



Bu ayki rehberlik bülteni konumuz “Kardeş Kıskançlığı” hakkındadır. Sizlere çocuğunuza bu süreçte nasıl yardımcı olabileceğiniz ile ilgili önerilerimiz olacaktır.

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

“Neler olduğunu hiç anlamıyorum! Sanırım annem hasta çünkü sabahları kusuyor. Ona kötü bir şey mi olacak? Gücü o kadar azaldı ki kucağına çıkmak istediğimde beni yanına oturtup konuyu değiştiriyor. Babam bile farklı davranıyor. İlk defa anneme mutfakta yardım ediyor, alışveriş torbalarının hepsini o taşıyor. Sık sık anneme “Canın bir şey istiyor mu hayatım?” diye sorar oldu. Kesinlikle benden bir şey saklıyorlar!”

“Şimdilik kardeşim için hazırladıkları odaya girmeme ve eşyalarına dokunmama izin vermiyorlar ama o eve gelince birlikte çok eğleneceğiz. Zaten ben annemin en büyük yardımcısı olacaktım.”

“Hani annemin en büyük yardımcısı olacaktım? Hani birlikte çok eğlenecektik? Kardeşime dokunmama bile izin vermiyor. Kucağıma almak da yasak.”

-“Kardeşin geldiğinde onunla oynayacaksın, çok eğleneceksin” gibi sözleri kullanmamalıyız. Çünkü bebek ilk zamanlar onunla oynayamayacak kadar küçüktür, bu da çocukta hayal kırıklığına sebep olur.

Kardeş sahibi olmak başlangıçta heyecan vericiyken aslında hiç de kolay bir şey değildir. Aynı zamanda hayal kırıklığı ve dışlanmışlık duygularını da beraberinde getirir. Anne-babalar için de çocuklarına nasıl davranmaları gerektiği ile ilgili kafalarının karıştığı zor bir dönemdir.

Kardeşin doğumu ile birlikte anne, enerjisinin ve dikkatinin çoğunu sürekli bakıma muhtaç yeni bebeğe yöneltmek durumundadır. Çocuk, annesi ve babasıyla eskisi kadar çok zaman geçirememektedir. Bebek bakımında anneye destek olan baba aynı zamanda ev içi işlerle de

daha çok ilgilenmek durumunda kalabilir. Tüm bu değişimlerin aile içinde nasıl ele alındığı ve bunlarla nasıl baş edildiği, çocuğun yeni gelen kardeşe ve yeni hayatına karşı geliştireceği tutumu şekillendirir.



Çocuk, kardeşin doğumu ile birlikte hatta annenin hamile olduğunu öğrendiği ilk andan itibaren birçok farklı duygu yaşar. Bunlar arasında çoğu zaman anne-babayı belki de en çok zorlayan duygu, kardeşe ve ebeveynlere yönelen kıskınlık ve kıskançlık duygularıdır. Kıskançlığın temelinde çocuğun annesi ve babasının yalnızca kendisini sevmesi arzusu yatar. Kendisine yönelmesini beklediği sevgi ve ilginin bir başkasına yönelmesi karşısında çocuk üzüntü ve öfke duyar. Yeni doğan kardeşini kıskanan bir çocuk, anne babanın bilinçli ve olumlu tutumu ile kısa bir süre içinde yeni duruma uyum sağlayacaktır.

Çocuğun Kardeşini Kıskandığını Nasıl Anlarız?



❖ Bu dönemde çocukta genel bir huzursuzluk hali, sakinleşmekte zorlanma ve çevresindekilere öfkeli davranma gibi davranışlar gözlemlenebilir. Bazen baş ağrısı ve mide bulantısı gibi psikosomatik belirtiler ortaya çıkabilir. Çocuk okula gitmek istemeyebilir. Bu durum aileye okulda bir şeylerin yolunda gitmediğini düşündürse de çocuk bu davranışı ile evde; anne ile daha çok zaman geçirmeyi ve ona daha yakın olabilmeyi amaçlamaktadır.

❖ Sevilen ve tüm ilgiyi üzerinde toplayan bebeğe benzemeye çalışabilir. Yemeğini kendi başına yerken annenin yedirmesinde direnmek, bebeksi konuşmaların ortaya çıkması, anne-baba ile birlikte uyuma isteği, tuvaletini kaçırmaya başlamak, parmak emme ve sebepsiz ağlamalar bu dönemde

sıklıkla karşılaşılabilen tepkilerdir. Bu davranışlar ile çocuk, kendisinin de anne-babasının bakımına muhtaç olduğu mesajını verir.

- ❖ Kimi çocuk kıskançlığını doğrudan açığa vurmaz. Kardeşe büyük bir düşkünlük gösterir. Bebeğin bakımında anneye yardım etmeye can atar. Bu durum anne-babayı sevindirir ve çocuğun duruma çok rahat uyum sağladığını düşündürür. Oysa genellikle çocuk, olumsuz duygularını bastırarak annesinin kendisinden büsbütün uzaklaşmasını engellemeye çalışmaktadır.

Kıskançlık açıkça ifade edilemediğinde içeriye yönelir ve kıskançlığın gerçek sebebi gözden kaybolur. Kişi kıskançlıkları için yanlış sebepler ortaya atar ve bunların mantıklı olduğunu iddia eder. Böyle durumları önlemenin yolu, küçük çocukların uygun zamanda kıskançlık göstermelerine izin vermektir. Böylece yaşanan sağlıklı kıskançlık rekabete ve ihtirasa dönüşür. Tutarlı ve iyi bir bakım çocuğun gelişimine olanak sağlar ve kıskançlık ancak bu gelişimin sonucunda ortadan kaybolur.



Anne-Babalara Önerilerimiz:

*Çocuğa, annenin karnının belirginleşmesi ile aileye yeni bir üyenin katılacağı söylenmeli ve doğumdan önce gelecekte onu nelerin beklediği uygun bir dille açıklanmalıdır. Evdeki ortamın bir süre için her zamankinden daha hareketli ve telaşlı olabileceği, yeni gelen kardeşin bakıma muhtaç olacağı ve annenin bu süreçte bebek ile daha fazla vakit geçireceği bilgisi verilmelidir. Kardeşi için yapılan hazırlıklarda çocuğun da fikirlerini sunabileceği ortamlar yaratmak önemlidir.

*Çocuğa yeni bir kardeşin geleceği bilgisini çocuğun yaşına göre sözlü olarak ya da resimli/görsel içeriklerle açıklayabilirsiniz. Öncelikli olan tutumdur. Sürecin doğal olduğu çocuğa da hissettirilmelidir.

*Çocuklarınız için yapacağınız bir başka şey de adil olmanızdır. Bu çok zordur ancak elinizden geldiği kadar uğraşmalısınız.

*Annenin iyi bir destek sistemine (baba, aile büyükleri, yardımcıları vb.) sahip olması önemlidir. Ona destek olacak kişilerin müdahaleci olmadan, sakın bir şekilde ailenin düzen ve kurallarını göz önünde bulundurarak destek olmaları gerekir. Yeni gelen bebek, özel bir ilgi isteyecektir. Bu durumda üzerinizdeki sorumlulukları babayla paylaşabilirsiniz. Çocuk anneden ve onun yeni meşguliyetinden memnun olmadığında yöneldiği kişi baba olacaktır. Bu nedenle babadan gelen ilgi hoşuna gidecektir ve kardeş kıskançlığını azaltacaktır.

*Kıskançlığı önlemek amacı ile çocuğa aşırı hoşgörü ve anlayış gösterdiğinizde farkında olmadan, telafi etmeniz gereken kötü bir durumda olduğu mesajını vermiş olursunuz. İlgi ve sevgiyi kanıtlamak için çocuğunuzun gelişimsel olarak ihtiyaç duyduklarının dışında ekstra bir çaba sarf edilmemelidir. Örneğin; eskiden beri kendi odasında yatan bir çocuğu kendi yanınıza almak ya da yanınızda yatan bir çocuğu bebek geldikten sonra kendi odasında yatırma kararı da yanlıştır. Oda ayırma kararı bebek gelmeden önce verilmelidir.

*Kardeşi görüp kıskanmasın diye 3-4 yaş çocuğunu kardeşin doğumundan kısa bir süre sonra anaokuluna göndermek, çocuğun kendini evden atılmış duygusunu hissetmesine neden olabilir.

*Çocuğa, “Sen artık ablasın/abisin.” diyerek ondan yaşının üzerinde olgunluk beklenmemeli, onun da hala çocuk olduğu unutulmamalıdır.

*Anne-babalar tarafından kardeşler arasındaki rekabetin normal ve kabul edilebilir sınırlarda olup olmadığı gözlenmeli, bu sınırlar aşılmadıkça onlara müdahale edilmemelidir.

Sorunu kardeşlerin kendi aralarında çözümlenmeleri gerektiği söz ve davranışlar ile gösterilmelidir. Taraf olma rolünden kaçınılmalı ancak kardeşlerin birbirlerine zarar verdikleri durumlarda müdahale edilmelidir.

Sevgi ve Saygılarımızla
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi



KAYNAKÇA:

Winnicott, D.W.(2013).Ebeveynlerle Sohbet.(1). (N. Hatipoğlu, Çev.) İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Prof. Dr. Sefa SAYGILI, Çocuklarda Davranış Bozuklukları, Türdav Yayın Grubu, 2011.

Prof. Dr. Atalay YÖRÜKOĞLU, Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, 2004.

Prof. Tanya BYRON, Neden Kardeşlerimle Durmadan Kavgaya Ediyorum, Domingo Yayınevi, 2013.