

Ana olmaq üçün ən ideal yaş, insanın emosional yetkinliyə çatdığı yaşıdır. Ana olmaq qadın həyatında ən əhəmiyyətli dönüş nöqtələrindən biridir. Bəs qadın nə vaxt ana olmaq üçün emosional yetkinliyə çatır? Erkən yaşda ana olmaq üstünlük və ya dezavantajdır? SİA məsələ ilə bağlı araşdırma aparıb.

Valideyn olmaq insan həyatındaki məsuliyyətləri dəyişdirir. Yeni rollara və şəxsiyyətlərə alışmaq asan deyil. Tibb mütəxəssisləri fizioloji cəhətdən ideal doğuş yaşının 20-30 arasında olduğunu söyləsələr də, psixoloji baxımdan ideal yaşdan danışmaq mümkün deyil.

Bəzi insanların emosional yetkinliyə daha erkən çatdığını, ancaq 30 yaşlarında olmalarına baxmayaraq, bu məsuliyyəti üzərinə götürməyən insanlar olduğunu ifadə edən mütəxəssislər, "Ana olmaq üçün ideal yaş, insanın emosional yetkinliyə çatdığı yaşıdır. Gələcək ananın həyatdakı istək və arzularının ən azından bir neçəsini reallaşdırma şansı olanda və uşaq üçün yeni vəzifələr götürmək üçün hiss edəndə, ana olmaq üçün ən uyğun yaşa çatmış olur".

Bəs gənc ana olmağın üstünlükləri və mənfi cəhətləri nələrdir?

Üstünlüklər

-Gənc yaşda ana olmağın ən əhəmiyyətli üstünlüyü hamiləlik dövründən başlayaraq fiziki cəhətdən daha güclü və sağlam olmaqdır.

-Birdən çox uşağın olma ehtimalını artırır.

-Erkən yaşda ananın kimliyi ilə tanış olan insan daha tez böyüyür.

Mənfi cəhətləri

-Qadın həyatdakı məqsədlərinin bir hissəsini təxirə sala bilər.

-Qadınlar iqtisadi müstəqilliyi ilə bağlı problemlər yaşaya bilər.

-Ər-arvad münasibətləri möhkəmlənmiş ana olmaq qadının qəflətən özünün ana kimliyi ilə üzləşməsinə səbəb olur. Bu münasibətlərdə bəzi problemlərə səbəb ola bilər. Cütlük arasındakı romantizm və dostluq kifayyət qədər inkişaf edə bilməz.

-Hələ yeni ev və evliliyə alışmadan uşaq sahibi olmaq əlaqənin stres səviyyəsini artırır, gərginliklər də artır.

-Cütlük iqtisadi cəhətdən hələ rahat bir səviyyəyə çatmayıbsa, münasibətlərdəki mübahisələr arta bilər.

Ana olmaq hər bir qadın üçün möcüzəvi bir haldır. Ana olmaq, özünüzdən daha çox düşündüyünüz və bir ömür boyu düşünəcəyiniz bir varlığın yavaş-yavaş içərinizdə formalaşması deməkdir. Bu gün qadınların təhsil səviyyəsinin artması və sonrakı karyera həyatı ana olmaq yaşının artmasına səbəb olmuşdur. Türkiyədə bir qadının orta evlilik yaşı 25-27 arasındadır. Ana olmaq üçün ideal yaşın 25-30 yaş arasında olduğunu söyləyə bilərik.

Evləndikdən sonra bəzi qadınlar uşaq sahibi olmaq üçün hazırlıq prosesindən keçirlər. Evlilik uyğunlaşması və cütlüklərin münasibətlərinin tənzimlənməsi üçün müəyyən bir zaman lazımdır. Qadınlar həm özlərini, həm də həyat yoldaşlarını valideyn olmaq prosesinə hazırlayırlar. Çox erkən yaşda (18-20 yaşlarında) körpə doğarkən, adətən valideynlərin bu hazırlıq prosesinə girmədiyini müşahidə edirik. Körpə dünyaya gəldikdən sonra ana və atanın rolları təyin olunmağa və öyrənilməyə başlayır.

Erkən yaşda ana olmağın bəzi üstünlükləri ilə yanaşı mənfi cəhətləri də var. Üstünlüklərini aşağıdakı kimi sıralamaq olar:

-Sağlamlıq baxımından qadının yumurtaları daha sağlamdır və zəifləmə riski gənc analara nisbətən çox azdır.

-Erkən yaşda ana olan qadınlar uşaqları ilə daha çox vaxt keçirə bilərlər.

-Gələcəklə bağlı narahatlıq gec yaşlarda ana olan qadınlardan daha azdır.

-Gec yaşda ana olan qadınlar, övladlarının gələcəyini görə bilməyəcəkləri, onlara yetərli olmayacaqları və ya onlarla daha az vaxt keçirdikləri üçün sız narahatlıq keçirə bilərlər.

-Yaşla birlikdə bəzi sağlamlıq problemləri də meydana gəlir. Tez yorulma, yuxusuzluğa dözümsüzlük, uşağın enerjisine və hərəketlili-

Gənc ana olmağın mənfi və müsbət cəhətləri

yinə uyğun gələ bilməmək kimi problemlər gec doğum edən analarda daha çox rast gəlinir.

Bu səbəbdən erkən yaşlarında ana olan qadınlar daha enerjili, uşaqlarına qarşı daha tolerant və daha səbri olurlar.

Erkən yaşda ana olan qadınlar, ümumiyyətlə, uşaqları ilə çox nəsil qarşıdurması yaşamırlar. Xüsusilə uşaqlarının yeniyyətlik dövründə daha anlayışlı, daha konstruktiv və vasitəçi ola bilərlər.

Bundan əlavə, erkən yaşlarında analıq vəzifələri üçün yenidən ana olmaq fikrinə, yeni uşaqlarına bir bacı və qardaş dünyaya gətirmək fikrinə daha asan qərar verə bilərlər. Çünki daha bir uşaq üçün kifayət qədər enerjiyə sahib ola bilərlər.

Digər tərəfdən, erkən yaşlarında ana olan qadın, qadınlığını, qadın rolunu, arvad rolunu dərk etmədən ana olur. Həyatda təcrübəsiz ola bilər. Bu səbəbdən uşaq böyüdükcə səhv etmə ehtimalı yüksəkdir.

Təəssüf ki, körpə olanda həyatda nə etmək istədiyini dərk edə, əri ilə münasibətlərini tam qura və ərinin problemlərini həll edə bilmirlər. Təəssüf ki, problemlər daha da artır və uşaqlarla həyat yoldaşları bu vəziyyətdən mənfi təsirlənirlər.

Cəmiyyətimizdə körpənin pis gedən evliliyi xilas edə biləcəyi ilə bağlı bəzi yanlış fikirlər var. Evlilikdə bəzi problemlər varsa, körpə doğulandan sonra bu problemlər daha da pisləşəcək.

Problemlər həll edilə bilməsə və əlaqəyə son qoyulsa, erkən yaşda ana olan bir qadın, çox sevdiyini və dəyər verdiyinə baxmayaraq uşağını öz həyatı qarşısında bir maneə kimi görə bilər. Çünki övladları qarşısında məsuliyyət daşıyırlar. Fərdi şəxsiyyətinin yanında ana kimliyi də var və həyatını yönəldirərkən həmişə uşağını düşünməlidir.

Yeni bir şəhərdə yaşamaqdan iş seçməyə, yeni bir münasibət və həyat yoldaşı seçməyə qədər hər bir məsələni dərinləndirən hər bir uşağının xeyrinə etməlidir. Bu vəziyyət həm erkən yaşda ana olan qadına, həm də uşağına zərər verə bilər.

Erkən yaşda ana olan insanlar, həyatdan gözlediklərini, həyat məqsədlərini, həyat yoldaşları ilə ər-arvad münasibətlərini və ana olmaqdan sonra qarşılaşacaqları çətinlikləri də nəzərə almalıdırlar. Əlbəttə ki, bu, yalnız gənc yaşda körpə dünyaya gətirəcək qadınlara deyil, hər yaşda olan qadınlara aiddir. Ancaq bu risk erkən yaşlarda ana olan qadınlar üçün daha yüksəkdir. Çünki erkən yaşda ana olan qadınlar çoxu təəssüf ki, maddi azadlığa malik deyillər və həyatda daha çox mübarizə aparmaq məcburiyyətində qala bilərlər.

Sağlam bir körpə dünyaya gətirmək və uşağının gələcəyini əri ilə birlikdə təşkil edə bilmək hər bir qadının arzusudur. Bütün analıqdan dadmaq və uşaq sahibi olmaq istəyən qadınlara deyə biləcəyimiz ən vacib şey, uşaqlarını qeyd-şərtsiz sevmək və onlara sevgini göstərməkdir. Sevgi, uşağınıza verə biləcəyiniz ən əhəmiyyətli dərmandır.

Məsələ ilə bağlı sosioloq Lalə Mehralı münasibət bildirib: "Gənc ana olmaq məsələsi bir az ikibaşlı sözdür. Burada var yetkinlik yaşına çatmaq məsələsi, biri var gənc orqanizmə. Bizdə gənc ana olmağı 16 - 17 yaşında ana olmaq hesab edirlər. Əslində, gənc orqanizmə üçün ana olmaq yaxşı şeydir. Gənc fərd Azərbaycan qanunlarına görə yetkinlik yaşına çatmış 18 yaşını tamamlamış insanlardır, 25 yaşına qədər ilk dəfə ana ola-

caqsansa, 25 yaşına qədər həkimlər elə hesab edir ki, ana olmaq üçün ideal vaxtdır. İnsan orqanizmi daha dinc, daha qıvraq olur. Necə deyirlər ana olmaq üçün uyğun olur. Tətlim, hormonlar, vitaminlər, minerallar orqanizmin hazır vəziyyətdə olması lazımdır. Həm səbr, həm orqanizmin sağlamlığı, həm

psixoloji baxımdan, ümumilikdə bütün hallarda gənc yaşda ana olmağın müsbət tərəfləri çoxdur. Amma bu, mənəcə, çoxluğa aid ediləməlidir. İnsanlar var ki, 25 yaşında özünü hələ uşaq hesab edir və ya ana olmağa hazır deyiləm deyir. 30 yaşında dünyaya uşaq gətirmək niyyətindədir. Bu da ola bilsin psixoloji cəhətdən özünü həmin vaxt hazır hesab edir. Amma 30 yaşda onun orqanizması tibbi baxımdan hesablayanda nə dərəcədə hazır vəziyyətdə olur?! Bunu həkimlər daha yaxşı izah edə bilər. 22 - 23 yaşında ana olan qadınla 30 yaşında ana olan qadının orqanizması eyni deyil. Təbii ki, daha gənc yaşda ana olmağın üstünlükləri özünü dünyaya gəlmiş uşağın sağlamlığında, psixologiyasında daha yaxşı büruzə verir".

Məsələnin tibbi yanı ilə bağlı cərrah, mama-ginekoloq Ləman Əliyeva da münasibət bildirib: "Hər şeyin öz zamanı var.

Gənc ana olmağın üstünlüyü odur ki, insan həmçinin də gənc nəne olur. Bu, görünməyən olaraq da kənardakılara xoş təsir bağışlayır. Uşaq, gec yaşda olduqda qadın orqanizmində yumurta hüceyrələri qocalmaya doğru gedir. Bildiyimiz kimi, yumurta hüceyrənin yetişməsi tükənən bir prosesdir. Yeni, bu, hər zaman belə davam etmir. Hamilə qalmağı gec planlaşdıranda da tez-tez problemlə üzləşirlər. Ümumiyyətlə, qadın-kişi orqanizmində inkişaf mərhələləri var. Bu inkişaf mərhələlərinin də müəyyən yaşda başa çatdığı dövr var ki, qadınlar tez ana olduqda qadın orqanizmi buna tab gətirməyə, hamiləliyi özünə yad cisim kimi hesab edə və hormonlarda problem yaşana bilər".

Psixoloq Fərqanə Mehmanqızı da münasibət bildirib: "Biz gənc yaşda daha emosional, daha həssas, daha çilginiyi və bu yaşda bizə verilən bir insan yetişdirməyən, ana olmağın məsuliyyətini 30 yaşdan sonra dərk edə bilərik. 30 yaşdan sonra ana olanda, övlad yetişdirəndə həyata daha başqa cür baxırsan, məsuliyyətli olursan və duyğular da başqa cür olur. Çünki mən özüm də o hissi yaşamışam, mən özüm də 24 - 25 yaşında ilk dəfə ana olmuşam, 35 yaşında isə ikinci dəfə ana olmuşam. Uşaqla özüm arasında psixoloji alyansın gücü də ayırır və mən bu vaxta qədər deyilənləri öz üzərimdə də hiss etməmişəm. Doğrudan da, müəyyən bir yaşdan sonra ana olmağın məsuliyyəti, olgunluğu, uşaqla olan münasibət tamam fərqli olur. Çox adam deyir ki, "səbr qalmaz". Bu çox yanlışdır. Mən də elə düşünürdüm. Amma çox qəribə bir səbr olur. Səbrdən əlavə çox qəribə hər şeyi olduğu kimi qəbul etmək olur. Allah bütün övlad istəyənlərə övlad nəsib etsin. Çox gözəl hiss və duyğudur. Bir də öz həyatımız var, həyatı yaşayıb sonra ana olmaq var. Düşünürəm ki, müəyyən bir yaşdan sonra ana olanda daha gözəl insan yetişdirə bilirsən. Çünki ana olmaq, "camaat görsün övladım var", "camaat görsün sonsuz deyiləm" deyil, cəmiyyətə, dövletə də özün üçün bir insan yetişdirməkdir".

Araşdırmanı daha dolğun etmək üçün şəhər sakini xanımların da fikirlərini öyrəndik:

Şəhər sakini Aliyə Qarayeva: "Gənc ana olmağın, mənim fikrimcə, həm mənfi, həm də müsbət cəhətləri var. Müsbət cəhətləri odur ki, gənc yaşda ana olan xanımlar uşaqlarına qarşı daha səbri və hövsələli

olurlar. Onlar övladlarına daha çox zaman ayırırlar. Həmçinin, uşaqla daha çox oynayırlar. Uşağın qayğısına qalmaq, daha çox uşaqlarla gezmək, əyləncəli oyunlar oynamaq istəyirlər. Mən özüm də gənc ana olmuşam. Mənim 40, qızımın isə 21 yaşı var. Buna görə çox xoşbəxtəm. Bizi kənardan görənlər ana-bala olduğumuzu düşünmür. Lakin gənc anaların əksəriyyəti məsuliyyətini o qəddər də hiss etmirlər. Uşağa qarşı tələbkər olurlar. Çünki özləri də tam böyüməyiblər, düşüncələri uşaq düşüncələridir, sanki öz uşaqlıqlarını da indi yaşayırlar. Bu da uşaqlara xoş gəlir və xoş təsir bağışlayır. Mənfi cəhətlərə isə onu deyə bilərəm ki, gənc ana olan xanımların əksəriyyəti çox erköyün olurlar, ailə məsuliyyətini tam anlamırlar".

Şəhər sakini Cavidə Eynullayeva: "Ana olmaq çox gözəl duyğudur. Mən hər bir qadına ana olmağı arzu edirəm. Lakin bunun da öz yaşı var. Düşünürəm ki, bədəni gücsüz və ya tam formalaşmamış qızların ana olması onların özü üçün çətindir. Amma əgər tam sağlamdırsa, formalaşmışsa, bu halda ana olmaq üçün yaşın çox önəmi yoxdur. Sadəcə, qadınlarımız savadlı ana olmalıdır. Söhbət diplomlu yox, savadlı anadan gedir. Dünyagörüşü

olan qadınlar çox gözəl ana olurlar. Ümumilikdə isə 18 yaşından tez evlənenləri qınayıram. Bu, düzgün deyil. Qızlarımızın tez qadın olması, qadınlaşması yanlışdır. Onlar həyatı anladığından sonra evlənilib ailə qurub ana olmalıdırlar. Ailənin dəyərini anlayaraq ana olmaq yaxşıdır. Mən, 20 yaşında ana olmuşam. Düşünürəm ki, 2-3 il də gözələm daha yaxşı olardı. Lakin çox xoşbəxtəm ki, bir qızım var. İnşallah layiqincə qız anası olmağın öhdəsindən gələrim".

Şəhər sakini Gülnar Əliyeva: "Mən gənc ana olmağın tərəfdarı deyiləm. Çünki gənc ana özü uşaqdı. O özü uşaq olduğu halda övladına nə öyrədə biləcək?! Gənc yaşda ana olmaq həm də qadının daxili orqanlarına ziyanıdır. Çünki, bu orqanlar hələ tam formalaşmayıb. Gənc anaların əksəriyyəti təhsilsiz qadınlardır. Düşünürəm ki, ana olmaq üçün 25 yaşdan yuxarı düşünmək lazımdır. Çünki 25 yaşdan sonra qadın yetkin olaraq həyatı tam anlamı ilə dərk edir. Bu yaşda insan əsasən düzgün qərar verə bilər. Düşünürəm ki, günümüzdəki boşanmaların da səbəbi gənc yaşda ailə qurmaqdır. Çünki tələsib düşünmədən ailə qururlar. Gənc ailə qurmaqda müsbət heç nə yoxdur. Tək müsbət cavan nəne filan ola bilməsidir".

Şəhər sakini Ayten Məmmədova: "Yaşından tez ana olmağın müsbət cəhəti o ola bilər ki, insan uşağı ilə daha çox vaxt keçirə biləcək. Yəni, ana özü cavan qalır uşağı da böyük olur. Məsələn, mənim sinif yoldaşım 16 yaşında ailə qurub. Məlumdur ki, sinif yoldaşım olduğu üçün də mənimlə yaşayır. Övladları da böyükdür. Amma mən gec ailə qurduğum üçün mənim uşağımın 5 yaşı var. Düşünürəm ki, müsbət cəhət budur. Gec ailə quranda kamil olursan, amma uşaqla oynamağa vaxt və hövsələ az olur. Gənc ana ilə gec yaşda ana olan ananın enerjisi eyni olmur. Gəncə daha aktiv daha səbri olur. Həmçinin, uşaqla da fikirləri yaxın olur".

