**KARDEŞ KISKANÇLIĞI NEDİR?**

Kardeş kıskançlığı, çoğu zaman ebeveynin paylaşılamamasından ve bunun temelinde yatan güvensizlik duygusundan kaynaklanır. Yeni doğan kardeş dünyaya gelene kadar tüm ilgi ve sevginin sahibi olan çocuk, kardeşe yöneltilen ilgi ve sevgiden rahatsızlık duymaya başlar. Bu sebeple çocuk kardeşe gibi gözükse de aslında anne ve babaya bir kızgınlık, kırgınlık duygusu besler.

Kardeş kıskançlığının oluşumunda anne babanın tutumunun önemli olmasının yanında, doğan kardeş ile çocuk arasındaki yaş farkı da bu gibi problemin ortaya çıkmasında belirleyici olabilmektedir. Kardeşi ile arasında az yaş farkı olan çocuklarda, kardeşi ile arasında çok yaş farkı olan çocuklara göre kardeş kıskançlığının görülme olasılığı daha yüksek olabilmektedir.

Bunun yanı sıra cinsiyete göre de bazı farklılıklar yaşanabilmektedir. Doğan kardeşin cinsiyeti, çocuğun cinsiyetinden farklı ise çocuk anne babanın onun cinsiyetinden memnun olmadığı düşüncesine kapılabilir. Bu nedenle ailenin bu tür düşünceleri çocuğa yansıtmaması gerekir.

Son olarak aile dışındaki bireylerin de çocuğa ve yeni doğan bebeğe tutumları kardeş kıskançlığının oluşumunda ve şiddetlenmesinde önemli bir faktördür. İki kardeşi kıyaslar tarzdaki konuşmalar (kardeşinin boyu seninkini geçmiş, kardeşinin gözleri renkli ama seninki neden değil) kardeş kıskançlığını perçinler.

Unutmayalım ki her çocuğun farklı bir mizacı vardır. Bu sebepler dışında çocuğun mizacı kıskançlığa yatkın olduğu için bile kardeş kıskançlığı olabilmektedir.

Peki, belirgin bazı durumlar yoksa örneğin 6 yaşında bir kız çocuğunun dediği gibi “Sifonu çekelim gitsin” şeklinde cümleler ile bu durum dışa yansıtılmıyorsa, kardeş kıskançlığının varlığını nasıl anlayabiliriz?

* Anne hamileyken, yeni bebeğin hazırlığı sebebiyle yorgun düşmektedir. Bu durum karşısında çocuk anneden ayrılmak istemiyorsa, onu dinlenmesi için rahat bırakmıyorsa bu durum yeni gelecek kardeşi kıskandığı için olabilir.
* Yeni gelen kardeş sebebiyle anne baba tarafından sevilmediği düşüncesi taşıyan çocuklarda bu durum içe kapanmaya dönüşebilir, yemek yememe gibi davranışlarla yansıyabilir.
* Anne babaların sevgilerinden şüphe ettikleri için sık sık anne babaya onu sevip sevmediklerini sorabilirler.
* Korktukları, kabus gördüklerini söyleyerek ilgiyi kendi üzerlerine çekmeye çalışabilirler.
* Altını ıslatma, parmak emme gibi davranışlar sergileyerek bir önceki gelişim evresine geri dönmek isteyebilirler.
* Çevrelerine karşı ve gün içerisinde eskiye karşı daha agresif olabilirler.

Bu gibi durumlar söz konusuysa, siz veliler çocuklarınıza nasıl davranmalısınız? Öncelikle kardeşin doğumundan önce,

* Çocuğun gelişimsel düzeyi iyi takip edilmeli ve gelişim düzeyine uygun bir şekilde bu durum ifade edilmeli.
* Planlanan hamileliklerde, hamile kalmadan önce çocuğa bir kardeşinin olabileceği söylenmemelidir. Çünkü bu durum gerçekleşmezse çocuk olası aksilikleri kavrayamayacaktır.
* Çocuğa aileye yeni bir üyenin katılacağı bu durumun heyecanlı ve karışık olabileceği, eve sık sık misafirlerin gelebileceği, annenin biraz yorgun olabileceği ve kimi zaman kardeşi ile ilgilenmesi gerekeceği, aynı durumun o doğduğunda da yaşandığı uygun bir dille anlatılmalıdır.
* Eğer anne baba yeni bebeğin doğumuna karşı endişe ile yaklaşıyor ise bu durum bir süre sonra çocuğa da geçebilir ve onun da endişe duymasına sebep olabilir.
* Çocuğa ‘Seni de kardeşin kadar seveceğiz’ şeklinde cümleler kullanılmamalıdır, Bu durum çocuğu kardeşi ile yarışmaya itebilir.
* Hamilelik döneminde baba, babaanne, anneanne gibi üyeler çocukla ilgilenirken anneye yardım etmelidir, bu durum anne doğum esnasında evde olmayacağı için çocuğu bu sürece hazırlar.
* Çocuğa küçük yaşta paylaşma duygusu öğretilmelidir ki, ileride kardeşi ile bir şeyler paylaşma konusunda büyük çatışmalar yaşanmasın.

Bunların yanı sırı kardeş doğduktan sonra çocukta kardeş kıskançlığı baş göstermiş ise neler yapılmalıdır?

* Çocuğa “Kardeşin doğdu ama seni hala eskisi kadar seviyoruz” mesajı sözlerle değil davranışlarla gösterilmelidir. Mümkün olduğunca onunla ortak etkinliklere yer verilmelidir.
* Çocuğun değişen davranışları, huysuzlukları, öfkesi ya da içe dönüklüğü kendini unutulmuş ve sevilmiyor hissetmesinden kaynaklanabilir. Böyle durumlarda çocuğa ihtiyacı olan ilgiyi göstermek en doğru yaklaşımdır.
* Eşit zaman ayırmak yerine çocuklarınıza ihtiyacı olan süreye göre zaman ayırmaya özen gösterin.
* Yeni doğana bebek demek yerine ismi ile hitap edin ki, çocuğunuz onu bir nesne olarak değil ailenin bir üyesi olarak daha rahat bir şekilde kabul edebilsin. Ayrıca benim değil bizim şeklinde cümleler kurmanız çocuğun kabulünü kolaylaştırabilir.
* “Sessiz ol kardeşin uyuyor” gibi cümleler kurulmamalıdır, bu durum kıskançlığı daha çok tırmandırabilir.
* “Sen artık abi/abla oldun” gibi cümlelerle çocuktan yaşının üzerinde bir olgunluk beklenmemelidir.
* Çocuğun kardeş kıskançlığından dolayı kardeşine zarar vereceği yönündeki cümleleri, kesin bir dille buna izin verilemeyeceği şeklinde uyarılmalıdır.
* Bebekle ilgili işlerde çocuğunuzdan yardım alınabilir fakat istemiyorsa bu duruma zorlanmamalıdır.

Kaç yaşında olursa olsun kıskançlık çok acı verir. Ötekinden daha az sevilme ya da dışlanma duygusu son derece sancılıdır. Anne ve babaların bu duruma anlayışlı, ılımlı ve sabırlı yaklaşması gerekmektedir.

**Derleyen:** Psk. Dan. Hatice Cumalı

**Kaynakça:**

1-Freud’a ne yaptık da çocuklarımız böyle oldu?, Catherine Mathelin, Kitap Yayınevi

2- Küçükler için Büyüklere, Yaşar Kuzucu, Pegem Akademi

3- Çocukları Anlama Kılavuzu, Özgün Kızıldağ, Elma Yayınevi

4- Nitelikli Psikolojik Danışman, Abdullah Yalnız, p.Dr.

|  |
| --- |
| **YILDIRIM REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ****Telefon** : 0 224 327 75 18**Adres:** Karaağaç Mah. İpekçilik Cad. No:40 Setbaşı - Yıldırım/Bursa |

  **YILDIRIM REHBERLİK**

 **ve**

**ARAŞTIRMA MERKEZİ**



***KARDEŞ KISKANÇLIĞI ve***

 ***AİLELERE ÖNERİLER***