

BELİRTİLER



- Kardeş kıskançlığı, kendine acıma, üzüntü, küçük düşme korkusu, can sıkıntısı, öfke, nefret ve intikam alma düşüncelerinin yanı sıra sevgi, koruma ve yakınlık hissetme isteği gibi karışık duyguların bir bileşiminden oluşmaktadır. Bu duygulardan en etkili olanları öfke, kendine acıma ve üzüntü duygularıdır.
- Annenin gebeliğinin son aylarında ağırlaşmasıyla isteksiz ve yorgun oluşu, kucağına almayışi çocukta sevilmemesi duygusunu yaratmaya başlar. Tedirgin bir bekleyiş içinde çocuk, annenin sevgisini sınamaya başlar. Çevresinde dolaşır, olmadık isteklerde bulunur. Huysuzlaşır, ağlar, tutturur. Çocuk, o güne kadar evde kendisi ilgi ve sevgi odağıyken birden ikinci plana itilmiş gibidir. Artık sevgi ve ilgiyi kardeşiyle paylaşmak durumundadır. Sevilmemesi düşüncesiyle anneden tamamen uzaklaşır, içe kapanır, yemek yememeye ve zayıflamaya başlayabilir.
- Birkaç gün geçince: "Bebeği sevdim, artık geldiği yere gitsin." diye bir yoklama yapar. Bebeğin gitmeyeceğini anladığında kıskançlık belirtileri su yüzüne çıkmaya başlar. Bebek emzirilirken o da anne kucağına tırmanır. Biberonla beslenmeye başlar. Yemeğini kendi başına yerken annesinin yedirmesi için direnir. Böylece onun pabucunu dama attırarak yumurcağı benzeyerek, annenin ilgisini üstünde tutmaya çalışır. Bebeksi konuşmaya özenir. İtmele vurup kaçmalar başlar. Sert tepkiyle karşılaşınca tavırlarının şiddetini arttırır.
- Bazı çocuklar kıskançlık duygularını açıkça ortaya koyarak kardeşine vurma, onun oyuncasını kırma, "Ondan nefret ediyorum." deme gibi davranışlar gösterirken bazıları da bu duygularını bastırır ve aşırı sevgi gösterir. Bu davranışın altında çoğu zaman ana-babanın sevgisini kaybetme, tepki görme korkusu yatar.
- Anne babaya sık sık onu sevip sevmediklerini sorma ve sevgilerinden bir türlü emin olamama yaşanabilir.
- Kabus gördüklerini, tuvaletlerinin geldiğini bahane ederek ilgiyi kendi üzerlerine çekmeye çalışırlar. Altını ıslatma, parmak emme gibi davranışlarla önceki gelişim evresine gerileme görülebilir.
- Evden ayrılmayı reddetmeyle birlikte (Örn: okula gitmek istememe) baş ağrısı, mide bulantısı gibi psikosomatik belirtiler, (emin olmak için fiziki muayene yaptırılmalıdır) huzursuzluk, isteksizlik ve diğer stres belirtileri sık sık gözlenebilir.



POLATLI İNKILAP İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

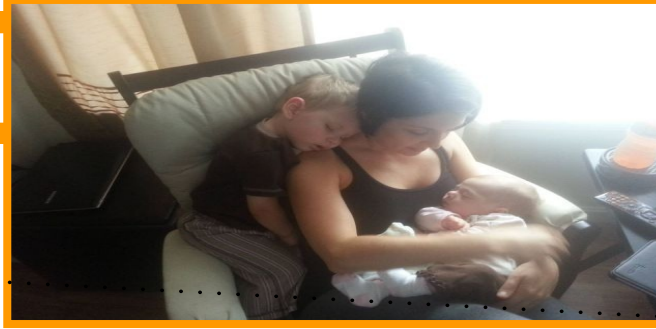


Doğal bir duygu olan kıskançlık sevilen kişinin bir başkasıyla paylaşamamasından, temelde güvensizlikten kaynaklanır.

Levent UZ
Psikolojik Danışman

ANNE-BABA OLARAK

- Öncelikle rahatlayın. Çocuğunuzun kardeşine nasıl tepki göstereceği konusunda endişeliyenseniz, çocuğunuz bunu hissedip gergin olacaktır.
- Doğacak bebeğe yapılan hazırlıklara onu da katın. Bebeğin eşyalarını birlikte hazırlayın. Doğacak bebeğe eşyalar alırken ona da hediyeler alın. Yalnız dikkat, abartmayın! Ona eğlenceli ufak sorumluluklar verin. Onun yardımından haz aldığınızı söyleyin, onu övün.
- Hamilelik döneminde babası ya da başka bir aile üyesi (anneanne, babaanne) büyük çocuğun bakımıyla ilgili yemek yedirme, banyo yaptırma, uyutma gibi işlere başlayabilir. Böylece anne hastanedeyken ya da bebekle ilgilenirken, çocuk kendini ihmal edilmiş hissetmez ve yaşantısının değiştiği fikrine kapılmaz.
- Bebeğe sürekli "bebek" demek yerine doğrudan adını söylemeye başlamak bebeğin bir nesne değil de canlı bir varlık olduğunu anımsatacaktır. Bebeğe "bizim" değil "benim" diye başlayarak hitap etmek ve "Sessiz ol, kardeşin uyuyor." gibi sözlerle çocuğun yaşantısını bebeğe göre ayarlamak kıskançlığı tırmandıracaktır.
- İyi niyetli misafirler bile sadece bebekle ilgilenip büyük çocuğu unutma eğilimi içindedirler. Yakınların yalnızca bebekle ilgilenmemelerini, büyük çocuğa da alışık olduğu tarzda ilgi ve göstermelerini söylemek, "Kardeşin doğunca senin pabucun dama atıldı." gibi sözler söylemelerini konusunda uyararak işe yarayacaktır.



NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Bebeğin gelişyle çocuğun anaokuluna başlamasının aynı zamana gelmemesine özen gösterin.
- Aşırı kaygı içeren tavırlarla çocuğu bebekten uzaklaştırmaya çalışmak, yapılabilecek en büyük hatalardan biri olacaktır.
- Çocuğunuza: "Sen artık ablasın-ağabeysin." demekten kaçının. Çocuğunuzun birdenbire büyütme. Bırakın o da çocukluğunu doya doya yaşasın.
- Kardeşler arasında bir kavga çıktı ise, "Kim başlattı?" sorusunu sormayın, taraf tutmayın. Kavganın içinde olan her çocuğa, kavganın başlamasına sebep oldukları için eşit şekilde sonuçlarına katılabilecekleri bir yaptırım uygulanmalıdır. Ortada paylaşılmayan bir top varsa: "Siz aranızdaki problemi çözene kadar bu top bende kalacak" diyerek onları çözüm aramaya teşvik edebilirsiniz.
- Çocuğun duyguları anlayışla karşılanmalı, ancak kardeşine vurmasına izin verilmeyeceği de kesin bir dille anlatılmalıdır.
- Çocukla kardeşi arasındaki yaş ayrımı ne kadar azsa kıskançlık o denli büyük olur. Çünkü ana-babanın bakımına ihtiyacı vardır. Ancak 8-9 yaşına kadar tek başına ve her istediği alınarak büyüten şımartılan çocuk da kardeşini kolay kolay kabullemeyecektir.
- Çocuk kardeşini sevmek zorundaymış gibi bir duyguya kapılmamalıdır. Olumsuz duygularını dışarı vurunca suçlanmamalıdır. "Kardeşimi hiç sevmiyorum" diyen bir çocuğa: "Aman o nasıl söz? O sana ne yaptı? Böyle şirin kardeş sevilmmez mi?" demek, çocuğun kardeşine karşı öfkesini daha da arttırır. Bunun yerine: "Ona kızmakta haklısın. Bak beni de ne kadar uğraştırıyor. Arada sırada ben de kızıyorum." demek hem çocuğu şımartır hem de içine su serper. Çocuk kıskançlığını açıkça belli etmeden anne bu duruma tercüman olabilir. "Kardeşin geldiğinden beri onunla uğraşıyorum diye seni sevmediğimi düşünebilirsin; ama ben seni eskisi kadar seviyorum. Benim de kardeşim olduğu zaman öyle sanmışım. Hem anneme hem de kardeşime kızmıştım. Ama bunun böyle olmadığını çok geçmeden anlamıştım." gibi sözler anneye çocuğu yakınlaştırır.
- Kardeşler iyi anlaşmış zaman ödüllendirilmeli ve "afetin size...." şeklinde övülmelidir.

