



KARDEŞ KISKANÇLIĞI

GİRNE ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

Kıskançlık, doğal bir duygu olmakla beraber kişiyi oldukça mutsuz edebilen, sevilen birinin veya bir nesnenin başkası ile paylaşılmak istenmemesidir. Kardeşler arasındaki rekabet onların birbirlerine karşı olumsuz duygular hissetmelerinden değil, anne baba tarafından daha fazla sevilme ihtiyacından kaynaklanmaktadır. Her çocuk en çok ve en iyi şekilde sevilme ister. Çocuklar arasındaki mücadeleyi kamçılayan da anne babanın paylaşamayan sevgi, onay ve ilgisidir. Genellikle ilk çocuk, anne ve babanın göz bebeği olup ailenin ilgi ve dikkat merkezidir. Kardeşin gelişimi ile çocuk ailesinin sevgi ve ilgisini kardeşiyle paylaşmak zorunda kalacağından bunu kabullenmekte güçlük çeker. Özellikle annesinin kardeşiyle ilgilendiğini gören büyük çocuk, sevilmediğini, ihmal edildiğini düşünür, bundan da acı çeker ve üzülür.

Kardeş kıskançlığının belirtileri nelerdir?

Kardeş kıskançlığının birçok farklı belirtisi olmakla beraber başlıca belirtisi çocuğun anne ve babasından uzaklaşmasıdır. Çocuğun anne ve babasından uzak durmaya başlaması, onları yeterince dinlememesi, kardeş kıskançlığının temel belirtileridir. Diğer belirtilerden bazıları ise çocukların kardeşlerine karşı şiddet eğilimi göstermesi ve her bulduğu fırsatta kardeşine zarar vermeye başlamasıdır.

Ayrıca, çocukta birden ortaya çıkan altını ıslatma, parmak emme gibi sorunlar kardeş kıskançlığından kaynaklı belirtiler olabilir.

Bazı çocuklar kıskançlık duygularını açıkça ortaya koyup, kardeşine vurma, onun oyuncağını kırma, gibi davranışlar gösterebilirler. Bazı çocuklar da ise duygularını bastırarak, kardeşlerine aşırı sevgi gösterebilirler. Genelde bu davranışın altında çoğu zaman ana, babanın sevgisini kaybetme ve tepki görme korkusu yatar.

- Çocukta üzüntü,kin, öfke, nefret ve intikam alma düşünceleriyle beraber, kardeşine sevgi, koruma ve yakınlık hissetme isteği gibi karışık duyguları bir arada hissedebilmektedir.

Ayrıca kardeş kıskançlığında görülen diğer belirtiler şu şekilde gözlemlenebilir;

- Kekemelik
- Emeklemeye geri dönme
- Bebek gibi konuşma
- Biberonla beslenmek isteme
- Yalancı emzik kullanmaya başlama
- Anneye aşırı bağımlı olma
- Konuşma gecikmesi.

NELER YAPABİLİRİZ?

- Çocukla ebeveyn arasındaki bağı kuvvetlendirmek faydalı olacaktır.

Anne ve babalar kardeş kıskançlığı durumunda çocukları ile olan bağlarını kuvvetlendirerek çocuğa, kimseyi onun kadar sevemeyeceğini söyleyerek, her çocuğun sevgisinin ayrı olduğu konusunda ikna edici olmalıdırlar. Çocuk ile geçirilen zaman ve günlük rutin aktiviteleri arttırılmalıdır.

- **Çocuğa Sık Sık Gülümsemek**
Neşeli ve bol bol kahkaha atan, sürekli gülümseyen bir anne ve baba, çocukta strese neden olan hormonların azalmasına ve endişeli halinin ortadan kalkmasına yardımcı olacaktır.

- **Çocuğa Sabırlı Olması Gerektiğini Öğretmek**

Kardeş kıskançlığı yaşayan çocuklarda; en önemli göstergelerinden birisi de çocuğun sürekli yardıma ihtiyacı olduğunu söyleyerek anne babaya “benimde ihtiyacım var” şeklinde cümleler kurmasıdır.

Bu durumda çocukla konuşmak ve kardeşinin kendi ihtiyaçlarını karşılayamayacak kadar çok küçük olduğu için yardıma daha çok ihtiyaç duyduğunu belirtmek gerekir. Anne ve baba, bu aşamada çocuğa sabırlı olması gerektiğini güzel bir dil ile anlatmalıdır.

Kardeşi doğduktan sonra büyük çocuğa nasıl davranmalıyım?

*Büyük çocuğun yeni doğan kardeşiyle ilgili duygularını tanımlayın. ‘kardeşin olduğu için çok şanslısın’ gibi bekkide onun hiç katılmadığı ifadeler yerine onun zor durumunu anladığınızı gösteren ‘Bebek uyurken sessiz durmanın senin için çok kolay olmadığını biliyorum’ demek daha uygundur.

*Bütün suçu bebeğe atmayın. Sürekli olarak ‘şimdi parka gidemeyiz çünkü bebek uyuyor...’denilmesi Çocukta ‘bebekten başka bir laf duymuyorum, bebek yüzünden eğlenceli bir şey yapamaz olduk’ isyanına neden olur. Başka bir neden bulun. örn.‘parka baban gelince gidebiliriz’ gibi .

*Hayır yapma dur demeyi sözlüğünüzden çıkarın; Çocuklardaki bebeğe karşı pek de yumuşak olmayan bir şekilde dokunma isteğine karşı, ‘hayır dur’ demektense, çocuğun bizim kontrolümüzde kardeşine dokunmasına ve hissetmesine izin vermek, eğer zarar veriyorsa çocuğun ilgisini başka bir yöne çekerek bebekten uzaklaştırmak daha doğrudur.

*Çocuğunuzu sevdiği bir kişi ile (anne baba yada hayatındaki önemli bir yetişkin) her gün özel bir zaman geçirmesini sağlayın. Çocuk evdeki yerinin güvende olduğunu ne kadar bilir ve sevildiğini ne kadar çok hissederse kardeş rekabeti de o kadar az problem olur.

*Kardeşiyle ilgili doğru bir davranışta bulunduğunda olumlu şeyler söyleme fırsatını kaçırmayın. “kardeşine ne kadar güzel dokunuyorsun, bak o da sana gülümsüyor ” demek kardeş ile ilgili olumlu duyguları pekiştirir.

*Çocuk her istediğinde kısa da olsa ona zaman ayırırsanız onun kendisine yeterince zaman ayrıldığı hissine kapılmasını sizden daha kolay ayrılmasını sağlayabilirsiniz. ‘Benimle oynar mısın?’ diye sorunca ‘evet seninle 5 dk oynayabilirim’ deyin. Saatlerinizi ayırmanız gerekmez. 4-5 dakikalık bölünmemiş bir ilgi bile çocuğu rahatlatır. Bu süre sonunda onu öpün, ‘seninle zaman geçirmek çok eğlenceliydi, ama şimdi işime dönmem lazım’ diyebilirsiniz.