالات گفتاری
رادر دوران کودکی
افزایش می‌دهد.

۱۰- کم‌تر بودن آمادگی جسمانی و تناسب اندام

مطالعه‌ای بر ۵۴۲ کودک در کشور پرتغال با سنین ۷ تا ۱۵ سال نشان داد که شاخص‌های آمادگی جسمانی و تناسب اندام در کودکانی که خواهر و برادر دارند، در مقایسه با کودکان تک‌فرزند، وضعیت بهتری دارد.^۱

1. Rodrigues LP, Lima RF, Silva AF, Clemente FM, Camões M, Nikolaidis PT, Rosemann T, Knechtle B. Physical fitness and somatic characteristics of the only child. *Frontiers in Pediatrics*. 2020 Jun 25;8:324.



شاخص‌های آمادگی جسمانی و تناسب اندام در کودکانی که خواهر و برادر دارند،
در مقایسه با کودکان تک‌فرزند، وضعیت مطلوب‌تری دارند.

۱۱- بالاتر بودن احتمال مشکلات سلامت روان و تاب‌آوری کمتر در کودکان تک‌فرزند

در یک مطالعه که بر ۳۷۴۴ دانش‌آموز پایه چهارم کشور ژاپن انجام شد، پژوهش‌گران به این نتیجه رسیدند که احتمال وجود مشکلات ارتباطی و برخی مشکلات سلامت روان در کودکان تک‌فرزند، بیشتر از کودکانی است که خواهر و برادر دارند. همچنین کودکان تک‌فرزند تاب‌آوری کمتری نشان دادند. به این مفهوم که نمره استقامت آنان در برابر سختی‌ها و مشکلات، کمتر بود.^۱

1. Fukuya Y, Fujiwara T, Isumi A, Ochi M. Association of birth order with mental health problems, self-esteem, resilience, and happiness among children: results from a-CHILD study. *Frontiers in Psychiatry*. 2021;472.



نمرهٔ استقامت تک فرزندها در برابر سختی‌ها و مشکلات، کمتر از دیگران است.

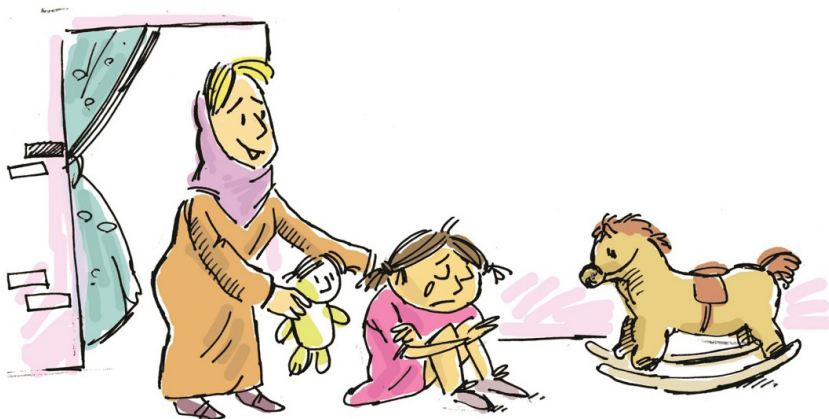
۱۲- افزایش احتمال علایم افسردگی و اضطراب در دانشجویان و دانش‌آموزان تک‌فرزند

پژوهش‌گران در مطالعه‌ای در کشور چین به این نتیجه رسیدند؛ احتمال آن که دانشجویان تک‌فرزند دچار علایم افسردگی، اضطراب و یا ترکیبی از هر دو شوند، بیشتر از دانشجویانی است که خواهر و برادر دارند.^۱

در تحقیقی که در ایران بر دختران دبستانی سنین ۷ تا ۱۱ ساله در ایام اپیدمی کرونا انجام شد، ترس و اضطراب ناشی از کرونا در دختران تک‌فرزند، بیشتر دیده شد.^۲

1. Cheng S, Jia C, Wang Y. Only children were associated with anxiety and depressive symptoms among college students in China. International journal of environmental research and public health. 2020 Jun;17(11):4035.

2. Mangolian Shahrabaki P, Dehghan M, Maazallahi M, Asadi N. Fear and anxiety in girls aged 7 to 11 years old and related factors during the coronavirus pandemic. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2022 Jan;27(1):25968-.



افزایش احتمال
علائم افسردگی و اضطراب
در دانشجویان و دانش‌آموزان
تک‌فرزند

۱۳- افزایش احتمال مشکلات عاطفی و مشکلات رفتاری در کودکان دبستانی تک‌فرزند

در یک مطالعه که در کشور چین بر ۱۱۵۵ کودک سنین دبستان انجام شد، محققان رفتارهای کودکان تک‌فرزند و فرزند اول دارای خواهر و برادر را با هم مقایسه کردند. در این مطالعه مشاهده شد احتمال وجود مشکلات عاطفی و رفتاری از قبیل گوشه‌گیری، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و دعوا در کودکان تک‌فرزند، بیشتر است.^۱

1. Sheng L, Yang B, Story M, Wu W, Xi X, Zhou Y, Wen Y, Wang H, Liu Q. Emotional and Behavioral Changes and Related Factors of Firstborn School-Aged Compared to Same Age Only Children. *Frontiers in public health*. 2022;10.



احتمال وجود

مشکلات عاطفی و رفتاری از قبیل

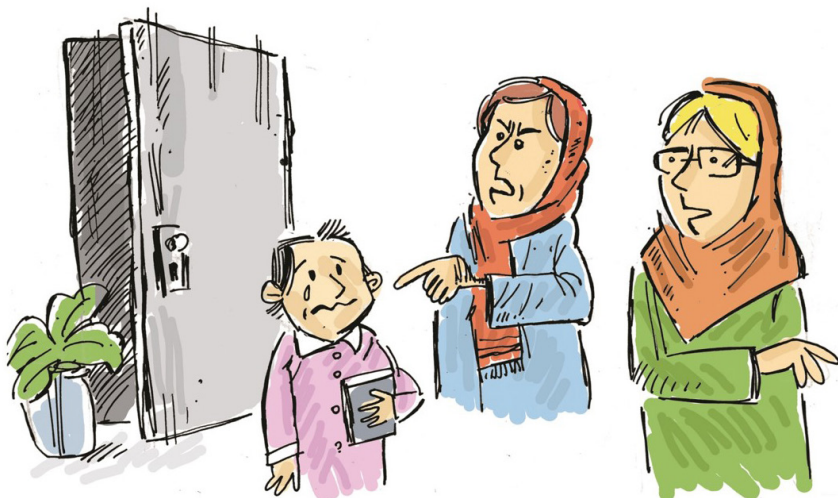
گوشه‌گیری، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و دعوا

در کودکان تک‌فرزند سنین دبستان، بیشتر است.

۱۴- کمتر بودن نمره شاخص‌های تکامل دوران کودکی و آمادگی برای مدرسه

در یک مطالعه طولی بر ۱۵۵۶۴ نفر از کودکان مهد کودک‌های شانگهای چین، با استفاده از پرسش‌نامه‌های معتبر، شاخص توانمندی‌های دوران کودکی، میزان آمادگی برای رفتن به مدرسه و نیز مشکلات رفتاری در سه مقطع زمانی مورد بررسی قرار گرفتند. نتیجه آن‌که اگر کودکان، خواهر و یا برادر بزرگ‌تر از خود داشته باشند - فارغ از اختلاف سنی بین آنان - در مقایسه با کودکان تک‌فرزند، از نظر میزان آمادگی برای رفتن به مدرسه و همچنین نمره مشکلات اجتماعی و رفتاری از کودکان تک‌فرزند، وضعیت بهتری دارند.^۱

1. Wu S, Zhang D, Li X, Zhao J, Sun X, Shi L, Mao Y, Zhang Y, Jiang F. Siblings and Early Childhood Development: Evidence from a Population-Based Cohort in Preschoolers from Shanghai. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022 Jan;19(9):5739.



اگر کودکان، خواهر و برادر بزرگ‌تر از خود داشته باشند
از نظر میزان آمادگی برای رفتن به مدرسه
و هم‌چنین نمره مشکلات اجتماعی و رفتاری،
وضعیت بهتری نسبت به کودکان تک‌فرزند دارند.

۱۵- احتمال افزایش طول محوری چشم و نزدیک‌بینی

در مطالعه‌ای بر کودکان دبستانی در کشور چین دیده شد که احتمال افزایش طول محوری چشم در تک‌فرزندها، بیشتر از سایر دانش‌آموزان است. اگر طول محوری چشم دانش‌آموز بالاتر از ۲۴ میلی‌متر باشد، احتمال نزدیک‌بینی او در آینده بیشتر می‌شود. در مطالعات مشابه دیگر نیز نشان داده شده است که دانش‌آموزان تک‌فرزند در مقایسه با سایر دانش‌آموزان، ۱۵ درصد بیشتر دچار نزدیک‌بینی می‌شوند.^۱ در این مطالعه دیده شد که دانش‌آموزان دبستانی تک‌فرزند، در تعطیلات آخر هفته، ساعات بیشتری درس می‌خوانند. هم‌چنین پدر و مادرشان در کلاس‌های درسی فوق‌برنامه‌ی بیشتری آن‌ها را ثبت‌نام می‌کنند. فشارهای درسی خانواده بر تک‌فرزند را از علل اصلی افزایش احتمال نزدیک‌بینی می‌دانند.^۲

1. Wang Y, Lin Y, Jiang D, Liu L, Lin S, He J, Liang Y, Sun B, Chen Y. Differences in close-work activities and optical axis length between only children and non-only children: a cross-sectional study. BMC pediatrics. 2022 Dec;22(1):18-.

2. Zhao LQ, Zhou MH. Do only children have poor vision? Evidence from China's One-Child Policy. Health Econ. 2018;27(7):1131-46.



دانش‌آموزان دبستانی تک‌فرزند
با احتمال بیشتری دچار نزدیک‌بینی می‌شوند.
یکی از دلایلی که مطرح می‌شود؛ فشار درسی والدین است.

آسیب‌های تک‌فرزندی به سلامت والدین

۱۶- افزایش احتمال ابتلا به بیماری‌های مزمن جسمی و روانی در والدینی که تک‌فرزند خود را از دست داده‌اند. در یک مطالعه، بین والدینی که تک‌فرزند خود را از دست داده و والدینی که داغ از دست‌دادن فرزند را تجربه نکرده بودند، مقایسه‌ای از نظر شاخص‌های سلامت جسم و روان انجام گرفت. محققان به این نتیجه رسیدند که پدران و مادران داغ‌دیده، به بیماری‌های جسمی و روانی بیشتری مبتلا بودند^۱، به‌ویژه شدت این علایم در والدینی که تک‌فرزند از دست‌رفته‌شان پسر بود، بیشتر دیده می‌شد؛ علایمی همچون اختلال خواب، افکار خودکشی، و افسردگی^۲، حتی در مطالعات عکس‌برداری (fMRI) از مغز این والدین دیده شده است که اتصالات مغزی دچار اختلال می‌شوند.^۳

1. Wei Y, Jiang Q, Gietel-Basten S. The well-being of bereaved parents in an only-child society. *Death Studies*. 2016 Jan 2;40(1):2231-.

2. Li J. Parents' Experiences After the Death of an Only Child in the U.S. (2021). FIU Electronic Theses and Dissertations. 4670. <https://digitalcommons.fiu.edu/etd/4670>

3. Qi R, Luo Y, Zhang L, Weng Y, Surento W, Xu Q, Jahanshad N, Li L, Cao Z, Lu GM, Thompson PM. Decreased functional connectivity of hippocampal subregions and methylation of the NR3C1 gene in Han Chinese adults who lost their only child. *Psychological medicine*. 2021 Jun;51(8):13109-.



در مطالعات عکس برداری (fMRI) از مغز والدینی که تک فرزند خود را از دست داده اند، دیده شده است که اتصالات مغزی دچار اشکال می شوند.

۱۷- دلهره و نگرانی مستمر از احتمال مرگ تک‌فرزند در زمان حیات والدین

اکثر مطالعات مرتبط با آسیب‌های تک‌فرزندی در کشور چین انجام شده است، زیرا در این کشور به علت سیاست اجبار خانواده‌ها به داشتن تک‌فرزند (البته در حال حاضر به سه فرزند تغییر یافته است)، ۹۰ درصد کودکان در شهرها و ۷۰ درصد کودکان در روستاها، خواهر و برادر ندارند.

در پی‌گیری‌های به عمل آمده در خانواده‌های چینی دارای تک‌فرزند، تخمین زده می‌شود که یک مادر به احتمال ۱۵ درصد شاهد فوت تک‌فرزند پسر خود و با احتمال ۱۲ درصد شاهد چنین واقعه‌ی تأسف‌باری در خصوص تک‌فرزند دختر خود باشد^۱. لازم به ذکر است پدر و مادران تک‌فرزند دلهره و نگرانی از آسیب‌دیدن تنها فرزندشان، در لحظه‌لحظه‌ی زندگی همراهشان است^۲.

1. Jiang Q, Li Y, Sánchez-Barricarte JJ. The risk of mothers losing an only child in China. *Journal of Biosocial Science*. 2014 Jul;46(4):53145-

2. Li J. Parents' Experiences After the Death of an Only Child in the U.S. (2021). FIU Electronic Theses and Dissertations. 4670. <https://digitalcommons.fiu.edu/etd/4670>



در خانواده‌های چینی، تخمین زده می‌شود
که یک مادر در دوران زندگی‌اش، به احتمال ۱۲ تا ۱۵ درصد
شاهد فوت تنها فرزند خود باشد.

۱۸- محدودیت افراد تک‌فرزند در رسیدگی به پدر و مادر سالمند

در یک مطالعه^۱ کیفی که در مصاحبه با افراد تک‌فرزند چینی مقیم کانادا به عمل آمد، محققان نسبت به عدم توانایی افراد تک‌فرزند در مراقبت از پدر و مادر سالمند خود، ابراز نگرانی کردند، چرا که با مدرن‌شدن جامعه و گسترش فرهنگ فردگرایی از یک‌سو و تنه‌بودن افراد تک‌فرزند از سوی دیگر پدر و مادرها آن‌طور که شاید و باید نمی‌توانند روی تک‌فرزند خود به‌عنوان عصای پیری حساب کنند.^۱

به دختر و پسری که هر دو تک‌فرزند هستند و با یک‌دیگر ازدواج می‌کنند، اصطلاحاً نسل ۴:۲:۱ گویند. یعنی تک‌فرزند حاصل از این ازدواج، یک پدر، یک مادر و چهار پدربزرگ و مادربزرگ دارد، ترکیبی که کاملاً با الگوهای رایج خانواده‌های چندسال پیش تفاوت می‌کند که

1. Gui T, Koropecjy-Cox T. "I am the only child of my parents:" perspectives on future elder care for parents among Chinese only-children living overseas. Journal of cross-cultural gerontology. 2016 Sep;31(3):25575-.

تعداد نوه‌ها چندین برابر تعداد پدربزرگ و مادر بزرگ‌ها بود. چنین وضعیتی قطعاً تبعات اقتصادی و اجتماعی مهمی در پی خواهد داشت.^۱

1. Wang Y, Fong VL. Little emperors and the 4: 2: 1 Generation: China's singletons. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2009 Dec;48(12):11379-.



به علت تنهابودن افراد تک فرزند،
شاید پدر و مادرها آن طور که بایسته است، نتوانند روی
تک فرزند خود به عنوان عصای پیری حساب کنند.

آسیب‌های اجتماعی و سایر مشکلات اجتماعی ناشی از تک‌فرزندگی

۱۹- افزایش احتمال طلاق در سنین بزرگ‌سالی

در یک مطالعه وسیع در ایالت اوهایوی آمریکا بر داده‌های اجتماعی ۵۷ هزار نفر طی یک دوره ۴۰ ساله مشاهده شد که احتمال ازدواج در افراد تک‌فرزند، کمتر و احتمال طلاق در آنان نسبت به کسانی که خواهر و یا برادر دارند، بیشتر است. محققان دلیلی که برای این یافته مطرح می‌کنند آن است که وجود خواهر و برادر سبب می‌شود افراد از دوران کودکی تعامل و گفت‌وگو با افراد صمیمی و نزدیک به خود را در عمل بیاموزند؛ مهارتی که افراد تک‌فرزند از آن محرومند.^۱

در یک مطالعه که در کشور یونان انجام شد، محققان به این نتیجه رسیدند که احتمال وقوع طلاق در مردان تک‌فرزند، سه برابر مردانی است که خواهر و برادر دارند.^۲

1. Bobbitt-Zeher D, Downey DB, Merry J. Number of siblings during childhood and the likelihood of divorce in adulthood. Journal of family issues. 2016 Nov;37(15):207594-.

2. Skalkidou A. Parental family variables and likelihood of divorce. Sozial-und Präventivmedizin. 2000 Mar;45(2):95101-.



احتمال ازدواج در افراد تک فرزند کمتر

و احتمال طلاق در آنان نسبت به کسانی که

خواهر و برادر دارند، بیشتر است.

۲۰- افزایش احتمال ارتکاب به جرائم خشونت‌آمیز در پسران تک‌فرزند

در یک تحقیق که نتایج آن در یکی از معتبرترین مجله‌های روان‌پزشکی دنیا چاپ شد، ۵۵۸۷ مرد در کشور فنلاند، به مدت ۳۱ سال مورد بررسی قرار گرفتند و با استفاده از داده‌های موجود در وزارت دادگستری به این سؤال پاسخ داده شد که چه عواملی احتمال ارتکاب به جرایم خشونت‌آمیز در پسران بالغ و مردان را افزایش می‌دهد؟ بر اساس نتایج حاصل از این تحقیق؛ افراد تک‌فرزند بسته به این‌که مشکلاتی در زمان تولد و یا با والدین خود داشته و یا نداشته باشند، به‌طور کلی بین ۱٫۸ تا ۸٫۴ برابر، احتمال آن‌که سرانجامشان به پلیس و مراجع قضایی برسد، بیشتر بود.^۱

1. Kempainen L, Jokelainen J, Järvelin MR, Isohanni M, Räsänen P. The one-child family and violent criminality: a 31-year follow-up study of the Northern Finland 1966 Birth Cohort. *American Journal of Psychiatry*. 2001 Jun 1;158(6):9602-.



در کشور فنلاند، پسران تک‌فرزند بین ۸ تا ۸٫۴ برابر، احتمال آن‌که سرانجامشان به

پلیس و مراجع قضایی برسد، بیشتر بود.

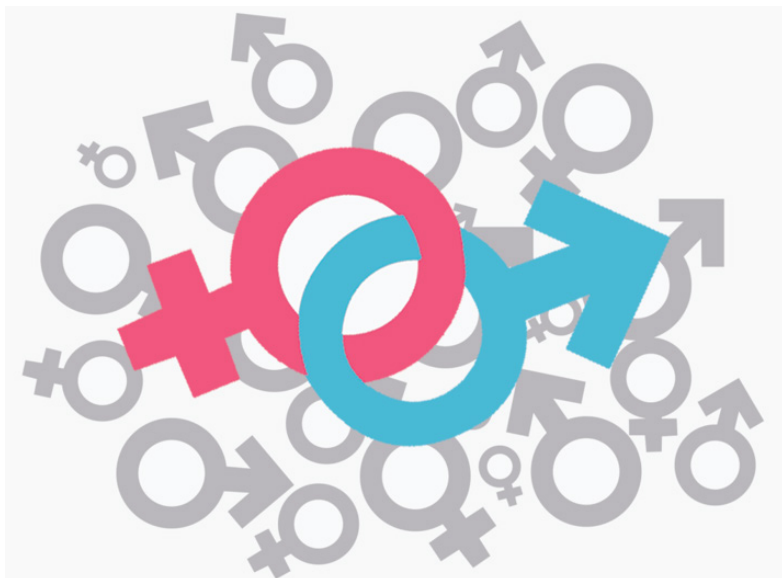
۲۱- بالاتربودن احتمال انحرافات اخلاقی و جنسی

در مطالعه ۴۹۵۶۹ دانشجوی شاغل به تحصیل در ۱۷۶۴ دانشگاه چین، محققان به این نتیجه رسیدند که دانشجویان تک‌فرزند با احتمال بیشتری درگیر جست‌وجو و مشاهده عکس و فیلم‌های پورن، خودارضایی و ارتباط جنسی خارج از چارچوب خانواده می‌شوند که علت آن را در تمکن مالی و دسترسی بیشتر و همچنین تنهایی مفرط می‌دانند.^۱

همچنین در مطالعه ۴۷۶۹ دانشجوی دختر از ۱۶ دانشگاه چین، مشخص شد که دانشجویان دختر تک‌فرزند، با احتمال بیشتری در زمان مجردی دوست پسر یا تجربه جنسی داشته و دید مثبت‌تری نسبت به هم‌جنس‌گرایی داشته‌اند.^۲

1. Zhao S, Liang Y, Hee JY, Qi X, Tang K. Difference in the Sexual and Reproductive Health of Only-Child Students and Students With Siblings, According to Sex and Region: Findings From the National College Student Survey. *Frontiers in Public Health*. 2022;10.

2. Li S, Chen R, Cao Y, Li J, Zuo D, Yan H. Sexual knowledge, attitudes and practices of female undergraduate students in Wuhan, China: The only-child versus students with siblings. *PLoS One*. 2013 Sep 4;8(9):e73797.



در کشور چین، دانشجویان تک‌فرزند با احتمال بیشتری درگیر جست‌وجو،
مشاهدهٔ عکس و فیلم‌های پورن، خودارضایی و ارتباط جنسی
خارج از چارچوب خانواده می‌شوند.

۲۲- افزایش احتمال اعتیاد به گوشی هوشمند

در مطالعه ۴۵۰ دانشجوی پزشکی در کشور چین با استفاده از پرسش‌نامه، فراوانی اعتیاد به موبایل یا گوشی همراه و افسردگی و ارتباط آن‌ها با هم مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج حاصله نشان داد که احتمال اعتیاد به موبایل در دانشجویان تک‌فرزند بیشتر بود و هم‌چنین اعتیاد به موبایل از عوامل مستعدکننده افسردگی شناخته شد و افراد تک‌فرزند، استعداد ابتلای بیشتری به افسردگی ناشی از اعتیاد به موبایل داشتند.^۱

در مطالعه دیگری بر دانش‌آموزان پسر دبیرستانی خانواده‌های کم‌درآمد کره جنوبی که در دوره شیوع بیماری کرونا، دچار اعتیاد به موبایل شده بودند، مشاهده شد هرچه ساعات استفاده از موبایل بیشتر باشد، احتمال ابتلا به افسردگی در این دانش‌آموزان بیشتر می‌شود.

1. Feng Z, Diao Y, Ma H, Liu M, Long M, Zhao S, Wu H, Wang Y. Mobile phone addiction and depression among Chinese medical students: the mediating role of sleep quality and the moderating role of peer relationships. BMC psychiatry. 2022 Dec;22(1):10-.

شدت این ارتباط در دانش‌آموزان تک‌فرزند بیشتر بود. به بیان دیگر دانش‌آموزان تک‌فرزند در مقابل آسیب‌های روانی ناشی از اعتیاد به موبایل، آسیب‌پذیرتر بودند.^۱

1. Lee J, Lim H, Allen J, Choi G, Jung J. Smartphone Addiction and Depression among Low-Income Boys since COVID-19: The Moderating Effect of Being an Only Child. In *Healthcare* 2021 Oct 11 (Vol. 9, No. 10, p. 1350). MDPI.



افزایش احتمال اعتیاد به گوشی هوشمند در تک فرزندها

۲۳- ضعیف‌تر بودن عملکرد تحصیلی

اگرچه برخی تحقیقات بر این باور بودند که تک‌فرزندها در امور تحصیلی موفق‌تر عمل می‌کنند، اما در آخرین تحقیق که در یکی از معتبرترین مجلات علمی دنیا به چاپ رسید، محققان ضمن تحقیق بر ۲۰ هزار دانش‌آموز گزارش کردند؛ در مجموع دانش‌آموزانی که خواهر و برادر دارند در مقایسه با دانش‌آموزان تک‌فرزند، در تحصیل موفق‌تر عمل کرده و نمرات بهتری کسب می‌کنند.^۱ هم‌چنین دانش‌آموزان تک‌فرزند از ارادهٔ ضعیف‌تری در درس خواندن برخوردارند. (صفحهٔ بعد)

1. Lao, Y., Lin, S. Comparison of educational performance between the only children and children in two-child families. Sci Rep 12, 15355 (2022). <https://doi.org/10.1038/s415983-19730-022->



scientific reports

Comparison of educational performance between the only children and children in two-child families

Yehui Lao¹ & Suxu Lin²✉

This paper estimates the causal effect of only-child status on educational performance among junior high school students from only-child and two-child families in China. It uses the dataset of the China Education Panel Survey 2013–14. The results show that the only children's educational outcomes are significantly low than students from two-child families. Only children's willpower and extraversion are weaker than children's from two-child families. The scale economies effect is strong and the resource dilution effect is weak when sibling size is small.

دانش‌آموزانی که خواهر و برادر دارند
در مقایسه با دانش‌آموزان تک‌فرزند
در نمرات تحصیلی موفق‌تر عمل می‌کنند.

۲۴- تغییر در برخی شاخص‌های رفتاری در سطح جامعه

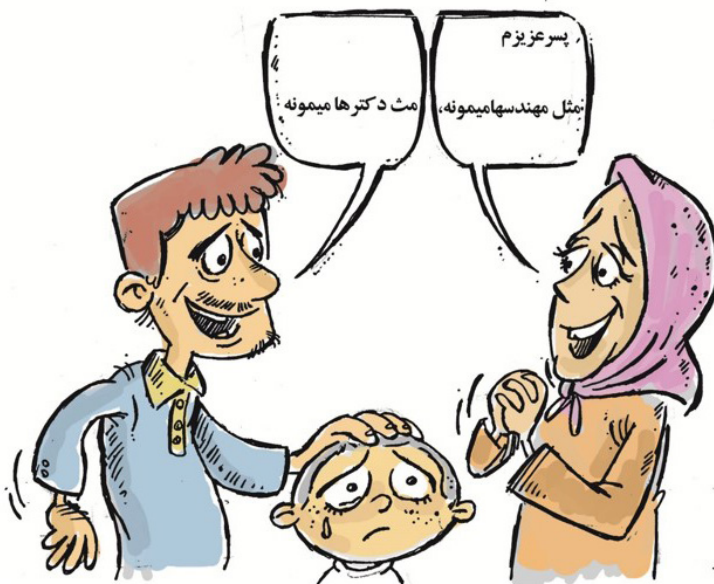
محققان استرالیایی در تحقیقی که بر رفتار مردم چین قبل و بعد از اعمال سیاست تک‌فرزندی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که افراد تک‌فرزند (به قول محققان، امپراتورهای کوچولو!) در قیاس با افرادی که خواهر و برادر دارند، بدبین‌ترند، کمتر قابل اعتمادند، رقابت‌جویی و خطرپذیری کمتری دارند، هم‌چنین حس وظیفه‌شناسی در آن‌ها ضعیف‌تر است و در نهایت چنین نتیجه‌گیری کردند که این شاخص‌های رفتاری می‌تواند در آینده بر اقتصاد چین اثرگذار باشد.^۱

دلوپسی بابت مشکلات اجتماعی ناشی از تعدد افراد تک‌فرزند در سطح جامعه سبب شد که تعدادی از نمایندگان کنگره چین به همراه انجمن جامعه‌شناسان این کشور در سال ۲۰۰۷ میلادی اعلام خطر

1. Cameron L, Erkal N, Gangadharan L, Meng X. Little emperors: behavioral impacts of China's One-Child Policy. Science. 2013 Feb 22;339(6122):9537-.

کنند که افزایش تعداد تک‌فرزندان در جامعهٔ چین مشکلات و عواقب جبران‌ناپذیری را به دنبال خواهد داشت و بر همین اساس خواستار لغو قانون تک‌فرزندی در این کشور شدند.^۱

1. One-child policy. https://en.wikipedia.org/wiki/One-child_policy

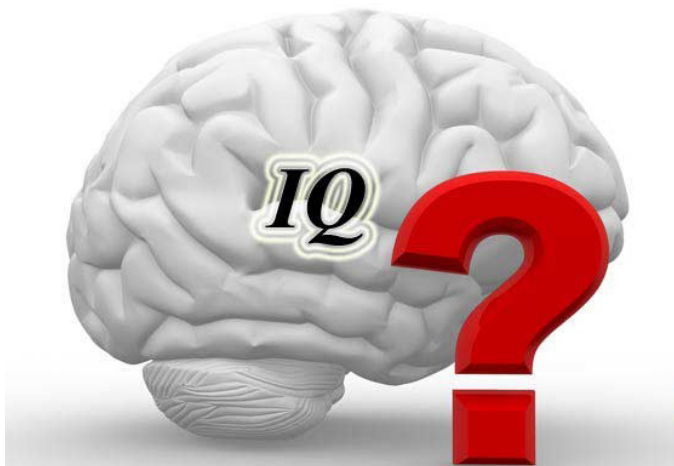


افراد تک‌فرزند در قیاس با افرادی که خواهر و برادر دارند، بدبین‌ترند، کمتر قابل اعتمادند، رقابت‌جویی و خطرپذیری کمتری دارند، هم‌چنین حس وظیفه‌شناسی در آن‌ها ضعیف‌تر است.

۲۵- کم‌شدن احتمالی میانگین ضریب هوشی جامعه

تک‌فرزندی پدیده‌ای است که به دنبال صنعتی‌شدن جوامع، امکان رخداد آن افزایش می‌یابد. مطالعات نشان داده است که در خانم‌های برخوردار از تحصیلات دانشگاهی، احتمال تک‌فرزندی ۷ تا ۱۰ برابر خانم‌هایی است که از تحصیلات بالا برخوردار نیستند. از آن‌جا که احتمال تک‌فرزندی در خانواده‌های تحصیل کرده بیشتر است، گسترش این امر ممکن است سبب شود که در آینده‌ای نه‌چندان دور، سهم کودکان با ضریب هوشی بالا، در جامعه کمتر شود و به تدریج میانگین ضریب هوشی جامعه رو به کاهش گذارد که اصطلاحاً به این پدیده زوال نسل می‌گویند.^۱

1. Murphy R. Dysgenics: Genetic deterioration in modern populations, Richard Lynn., London. Ulster Institute for Social Research, 2011. Personality and Individual Differences. 2012;52(3):462.



از آن جایی که تک فرزندی در خانواده‌های تحصیل کرده،
بیشتر است، گسترش این امر ممکن است سبب شود
که در آینده‌ای نه چندان دور، سهم کودکان
با ضریب هوشی بالا در جامعه، کمتر شود.

۲۶- تأثیر منفی تک‌فرزندی بر سرمایه اجتماعی

نتایج یک تحقیق در کشور ژاپن نشان داد که سرمایه اجتماعی در خانواده‌های تک‌فرزند کم‌رنگ‌تر از افرادی است که در خانواده‌شان دو تا چهار فرزند وجود دارد. دلیل این یافته را در این می‌دانند که وجود خواهر و برادر سبب می‌شود که فرزندان ارتباطات اجتماعی را در بستر خانواده تمرین کنند و درک بهتری از حمایت و همبستگی اجتماعی داشته باشند.^۱

صاحب‌نظران، سرمایه اجتماعی را علاج مشکلات جامعه مدرن و به نوعی بُعد معنوی یک جامعه می‌دانند که سبب می‌شود صفاتی همچون هم‌دردی، نوع‌دوستی، اعتماد و نشاط اجتماعی در زندگی روزمره مردم بیشتر متبلور شود.

1. Tani Y, Isumi A, Doi S, Fujiwara T. Number of siblings and social capital among parents rearing schoolchildren: Results from the A-CHILD study. Journal of Epidemiology. 2022;JE20210510.



وجود خواهر و برادر،

سبب تقویت سرمایه اجتماعی در خانواده می شود.

« سخن پایانی

والدین تک‌فرزند آرزوهای خیلی زیادی برای تنها فرزند خود دارند. آن‌ها فقط یک بچه دارند و اگر بچه خوب از آب در نیاید، شانس دیگری وجود ندارد. موفقیت یا شکست آن‌ها در نقش یک پدر یا مادر، به میزان زیادی به موفقیت یا شکست بچه گره خورده است.^۱ تجربه نشان داده که خانواده‌های چند فرزند، بعد از اولین کوفتگی و کبودی، ممکن است واکنش نشان دهند، اما برای دومی یا بعدی واکنش چندانی ندارند. آن‌ها می‌دانند که زخم‌ها نهایتاً خوب می‌شوند، اما والدین تک‌فرزند به‌ندرت به این دانش خود اعتقاد دارند. والدینی که بلافاصله برای کمک به کودک خود نمی‌شتابند، کودکانی دارند که یاد گرفته‌اند وحشت خود را کنترل کنند، اما والدینی که سعی کرده‌اند کودک خود را از همه‌چیز محافظت و اضطراب او را کم کنند، در واقع موجب تشدید استرس بچه می‌شوند.

1. White C. The seven common sins of parenting an only child: A guide for parents and families. John Wiley & Sons; 2004 Jul 15.

۲. نخعی، نوذر. مشکلات و تبعات تک‌فرزندی. انتشارات نفیس گستر باراد. سال ۱۳۹۶.

در خانواده‌های چند فرزند بچه‌های دوم و سوم خیلی وقت‌ها با اسباب‌بازی‌های خواهر و برادر خود بازی می‌کنند، لباس‌های خواهر و برادر بزرگ‌تر را می‌پوشند. منظور این نیست که بچه‌های خانواده‌های پرجمعیت نیاز به توجه ندارند، بلکه آن‌ها می‌آموزند که کمتر درخواست و تقاضا بکنند، اما والدین تک‌فرزند، ناخواسته ممکن است در طول زمان به ماشین خشنودساز کودک خود تبدیل شوند. مشکل این‌جا است که آن‌ها اطلاع ندارند که توجه بیش از اندازه و فراهم کردن همه‌چیز چه‌قدر به بچه آسیب می‌زند.

در خانواده‌های چند فرزند، بچه‌ها صبر می‌کنند، زیرا مجبور هستند. آن‌ها فرصت بیشتری دارند تا متوجه شوند فرد دیگری ممکن است بر نیاز آن‌ها اولویت و تقدم داشته باشد، ولی تک‌فرزند می‌داند که او در اولویت است و بر همه‌چیز تقدم دارد.

در خانوارهایی که بیشتر از یک بچه دارند، بچه‌ها خیلی در حرکات و سلوک والدین خود درگیر نیستند، اما در خانه‌های تک‌فرزند، هیچ‌چیزی نشنیده یا ندیده باقی نمی‌ماند.

ما اغلب برای فرزندانمان وقت نمی‌گذاریم و از طریق اسباب و لوازم، نبودمان را در کنار فرزند جبران می‌کنیم. اگر بیش از یک فرزند داشتیم، نبود ما را وجود خواهر و برادر تا حد زیادی جبران می‌کرد. آن‌چه که کودک نیاز دارد، در کنار والدین بودن است، نه کنار هدایا! برخلاف کودکان تک‌فرزند، بچه‌هایی که برادر و خواهر دارند، دایم نگران نبودن والدین خود نیستند، آن‌ها نیز به توجه والدین نیاز دارند، اما به واسطه وجود خواهر و برادر، کمتر در این زمینه احساس نیاز می‌کنند. بچه‌های دارای برادر و خواهر این شانس را دارند که ناراحتی و نگرانی‌های خود را، سرهم‌دیگر خالی کنند که گاهی اوقات موجب افت عصبانیت آن‌ها می‌شود.

بدترین احساس گناه، احساس گناهی است که ممکن است نسبت به فرزندمان داشته باشیم، احساس گناهی که می‌تواند تا آخر عمر ما را عذاب دهد. اغلب والدینی که به‌خاطر تک‌فرزندبودن احساس گناه می‌کنند، این نارضایتی را به بچه خود نیز منتقل می‌کنند. داشتن تک‌فرزند گاهی منجر به بروز توقعات غیرمنطقی و

غیرواقع‌بینانه‌ای می‌شود که در والدین چندفرزندی دیده نمی‌شود و این وضعیت به خاطر این است که کل عشق و آرزو و امید آن‌ها در وجود یک فرزند جمع می‌شود. تجربه به والدینی که بیش از یک فرزند دارند، آموخته است که هر بچه‌ای دارای توانایی‌ها و شخصیت متفاوتی است. اگر یک بچه سر به هواست و نمی‌تواند به‌خاطر آورد که کفش خود را کجا گذاشته است، دیگری ممکن است یک فرد دقیق و سازمان‌دهنده فوق‌العاده عالی باشد.

خلق خانه‌ای کودکانه در جایی که فقط یک بچه وجود دارد، تقریباً غیرممکن است، در حالی که در خانه‌های دارای دو یا سه بچه، هرگز تعداد بالغین از بچه‌ها بیشتر نمی‌شود.

تک‌فرزندها اغلب به رابطه بین والدین خود چنان حساسیتی نشان می‌دهند که در بچه‌های دارای برادر و خواهر دیده نمی‌شود. در خانواده چند فرزندی، اگر والدین بحث یا عدم‌توافقی داشته باشند، به احتمال کمتری بچه‌ها آن را می‌شنوند و اگر هم بشنوند خیلی به آن اهمیت نمی‌دهند، زیرا معمولاً با هم مشغول هستند.

در خانواده‌های دارای بیشتر از یک بچه، بسیاری از کارهایی که بچه‌ها انجام می‌دهند، بدون تحسین و نادیده گرفته می‌شود. والدین چندفرزند زمان کافی برای تماشای سه بچه با تشویق‌های بیست و چهار ساعته ندارند، اما والدین تک‌فرزند همه‌چیز را می‌بینند و می‌شنوند. کوچک‌ترین اظهارنظری که کودک بیان می‌کند، بلافاصله از او تعریف می‌کنند، به جای این‌که به‌صورت عادی فقط بچه را تماشا کنند. اگر این والدین به بزرگ کردن بچه خود به این شیوه ادامه دهند، فردی را بزرگ می‌کنند که انتظار دارد در هر گامی که برمی‌دارد، حتی اگر توپ را به دیوار بزند، با همان اشتیاق تحسین و تمجید شود. وقتی فقط یک بچه دارید، فکر کردن به غیر از او تقریباً غیرممکن است و این مسئله فشار زیادی برای بچه به همراه دارد. هیچ‌کس نمی‌تواند تمام‌وقت عالی باشد و بچه‌ای که احساس می‌کند همیشه باید خارق‌العاده باشد - چون والدینش این‌طور فکر می‌کنند - فشار خیلی زیادی را تحمل می‌کند، به طوری که همیشه در لبه تیغ زندگی می‌کند.

دوران بچگی؛ فرآیندی است که باید چشیده شود، مسابقه‌ای نیست که هرچه سریع‌تر به پایان برسد و لذا باید حق گذر از این سفر برای هر فرزندى تضمین شود تا مسیر زندگی را با روال طبیعی و به شیوه خودش طی کند. تک‌فرزندی به خودی خود فرصت تجربه تمام عیار دوران کودکی را از فرزندمان می‌گیرد و شاید به همین علت باشد که استانی‌هاال مؤسس و نخستین رییس انجمن روان‌شناسی آمریکا معتقد است که «تک‌فرزندبودن به خودی خود یک بیماری است».