

تک فرزندی

بدون تردید فرزند آوری و پدر و مادر شدن یکی از پر احساس ترین تجربیات هر انسانی است. این تمایل فطری است و برای تداوم نسل و بقاء انسان ها ضروری می باشد. لازم است بدانید در سنین بالاتر نیز احتمال بارداری و فرزندآوری سالم با مراقبت های لازم میسر است.

تولد نوزاد، نشانه دیگری از معجزه عشق و زندگی میان زوجینی است که پیوندشان را مستحکم تر کرده اند. نخستین کلمه ای که کودک به زبان می آورد، اولین قدمی که برمی دارد، نخستین دندان که در می آورد، اولین جشن تولدی که برایش گرفته می شود و ... از نقاط عطف زندگی زناشویی به شمار می آیند. یکی از بهترین هدایایی که زوجین می توانند به یکدیگر بدهند و پیوندشان را مستحکم کنند، تولد فرزند است؛ بنابراین باید برای تغییرات اجتنابناپذیری که تولد فرزند در روش زندگی شما ایجاد خواهد کرد آماده شوید.

- با پیروی از رژیم غذایی سالم، ورزش و اجتناب از عوامل مضر پیش از آغاز بارداری، فرصت باروری و به دنیا آوردن فرزند سالم را به دست آورید.
- درباره انتظارات و ایده های تان برای بچه دار شدن با همسر تان گفتگو و برای آن برنامه ریزی کنید.
- اگر پس از یک سال تلاش، باردار نشدید، به پزشک مراجعه کنید.
- اگر اضافه وزن دارید، با ورزش کردن و کاهش وزن می توانید احتمال باروری را افزایش دهید.
- ورزش پیش از بارداری سبب حفظ و بهبود تندرستی مادر می شود تا بتواند نوزاد خود را سالم به دنیا آورد.
- ورزش در حین بارداری، می تواند سبب نیرومند شدن عضلاتی شود که از مفاصل و ستون فقرات مادر حفاظت می کنند.
- سیگار کشیدن و مصرف الکل، احتمال ناباروری و سقط جنین را افزایش می دهد.
- بهتر است زنان مصرف اسید فولیک را قبل از بارداری شروع و تا سه ماهه نخست بارداری ادامه دهند تا بارداری سالم تری را تجربه کنند.

بررسی های کشوری نشان می دهد که زوجین ایرانی تمایل به داشتن بیش از 2 فرزند دارند. تحقیق کشوری انجام شده در سال 1393 نشان داد: زوج هایی که تازه ازدواج می کنند خواهان داشتن 2/3 فرزند هستند. نتیجه نظرسنجی از زوجین ایرانی که 5-6 سال از ازدواج آنها گذشته است نشان می دهد که تمایل به داشتن 2/8 فرزند دارند. در حال حاضر حدود 19 درصد خانواده های کشور تک فرزند هستند. در خیلی از موارد غفلت از فرزندآوری به موقع باعث می شود که خانواده ها نتوانند به تعداد فرزند دلخواه خود دست یابند.

باید بدانید که افزایش سن خانم ها باعث کاهش شانس باروری موفق می شود. دلیل آن هم این است که ممکن است فرد با افزایش سن به برخی بیماری های مزمن مانند فشار خون، دیابت، بیماری های قلبی و ... مبتلا شود که در صورت بارداری نیازمند مراقبت های بیشتر بوده و احتمال بارداری های نیازمند مراقبت و توجه ویژه را افزایش می دهد. همچنین به تاخیر انداختن بارداری، احتمال ناباروری، عوارض حاملگی، عوارض جنینی و مشکلات هنگام زایمان را افزایش می دهد.

به همین خاطر است که باید همه زوج ها در اولین فرصت ممکن به تعداد فرزند دلخواه خود دست یافته و از تاخیر های بدون دلیل پرهیز کنند. به یاد داشته باشیم که از دست دادن فرصت های خوب، همیشه قابل جبران نیست.

اگرچه عوامل بسیار زیادی در گرایش به تک فرزندی می توانند نقش داشته باشند، نتایج بررسی ها نشان می دهد عدم آگاهی از پیامدهای تک فرزندی نقش مهمی بر رواج این پدیده دارد. احتمال تک فرزندی با افزایش تحصیلات و اشتغال زنان افزایش می یابد. تک فرزندی از جنبه های مختلفی در سطح خانواده و جامعه قابل بررسی است. در زیر به برخی از آنها اشاره می شود:

■ معایب تک فرزندی از بعد خانواده

ممکن است کودک احساس کند که:

- ✓ تنها است.
- ✓ نمی تواند با خواهر/ برادر خود تعامل داشته باشد.
- ✓ در خانه ای که زندگی می کند فضای کودکی وجود ندارد، چون همیشه تعداد بزرگسالان بیشتر از کودکان است.
- ✓ برای بهتر بودن در درس و دیگر فعالیت ها تحت فشار بیشتری از طرف خانواده است.

✓ به خاطر دلوایسی های بیش از حدی که والدین بریا محافظت از او دارند، از آزادی های لازم و متناسب سن خود برخوردار نیست.

ممکن است کودک:

- ✓ به دلیل توجه زیاد پدر و مادر و سایر بستگان نزدیک از اعتماد به نفس کمتری برخوردار باشد.
- ✓ به دلیل نداشتن خواهر/ برادر فرصت تجربه برخی از احساسات و چگونگی کنترل و مدیریت آن ها را نداشته باشد.
- ✓ به دلیل نداشتن ارتباط با خواهر/ برادر در ذهن و خیال خود با دوستان خیالی بازی کند.
- ✓ بخاطر مراقبت بیش از حد پدر و مادر، از دخالت آنها در کارش خسته شود.
- ✓ به دلیل نداشتن برادر/ خواهر و ارتباط با آن ها تمایل (بیش از حد) به اسباب بازی و حیوانات داشته باشد.
- ✓ تحمل کمتر و حساسیت بیشتر نسبت به رفتار دیگران داشته باشد (انتظار رفتار خلاف خواسته خود را نداشته و معمولاً هر مخالفت را بدون دلیل و به خاطر نیتی خاص تفسیر می کند).
- ✓ به دلیل ارتباط کمتر با کودکان و تماس بیشتر با بزرگسالان، مقتضای کودکی خود را بروز ندهد و رفتاری مانند بزرگسالان داشته باشد (نتواند آن گونه که لازم است بچگی کند).
- ✓ به دلیل خود محوری، سختتر با دیگران ارتباط برقرار کند/ دوست پیدا کند.
- ✓ به دلیل نداشتن الگویی از جنس مخالف در خانواده، آسیب پذیری بیشتر از لحاظ جنسی و روابط اجتماعی داشته باشد.

مواردی که باید همواره به یاد داشت :

- ✓ مهد کودک می تواند محیط مناسبی برای فرزندان شما در برخی از ابعاد باشد ولی به هیچ عنوان نمی تواند جای خواهر/ برادر را برای فرزند شما پر کند.
- ✓ والدین تک فرزند، فرزندان خود را از داشتن خواهر/ برادر محروم می کنند.
- ✓ فرزندان پدر و مادری که تک فرزند هستند نیز وابستگی مانند: خاله، عمه، عمو و دایی نخواهند داشت.

■ **معایب تک فرزندی از بعد جامعه**

- ✓ رواج تک فرزندی باعث می شود که جمعیت کشور رو به پیری برود و فضایی جوانی و شادابی کمتر دیده شود.
- ✓ رواج تک فرزندی و تداوم آن در جامعه باعث می شود که در طول زمان جمعیت کشور کم شود.
- ✓ کاهش نسل جوان و پیرشدن جمعیت، می تواند چرخه تولید و اقتصاد جامعه را تحت تاثیر قرار دهد.
- ✓ زمانی که نیروی کار فعال و پویای جامعه کم باشد، آن جامعه بیشتر دچار رکود اقتصادی و تولید خواهد شد.
- ✓ با توجه به اینکه تمایل به تک فرزندی در خانواده های تحصیل کرده بیشتر دیده می شود، می تواند سبب کاهش متوسط ضریب هوشی جامعه شود.
- ✓ با توجه به زیاد شدن امید به زندگی، تک فرزندان نمی توانند به راحتی همه مسوولیت نگهداری از پدر و مادر مسن خود را تقبل کنند و بنابراین نیاز به خانه ها و محل های نگهداری سالمندان افزایش می یابد.

خلاصه ای از تبعات منفی تک فرزندی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی:

■ **تبعات منفی بر سلامت جسمی:**

- ✓ افزایش احتمال چاقی در مقاطع مختلف سنی
- ✓ کم شدن فعالیت جسمی و افزایش ساعت تماشای تلویزیون
- ✓ افزایش احتمال بیماری روماتیسم مفصلی جوانان
- ✓ افزایش احتمال وقوع سرطان ALL (با قطعیت کمتری نسبت به موارد فوق)

■ **تبعات منفی بر سلامت روانی:**

- ✓ افزایش احتمال اختلالات شخصیتی نسبت به جامعه عمومی
- ✓ افزایش احتمال ابتلا به اختلالات گفتاری
- ✓ پایین تر بودن سطح شاخص های بهداشت روان (استرس، افسردگی و ...) در دانش آموزان تک فرزند
- ✓ تبعات منفی از دست دادن تک فرزند بر جنبه های مختلف سلامت جسمی و روانی والدین، از جمله ابتلا به افسردگی و بیماری های مزمن بسیار بیشتر از خانواده های چندفرزند می باشد.

■ تبعات منفی بر سلامت اجتماعی:

- ✓ افزایش احتمال طلاق در بزرگسالی که حتی تا 3 برابر احتمال طلاق را در مردان تک فرزند افزایش می دهد.
- ✓ صفاتی همچون خوش بینی به آینده، وظیفه شناسی، قابل اعتماد بودن، رقابت جویی، خطرپذیری در محیط کار کمتر است.
- ✓ افزایش احتمال ارتکاب به جرائم خشونت آمیز در پسران تک فرزند
- ✓ سوء رفتارهای جنسی از جمله تمایل به ارتباط با دوست پسر در دختران تک فرزند بیشتر است
- ✓ تک فرزند به هنگام ورود به جامعه از حیث رفتارهای تعاملی از مهارت کمتری برخوردار است، چراکه قرار بوده این مهارت را در آزمایشگاه خدادادی خانواده (در عمل) و با وجود خواهر و برادر یاد بگیرد.
- ✓ لازم به ذکر است مطالعاتی نیز منتشر شده اند که به جنبه های مثبت تک فرزندی پرداخته اند ولی تعداد آنها در قیاس با مطالعاتی که به تبعات منفی آن پرداخته اند کمتر است. مطالعات متعدد در چین بر این باورند که به موازات افزایش تعداد خانواده های تک فرزند باید انتظارات تغییرات گسترده ای را در رفتار جامعه چین داشت به طوری که از آن به عنوان "بمب ساعتی رفتاری" نام برده اند.

آسیب های تک فرزندی با رویکرد روانشناسی و علوم تربیتی:

1- رواج فرزندسالاری:

در خانواده های تک فرزند بیش از حد به خواسته ها و مطالبات فرزند توجه شده و اغلب افراط و زیاده روی والدین در برآوردن خواسته های تنها فرزندشان مشاهده می شود.

توجه افراطی و لوس کرین: والدینی که قصد داشتن فقط یک فرزند را دارند، از اول می دانند که این تنها بچه آنها خواهد بود، پس چرا برای همه کار نکنند؟ از سوی دیگر اگر والدین بعداً متوجه شوند که فرزندشان تنها بچه آنها خواهد بود، خیلی احساس ناتوانی و بی کفایتی می کنند، بنابراین همه کاری برپا تسکین خودشان انجام می دهند، به خصوص اگر فرزندشان با ناز درخواست کند.

در خانواده های چند فرزندی بچه های دوم و سوم خیلی وقت ها با اسباب بازی های خواهر و برادر خود بازی می کنند و لباس های خواهر و برادر بزرگتر را می پوشند. منظور این نیست که بچه های خانواده های پرجمعیت نیاز به توجه ندارند، آنها می آموزند که کم تر درخواست و تقاضا بکنند.

توجه افراطی که والدین تک فرزند به سختی می توانند از آن اجتناب کنند، بر دو نوع است، مادی و عاطفی که گاهی اوقات با یکدیگر هم پوشانی دارند. اغلب والدینی که پول زیادی صرف خرید اسباب بازی می کنند در اصل سعی دارند که در وهله اول به خودشان و بعد تنها فرزندشان به خاطر نداشتن برادر یا خواهر احساس خوبی بدهند. فکر می کنند "چرا نخرند؟ ما که فقط یک بچه داریم". این شعاری است که می تواند برای مغز والدین سم باشد. چرا به پسر کم کمک نکنم بند کفشش را ببندد؟ و ...

حفاظت بیش از حد و بیش تیماری: ما در دنیای زندگی می کنیم که اخبار ترسناک زیادی را می شنویم. این ترس توسط برنامه های خبری، وقایع ترسناکی که در شهر و محله از این و آن می شنویم، صحبت هایی که با دوستان و همسایه ها داریم و ... بیست و چهار ساعته وارد خانه های ما می شود، حملات تروریستی، جنگ ها، رکود اقتصادی، دزدی و به فرزندان مان دائماً اخطار می دهیم که با غریبه ها حرف نزنند، تمام وقت و از همه طرف مواظب آنها هستیم. گرچه منطقی است که جانب احتیاط را بگیریم تا این که بعداً تاسف نخوریم، اما هر قدر هم که بخواهیم نمی توانیم امنیت صد در صدی تک فرزند خود را تامین کنیم. حتی اگر این کار را بتوانیم انجام دهیم تا کی خواهیم توانست که آن را ادامه دهیم؟ والدین بچه های تک فرزند با مشکل حفاظت بیش از حد از فرزند مواجه هستند. آنها تصور می کنند که دخالت در تمامی جنبه های زندگی تک فرزند خود امری طبیعی و بخشی از رابطه آنهاست. بنابراین میل به بیش تیماری بچه در این خانواده ها بالاست. این درحالیست که به جای اینکه بیش تیمار باشیم باید به بچه خود تکنین هایی را آموزش دهیم که بتواند مسایل و مشکلاتش را به شیوه ای منطقی تشخیص و تفکیک کند.

2- بلوغ زودرس:

اگر فرزند تک باشد به ناچار باید در کنار بزرگسالان پرورش یابد. در نتیجه او تجربه ای از کودکی و نوجوانی خود نداشته و یک دفعه پرشی به دوران مسئولیت پذیری بزرگسالان خواهد داشت. به همین دلیل از لحاظ روحی و روانی بسیار سریع رشد کرده و دنیا را از دید بزرگسالان می بیند. حضور در چنین خانواده ای که فقط شامل بزرگسالان

است سبب بلوغ زودرس کودک می شود. این کودکان از نظر جسمی نشانه های بلوغ را دارند ولی تجربه کافی ندارند. در این شرایط در هر دو جنس ممکن است رفتارهای ناهنجار بروز نماید.

برخورد با بچه همانند یک فرد بالغ: والدین تک فرزند ممکن است خانواده خود را به صورت سه تفنگدار ببینند: آنها با هم غذا می خورند، با هم به سفر می روند، با هم در اجتماع هستند و با هم به مهمانی و مجالس می روند. در این خانواده ها حتی ممکن است به بچه صدای قوی در تصمیمات خانوادگی داده شود، کودکی که چنین قدرتی به او داده شده ممکن است تصور کند که بخشی از زندگی زناشویی والدین خود می باشد و برای رفع تضاد بین والدین می تواند اظهار نظر کند. پادمان باشد کودکی نکردن در زمان مخصوص به خودش با هیچ چیزی قابل جبران نخواهد بود.

3- کم شدن روابط اجتماعی:

فضای زندگی خانوادگی توأم با فرصت های کافی برای روابط متقابل و متنوع بوده، برای فرزندان الگوهای رفتاری و زمینه های تبادل تجارب و تمایلات و عواطف را به وجود می آورد و از عوامل موثر در بهبود مهارت در روابط اجتماعی است. زندگی در کنار خواهر و برادر روحیه جامعه گرایانه کودک را تقویت می کند.

گرایش به انزوا، ضعف در برقرار ارتباط با همسالان، توجه بیش از حد به بازی های رایانه ای و انفرادی و ترس از حضور در گروه های اجتماعی در تک فرزند ها بیشتر دیده می شود.

4- کاهش انسجام خانواده:

یکی از مولفه های خانواده منسجم، پیوندهای عاطفی و میزان وابستگی فرزندان به والدین و بالعکس است. در خانواده های تک فرزند میزان وابستگی در افراط یا تفریط است، به این معنا که گاهی فرزند به دلیل اشتغال والدین مورد بی مهری و بی توجهی قرار می گیرد و گاهی نیز در کانون توجه بیش از حد والدین است.

احساس تنهایی و فرهنگ استقلال طلبی در تک فرزند ها بیشتر دیده می شود. در کلان شهرها که اصولا خانواده ها جدا شده از شبکه های خویشاوندی هستند شاهد آمار کودک آزاری هستیم.

5- جایگزینی رسانه:

کم شدن ارتباطات کلامی در خانواده های کم جمعیت سبب حاکمیت رسانه های تصویری می گردد. کودک یا نوجوانی که از تنهایی رنج می برد به دنبال جایگزینی برای اوقات فراغت خود است در نتیجه به بازی های رایانه ای و دنیای مجازی رو می آورد. این امر تغییر الگوی ارتباطی در خانواده را به همراه دارد.

مطالعات نشان می دهد تک فرزندی نتیجه هر عامل یا عواملی که باشد، تغییر بنیادینی نه فقط در ساختار جمعیت شناختی و روند اجتماعی شدن خانواده بلکه در جنبه های مختلف عملکردی و همه ابعاد شخصیت فرد در آینده ایجاد می کند.

- توافق پذیری در چند فرزندان بیشتر از تک فرزندان و بعد روان رنجوری در تک فرزندان بیشتر از چند فرزندان است. چند فرزندان افکار، ارزش ها و موقعیت های جدید را راحت تر می پذیرند در نتیجه با تغییر آسان تر کنار می آیند و مشکلات احتمالی را بهتر حل می کنند.

- تاب آوری در نوجوانان خانواده های چند فرزند بیشتر از تک فرزندان است. تاب آوری از طریق سطوح عواطف مثبت باعث تقویت عزت نفس و مقابله موفق با تجربه های منفی می شود. هر چه فرد قدرت بیشتری در تاب آوری، مقابله با مشکلات و فشارهای روانی زندگی را داشته باشد، کمتر در معرض آشفتگی های هیجانی و روانی قرار می گیرد و از سلامت و بهزیستی روانی بهتری بهره مند می شود حال با توجه به اینکه والدین تک فرزندان در بیشتر مواقع اجازه نمی دهند که فرزندان شان با احساسات سخت و ناراحت کننده روبه رو شوند و یا امکان آشکار شدن این نوع احساسات را برای او فراهم نمی کنند، تحمل وی را در برابر این نوع احساسات و همچنین رویارویی با مشکلات ضعیف خواهند کرد که این خود باعث کاهش تاب آوری در این افراد می شود.

در واقع توجه افراطی والدین به این کودکان موجب تقویت غرور کاذب در فرزند می شود و توقعات او را در سطحی بالا می برد که تحمل شکست و ناکامی ها را برای وی در جامعه دشوار می کند. تحقیقات متعددی بر حمایت بیش از حد والدین خانواده های تک فرزند صحت گذاشته و معتقد است فرزند را با روحیه حساس و ضعیف تربیت می کنند که باعث می شود در تنظیم هیجانات و کنترل خود نسبت به چند فرزندان ضعیف تر عمل کنند. هر چه حمایت آنها از تنها فرزندشان بیشتر شود، قدرت تحمل و ابهام وی در رویارویی با مشکلات کاهش می یابد و از این رو بسیار شکننده و آسیب پذیر می شوند.

- به استناد برخی مطالعات هوش هیجانی در بین نوجوانان خانواده‌های چند فرزند از تک‌فرزندان بالاتر است. در واقع چندفرزندان کاربرد صحیح هیجان‌ها را بهتر می‌آموزند که این قدرت تنظیم احساسات موجب افزایش ظرفیت شخصی برای تسکین دادن خود، درک کردن اضطراب‌ها، افسردگی‌ها یا بی‌حوصلگی‌های متداول می‌شود. تک‌فرزندانی که به لحاظ خودکنترلی ضعیف‌اند، دائماً با احساس ناامیدی، افسردگی، بی‌علاقگی به فعالیت دست به گریبان‌اند، در حالی که افراد با خودتنظیمی بالا با سرعت بیشتر می‌توانند ناملایمات را پشت سر گذاشته و میزان مشخصی از احساسات را با تفکر همراه نمایند.
- پژوهش‌ها نشان می‌دهد فرزندان خانواده‌های چندفرزند از پذیرش اجتماعی و هوش هیجانی بیشتری نسبت به فرزندان خانواده‌های تک‌فرزند برخوردارند.
- با توجه به اینکه هوش اخلاقی به این حقیقت اشاره دارد که انسان به صورت ذاتی اخلاقی یا غیراخلاقی متولد نمی‌شود بلکه یاد می‌گیرد که چگونه خوب باشد، محیط خانواده در یادگیری و افزایش هوش اخلاقی در کودک حائز اهمیت است. مطالعات نشان می‌دهد مسئولیت‌پذیری نیز که یکی از ابعاد هوش اخلاقی است، در چندفرزندان بیشتر از تک‌فرزندان است؛ والدین چندفرزند بیشتر از تک‌فرزندان مسئولیت امور هرچند کوچک و جزئی را به فرزندان واگذار می‌کنند. مسئولیت‌پذیری یک الزام و تعهد درونی از سوی فرد برای انجام مطلوب فعالیت‌هایی است که بر عهده او گذاشته شده است. روانشناسان معتقدند مسئولیت‌پذیری امری وجودی است که از طریق تعلیم و تربیت شکوفا می‌گردد. از این رو هر چه انسان آگاه‌تر باشد بیشتر احساس مسئولیت خواهد کرد.
- برخی مطالعات نشان می‌دهد امید به زندگی در نوجوانان خانواده‌های چندفرزند بیشتر از تک‌فرزندان است؛ چندفرزندان امیدواری خوبی دارند، هنگام رویارویی با موانع و رویدادهای تنش‌زا، آنها را به عنوان چالش در نظر می‌گیرند و نه تهدید؛ بنابراین می‌توانند با موانع و احساسات منفی بهتر مقابله کنند. امیدواری، می‌تواند در فرد یا گروه انرژی ایجاد کند و به همین دلیل نوجوانانی که امیدوار هستند، بهتر از دیگر نوجوانان قادر به مراقبت از خویشان هستند.
- تک‌فرزندان معمولاً با صفاتی چون خودخواهی و خودبینی توصیف می‌شوند. تک فرزندان توجه بیش از حد و تحسین مفرط از والدین و پدربزرگ و مادر بزرگ دریافت می‌کنند که باعث می‌شود نقاط ضعفی در شخصیت خود پرورش دهند از جمله خودخواهی و بی‌کفایتی اجتماعی. حمایت بیش از حد والدین و نادیده گرفتن بیش از حد رفتارهای منفی کودک توسط والدین در تک فرزندان بیشتر است که این امر به فرزندسالاری در خانواده دامن می‌زند.

خانواده‌های تک فرزند آرزوهای زیادی برای کودک خود دارند و این خواسته معمولاً آنها را از رشد طبیعی کودک در آینده پیش‌رو منحرف می‌کند و از آنجایی که آنها فقط یک فرزند دارند فکر می‌کنند که چنانچه تلاش‌های آنان خوب از آب درنیاید شکست خواهند خورد و دیگر شانس ندارند. پدر و مادرهایی که سعی کرده‌اند کودک خود را از همه چیز محافظت کنند و اضطراب او را کاهش دهند، در واقع موجب تشدید استرس فرزند خود شده‌اند اما خانواده‌هایی که بلافاصله برای کمک به کودک خود نمی‌شتابند، فرزندان دارند که یاد گرفته‌اند وحشت خود را کنترل کنند، خانواده‌هایی که چند فرزند دارند بچه‌ها باید از صبر و حوصله زیاد برخوردار باشند زیرا مجبورند صبر کنند تا نوبت آنها برسد تا در کانون توجه والدین قرار گیرند. در این خانواده‌ها فرصت، حرف اول را می‌زند و باید زمان تقسیم بندی شود چرا که محدود است و حق تقدم فردی به فرد دیگر باید رعایت شود چرا که ممکن است نیاز آنها اولویت و تقدم داشته باشد، ولی در خانواده‌های تک فرزند همه می‌دانند که او در اولویت است و بر همه چیز تقدم دارد از طرفی، تک فرزند در خانه‌ای زندگی می‌کند که فضای کودکی وجود ندارد، چون همیشه تعداد بزرگسالان بیشتر از کودکان است و کودک هیچ‌وقت نمی‌تواند تجربه دوست‌داشتنی و خاطرات بهیاماندنی از ارتباط با همسالان همواره در دسترس یعنی خواهر و برادر داشته باشد و به همین شکل در بزرگسالی نیز پیوندهای سودمند، کمک‌رسان و همدلانه خواهر و برادری را نخواهد داشت.

علاوه بر اینکه والدین همواره نگران تک فرزند خود هستند، کودک نیز در سن بزرگسالی همواره نگران والدین خود است زیرا بجز خودش فرد دیگری نیست که از والدینش مراقبت کند و این یک بحران جدی برای خانواده‌های تک فرزند در سال‌های آینده است. مطالعات نشان می‌دهد عدم تعدد فرزند عاملی برای تنهایی سریع والدین، کاهش کارآمدی و ناپختگی شخصیت آنها قلمداد می‌شود. تک‌فرزندان نه تنها خودشان در تنهایی و بدون داشتن خواهر و برادر زندگی می‌کنند بلکه فرزندانیشان نیز در خلاء ناخواسته‌ای محروم بودن از بستگان درجه یک (خاله، عمه، عمو، دایی) زندگی خواهند کرد.

علاقه و روابط عاطفی که بین فرزندان در خانواده‌های چندفرزند به وجود می‌آید بر فرایند صمیمیت خانواده تأثیرگذار است. وجود روابط صمیمانه بین اعضای خانواده از اهمیت خاصی برخوردار است. چنین روابطی بر بهزیستی

فیزیکی، روان‌شناختی و توانایی افراد در جهت عملکرد موثر در زمینه‌های مختلف فردی، خانوادگی و شغلی موثر است. از آنجایی که خانواده نخستین نهاد زندگی اجتماعی کودک است، لذا در شکل‌گیری عادت‌ها و اندیشه‌های اجتماعی نوجوان نقش بسیار مهمی دارد. صمیمیت و جنبه‌های عاطفی روابط والدین و فرزندان در شکل‌گیری رفتار و دیدگاه‌های اجتماعی آنها بسیار تأثیر گذار است. در خانواده‌هایی که رفتارهای محبت‌آمیز بیشتر است معمولاً نوجوانان نیز با رفتارهای اخلاقی مثبت و احترام به دیگران و انگیزه پیشرفت رشد می‌یابند. رفتارهای محبت‌آمیز و صمیمیت در خانواده‌هایی که چند فرزند دارند به دلیل وجود روابط خواهر و برادری بیشتر است به این دلیل که علاوه بر وجود علاقه بین والد و فرزند، روابط عاطفی میان خود فرزندان نیز شکل می‌گیرد و این موضوع به رشد و بالندگی خانواده کمک می‌کند، در خانواده‌های رشدیافته، افراد آزادانه باهم درددل می‌کنند و برای امور خانواده برنامه‌ریزی می‌نمایند و اگر چیزی مزاحم اجرای برنامه‌ها گردید با انعطاف‌پذیری، خود را با آن تطبیق می‌دهند و در چنین خانواده‌ای است که زندگی آدمی و احساسات بشری از هر چیز دیگری مهم‌تر است. همدلی و همسویی با افراد خانواده، عشق‌ورزی و سهولت در برقراری ارتباط با افراد هم‌سن در جامعه و مدرسه، از اصلی‌ترین ویژگی‌های فرزندان خانواده‌های چندفرزند است.

ابراز عواطف مثبت و خوشایند والدین با فرزندان و خواهر و برادرها با یکدیگر، در خانواده‌های چندفرزند، دوستی و علاقه میان آنها را پدید می‌آورد و آن را افزایش می‌دهد و این موضوع بر استحکام، انسجام و شدت روابط اعضا با یکدیگر می‌افزاید. خانواده‌هایی که از انسجام خوبی برخوردارند می‌توانند با عوامل تنش‌زا یا بحران به خوبی سازش‌یافته یا آن را پشت سر گذارند. از طرف دیگر در خانواده‌های تک‌فرزند عموماً تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی و مدیریت خانواده به عهده تک‌فرزند می‌افتد و فرزندسالاری و حکمرانی فرزند در خانواده موجب کاهش انسجام خانواده می‌گردد. در متون دینی نیز از فرزند با تعبیری همچون میوه دل و نور دیده، مایه خوشبختی و کسی که انسان را یاری می‌کند، و نیز مایه رحمت و غفران الهی یاد شده است.

از طرف دیگر افسردگی والدین پس از بزرگ شدن و ازدواج فرزندان در خصوص خانواده‌های تک فرزند به شدت بیشتر احساس می‌شود. خصوصاً خانواده‌هایی که در سال‌های اول ازدواج تنها فرزند خود را به دنیا آورده باشند به ناگاه در سن حدود چهل سالگی دوباره تنها می‌شوند. تعداد فرزندان بیشتر در نسل‌های قبل، می‌توانست مانعی برای افسردگی والدین باشد. بچه‌ها پشت سر هم به دنیا می‌آمدند و دیگر مجالی برای نپروری فرزندان وجود نداشت. اگر بچه غذاش را نمی‌خورد، بچه دیگری فوراً غذاش را می‌خورد. هیچ کس تنها کانون توجه خانواده نبود اما تک‌فرزندهای امروزی، آنقدر توجه بی‌دریغ والدین را می‌بینند که با وارد شدن به جامعه و دیدن کوچکترین بی‌توجهی، سرخورده می‌شوند.

همچنین فرض وارد آمدن آسیب به تک‌فرزند مثل معلولیت یا مرگ وی می‌تواند بنیان خانواده را نابود کند و چنانچه در مواردی مشاهده شده است که موجب عدم امکان ادامه حیات اجتماعی برای پدر و مادر می‌شود. در بسیاری موارد امکان فرزند آوری نیز برای پدر و مادر فراهم نیست و سرنوشت نامعلومی را برای آنها رقم می‌زند.

به طور کلی با توجه به اینکه خانواده در حکم یک نظام و سیستم است، در خانواده تک‌فرزند، این سیستم به شکل یک مثلث درخواهد آمد و ارتباطها بسیار محدود است و فرزند فقط با پدر و مادر بزرگسال خود تعامل دارد و بسیاری از روابط اجتماعی شکل نخواهد گرفت. حال زمانی که تعداد فرزندان افزایش می‌یابد این نظام ارتباطی به صورت توانی افزایش می‌یابد و گسترش پیدا می‌کند. تعامل فرزند با پدر و مادر و خواهر و برادر و ارتباط چهره به چهره، روش‌های حل مسئله، تعامل، همدلی، صمیمیت، گذشت و تفکر خلاق شکل خواهد گرفت و خانواده شباهت بیشتری به جامعه واقعی پیدا خواهد کرد و کودک می‌تواند در این حالت نمونه‌ای از تعاملات و ارتباطات موجود در اجتماع واقعی را ببیند و نحوه صحیح برخورد با مسائل و موضوعاتی که در آینده در جامعه با آنها مواجه خواهد شد را بیاموزد و تمرین کند.