

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Bunu evden
götürün,
istemiyorum!



PAMUKKALE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
#YANINIZDAYIZ

Çocuklarda Kıskançlık

Kıskançlık Türk Dil Kurumu Sözlüğünde; “Bir kimse bir üstünlük gösterdiğinde veya sevilen birisinin, başkası ile ilgilendiği kanısına varıldığında takınılan olumsuz tutum” olarak tanımlanmıştır.

Tanımından da anlaşılacağı üzere kıskançlık tüm insanlara has ve diğer tüm duygular kadar da doğal bir duygudur. Fakat ebeveynler olarak, çocuklarımızın kardeşlerini, arkadaşlarını ya da ebeveynlerini kıskandığını gördüğümüzde bu durumdan rahatsız olur ve kaygılanırız. Çünkü kıskançlığın baş edilmesi zor bir durum olduğunu düşünürüz.

Çocuklarda kıskançlığın en sık karşılaşılan türü kardeşe dönük olan halidir. Çoğunlukla büyük çocuğun küçük kardeşi kıskanması olarak görülse de zaman zaman küçük kardeşin ağabeyini/ablasını kıskanması olarak da karşımıza çıkmaktadır.

Kardeş Kıskançlığının Sebepleri

Çocuğun, ebeveyniyle olan tüm paylaşımlarını, başka biri ile paylaşmak zorunda olması, kardeş kıskançlığının en temel sebebidir. Kendini değersiz hissetme, yeterince ilgilenilmeme, ihtiyaçlarının eskisi kadar hızlı ve zamanında karşılanmaması gibi durumlar çocuğun kıskançlık duygusunu yaşamasına neden olmaktadır.

Kardeşinin olmasını çok isteyen bir çocukta da, kardeşin dünyaya gelmesi ile birlikte kıskançlığa bağlı davranış örüntüleri görülebilmektedir. Bunun sebebi ise çocukların isteklerinin değişken olması ve kardeşinin olması ile ilgili kurduğu hayalin, bebeğin doğumundan sonra yıkılmasıdır. Çünkü büyük çocuk kardeşi bir oyun arkadaşı olarak istemekte fakat yeni doğan bebek, anne babasını paylaşması gerektiği ve onunla en azından belli bir süre oyun oynayamayacak bir bireydir. Bu durumu fark ettiğinde artık onun evde olmasını istemeyebilir.

Eve bir kardeşin gelmesi çocuklarda genelde rekabet duygusunun ortaya çıkmasına sebep olur. Büyük çocuk için kardeş; artık anneyi, babayı, zamanı, ilgiyi paylaşması gereken bir rakiptir. Kendisine verilen her şeyde zamanla oluşan azalma, kardeşine öfke duymasına neden olur. Özellikle kardeşinin doğumu ile kendi hayatında büyük değişiklikler yaşandıysa, örneğin doğumdan hemen sonra ya da çok kısa bir süre önce kreşe veya anneanne-babaaanne gibi büyüklerin yanına gönderilme gibi durumlar söz konusu olduysa, çocuk kendini aileden dışlanmış hissedebilir. Bunun sorumlusu olarak da kardeşini göreceği için, ona dönük kıskançlığı yoğun olacaktır.



Kardeşlerin birbirileri ile kıyaslanması da kıskançlığın ortaya çıkma sebeplerinden biridir. Bununla beraber büyük çocuğa sen artık ağabeysin/ablasın, böyle şeyler yapmamalısın diyerek gereğinden fazla sorumluluk vermek, bazı alanlarda fazla sınırlamalar getirmek, zarar vermesinden korkulduğu için küçük çocuğa yaklaştırmamak veya kıskançlığa bağlı olumsuz davranışlar ortaya çıktığında kızmak ve yoğun tepkiler vermek, kıskançlığın artmasına neden olmaktadır.

Anne babaların kardeşler arasında çıkan tartışmalarda taraf tutması, onların arasındaki soruna müdahale ederek çözmeye çalışmaları da kardeş kıskançlığını ortaya çıkarabilir.



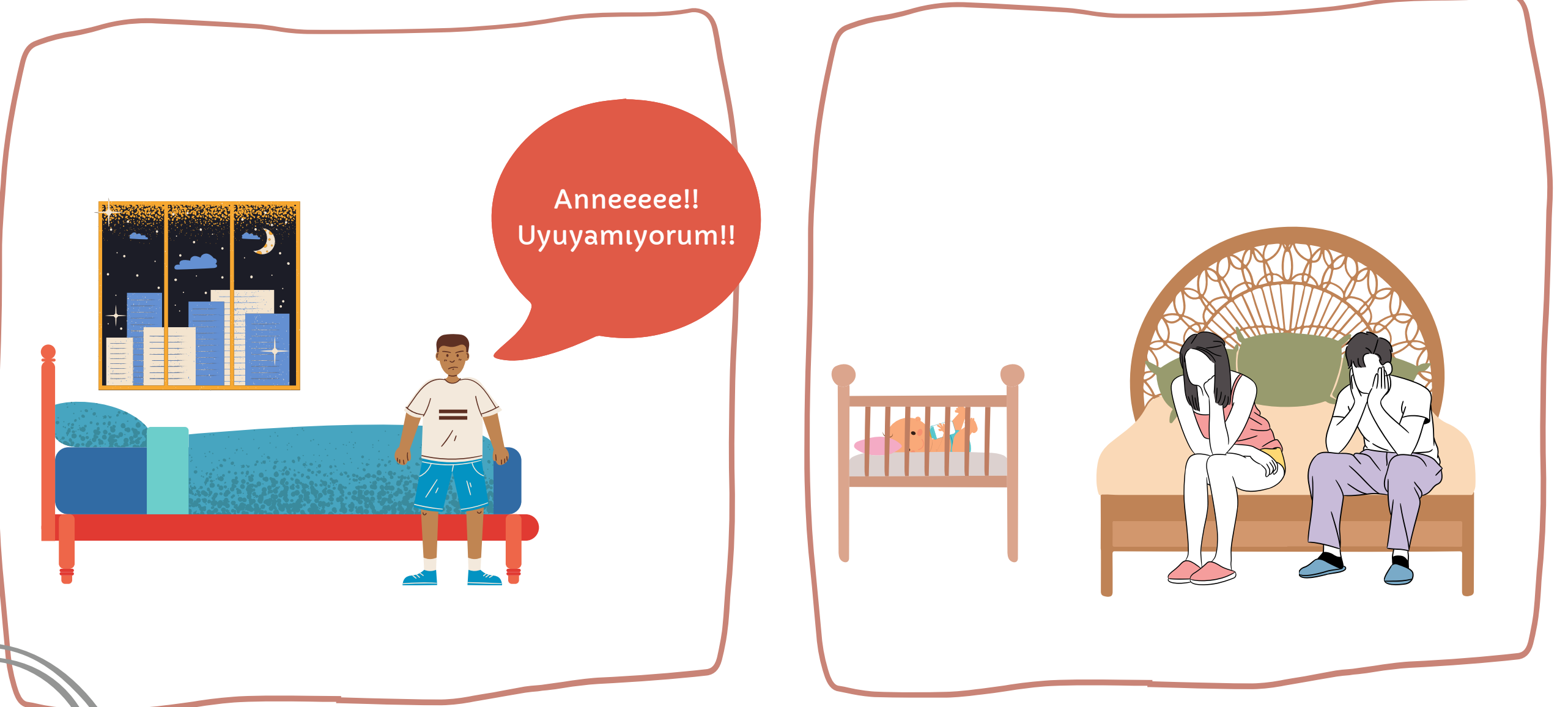
Kıskanan Çocukta Görülecek Davranışlar

Kıskançlığın en büyük nedeni olan, gösterilen ilginin azalması, büyük çocukta, ilgiyi üzerine çekmek için çeşitli davranış değişikliklerine sebep olur. Bunlardan bazıları şu şekilde sıralanabilir;

Davranışlarda gerileme (regresyon) görülebilir. Bebek gibi konuşmaya başlama, parmak emme, tek başına giyinememe, yemeğini kendi yiyememe gibi.

Uykusunda kabus gördüğünü ve korktuğunu söyleyerek ebeveynleriyle birlikte uyumak isteyebilir.

İçine kapanıp sessizleşebilir.



Normalden fazla öfkeli ve saldırgan davranabilir.

Okul çağı çocuğuyorsa, evde kardeşi ile birlikte anne babasını yalnız bırakmamak için okula gitmek istemeyebilir.



Duyduğu kıskançlığa bağlı, gerçek olmayan karın ağrıları, mide bulantıları şikayetleri olabilir.

Ebeveynlerinin sevgisini sorgulayabilir.

Kardeşine fiziksel olarak zarar vermeye çalışabilir. Ebeveynlerinin sevgisini kaybetmemek için kardeşine "gerçekçi olmayan" aşırı sevgi gösterilerinde bulunabilir.

Ebeveynler Neler Yapmalı

Sakin kalmalı ve çocuğunuzun bu duygusunu kabul etmelisiniz.

Bir kardeşi olacağını, doğumdan önce zaman içerisinde çocuğunuza anlatmalı ve olacaklar hakkında bilgilendirmelisiniz. (Bu konuda kitaplardan ve masallardan faydalanabilirsiniz)



Doğacak bebeğiniz için yaptığınız hazırlıklara büyük çocuğunuzu da dahil etmeli, bebeğinize yaptığınız alışveriş esnasında büyük çocuğunuzu da ihmal etmemelisiniz.

Bir kardeşi olduğunda onu sevmekten vazgeçmeyeceğinizi, ailenizin artık 3 değil 4 kişiden (sayı duruma göre değişebilir) oluşacağını, eskisi gibi onu sevmeye devam edeceğinizi muhakkak vurgulamalısınız.



Canım, biliyorsun yakında bir kardeşin olacak. Bundan sonra daha büyük bir aileye sahip olacağız. Bařlarda onunla biraz daha fazla ilgilenmek zorundayız. Ama seni ihmal ettiğimizi düşünme. Seni ve kardeşini her zaman çok seveceğiz.

Kardeşi doğduktan sonra, bakımı ile ilgili konularda destek isteyebilirsiniz. Örneğin bezini getirmek, biberonunu tutmak gibi konularda yardımcı olabilir. Bu şekilde kardeşini benimsemesi de kolaylaşacaktır.

Zarar verecek korkusu ile kardeşini sevmesine engel olmamalısınız. Bu ihtimali de göz önünde bulundurarak dikkat etmeli fakat kaygınız var ise bunu çocuğunuza hissettirmemelisiniz.

Büyük çocuğunuzun hayatında ani değişiklikler yapmamalısınız. Kreşe başlayacaksa doğumdan hemen önce ya da sonra değil, yeterince zaman geçtikten sonra kreşe göndermelisiniz.

Kardeşinin aileye katılmadan önceki zamanlarda gerçekleştirdiğiniz rutinleri, elinizden geldiğince devam ettirmeye çalışmalısınız. Ebeveynlerden biri küçük kardeşle ilgilenirken diğeri büyük olanla ilgilenerek durumu telafi edebilirsiniz. Az da olsa kaliteli zaman geçirmeye özen göstermelisiniz.



Büyük çocuğunuzun kıskançlık duygusu üzerine konuşmasına izin vermelisiniz. Duyguları ifade etmemek içinde büyümesine ve öfkeye dönüşmesine sebep olacaktır. Kendini ifade etmesine olanak sağlayıp onu anladığınızı hissettirmeli, bu duyguyu normal kabul etmelisiniz.

Kıyaslamaktan kaçınmalı, yapabileceğinden fazlasını istememelisiniz.

Çocuğunuza, kardeşinin neden daha çok ilgiyle ihtiyaç duyduğunu anlatmalısınız. Örneğin onun beslenme, giyinme, tuvalet konularında desteğe ihtiyaç duyduğunu, henüz bunları kendisinin yapamadığını, küçükken tıpkı kardeşi gibi onun da bunları yapamadığını ama büyüdükçe öğrendiğini anlatabilirsiniz. Büyük çocuğunuza bebeklik fotoğraflarını göstererek somutlaştırabilirsiniz.

İki çocuğunuza da eşit şekilde davranmak mümkün değildir. Ama her ikisine de ihtiyacına dönük olarak yaklaşırsanız kıskançlığın yoğun yaşanmasına ve ileride daha farklı sorunlara sebep olmasına engel olabilirsiniz.