

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Çocuk duygusal gelişim sürecinde sevgi, öfke, korku ve kaygı, kıskançlık, sevinç gibi olumlu ve olumsuz duyguları doğal bir şekilde yaşar. Ancak duyguların yaşanma sıklığı, yoğunluğu ve içeriği oldukça önemlidir. Bu önemli ölçüde, çocuğun yakın çevresindeki kişilerin tutum ve davranışlarının yanı sıra çocuğun kişilik özelliklerine de bağlıdır.

Kıskançlık duygusu, kişinin sevdiğini ya da sevdiğini başkasıyla paylaşamaması ya da sevdiği insanların gözünde değerini, yerini kaybetme kaygısından kaynaklanabilir. Çocuk için, en çok sevdiği ve sevildiğini hissettiği anne-babasını ve onlardan gelen ilgiyi kardeşiyle paylaşmak zorunda kalmak, kardeşine karşı kıskançlık duygusu yaşamasına neden olabilir. Bu duygu çok yoğun ve şiddetli bir şekilde yaşanırsa önemli bir problem olarak karşımıza çıkabilir.

Kardeş Kıskançlığının Belirtileri

Kardeşi olmadan önce tüm ailenin ilgi ve sevgi odağı olan çocuk, kardeşinin gelişimi ile birlikte alt ıslatma, parmak emme gibi davranışlarla önceki gelişim dönemlerine gerileme görülebilir.

Çocuk sevgi ve ilgiyi paylaşmak zorunda olduğunu hissedebilir ya da artık eskisi gibi sevilmediğini düşünerek aileden uzaklaşıp içe kapanabilir. Çeşitli bahanelerle ilgiyi kendi üzerlerine çekmeye çalışabilirler; yeme problemleri göstererek ya da kabus gördüklerini, yalnız uyuyamadıklarını ya da tuvaletlerinin geldiğini söyleyebilirler. Sıklıkla ebeveynlerine ve yakın çevrelerine "Beni Seviyor musun?" ya da "Hangimizi daha çok seviyorsun?" gibi sorular sorabilirler. Burada çocuğa seni daha çok seviyorum cevabının verilmesi halinde çocuk her ana bu durumun değişebileceğini düşünerek daha da çok endişelenebilir. Her iki çocuğunda çok ve farklı farklı sevildiğinin ifade edilmesi önemlidir. Ayrıca çocuk bu süreçte kardeşini sevmeye zorlanmamalı zamanla kendiliğinden sevebileceği söylenerek rahatlatılmalıdır.

Çocuklar kıskançlık duygularını kardeşleri ile çok ilgilenerken kapatmaya çalışabilecekleri gibi, kıskançlık duygularını açıkça ortaya da koyabilirler. Huzursuz, sıkıntılı ve öfkeli olabilirler. Çevresindeki kişilere, kendilerine ya da eşyalara yönelik öfke ile birlikte saldırgan davranışlarda bulunabilirler. Kardeşlerine karşı saldırgan davranışlarda bulunabilir, oyuncaklarını kırabilir, bağırabilir. Ancak bazı çocuklar,

kıskançlık duygularını bastırarak, kardeşlerine karşı aşırı sevgi gösterilerinde bulunabilirler. Bu davranışlarının temelinde de genellikle anne-babanın sevgisini kaybetme ya da tepki alma korkusu ve kaygısı bulunur. Evden, anneden ve babadan ayrılmamak için direnme ve bunun sonucu olarak çeşitli problem davranışların yanında mide bulantısı, baş ağrısı gibi psikosomatik yakınmalar da görülebilir.

Kardeş Kıskançlığının Olası Nedenleri

Kardeş kıskançlığının düzeyi önemli ölçüde, yeni çocuğun doğumu ile birlikte ebeveyn tutumlarındaki değişikliklere ve kardeşler arasında yaşananlara yaklaşım tarzlarına bağlıdır. Kardeş kıskançlığının yoğunluğunu etkileyen bir diğer önemli etken, kardeşler arasındaki yaş farkıdır. Yaş farkı az olan kardeşler arasında genellikle daha fazla kıskançlık durumu yaşanmaktadır.

Ebeveynlerle birlikte yakın çevredeki diğer insanların bazı tutumları da kıskançlık duygularını arttırabilmektedir. Yalnızca ya da yoğun bir biçimde küçük çocuk ile ilgilenilmesi, büyük çocuğa ikinci plana itilmiş gibi bir durum yaşatılması, çocukların birbirleriyle kıyaslanması kardeşler arasında daha yoğun bir kıskançlık durumuna neden olmaktadır. Üstelik bazı çocuklar mizaç özelliklerinden dolayı da daha kıskanç olabilir. Ailenin cinsiyete dair bir tercihi varsa ve bu durumu çocuklarına yansıtıyorsa, cinsiyete bağlı olarak da çocukta kıskançlık görülebilmektedir.

Ailelere Öneriler

- Doğumdan önce çocuk ebeveynler tarafından bu duruma hazırlanmalıdır. Ebeveynler, çocuğa bir kardeşinin olacağını anlayabileceği bir dilde açıklamalıdır.
- Ev ortamında bazı değişikliklerin olabileceğini, eve misafirlerin gelebileceğini, anne ve babanın her zamankinden daha yorgun olabileceğini, bazı durumlardan dolayı bebekle daha fazla vakit geçirmek zorunda kalınacağını ancak zamanla bu durumun düzeleceğini anlatmalıdır.
- Çocuğa kardeşi ile ilgili sorumluluklar vermek oldukça önemli ve yararlıdır. Bebeğin giydirilirken, beslenirken bebek ile ilgili bazı işleri kontrollü olarak çocuğa yaptırmak, çocuğun kardeşine daha çabuk alışmasına, onu sahiplenme ve koruma duygularının gelişmesine, sorumluluk alabilmesine yardımcı olabilmektedir.
- Nitelikli zaman geçirmek önemlidir. Ebeveynler, her çocuğa ayrı zamanlar ayırarak birlikte bireysel etkinliklerde bulunmalı, böylece her çocuk özel olduğunu, önemsendiğini, ailesinin sevgi ve ilgisinde hiçbir değişiklik olmadığını hissedecektir.
- Çocuğa ayrılan özel zamanların yanı sıra, tüm aile üyelerinin birlikte katılabileceği ortak etkinliklere de mümkün olduğunca yer verilmelidir.
- Çocuktan yaşının üzerinde olgunluk beklenmemelidir. Kardeşi ile ilgili verilen basit sorumlulukların dışında çocuktan, yaşının ve gelişiminin üzerinde bir olgunluk göstermesi beklenmemelidir. Aynı zamanda eve sıklıkla gelip giden kişiler önceden uyarılmalı, çocuğa karşı uygun davranış ve tutumlar sergilemeleri sağlanmalıdır.
- Çocuğun, kardeşi hakkındaki duygularını ifade edebilmesi önemlidir. Ebeveynler, çocuğun kardeşi hakkındaki olumsuz duygularını reddedip aşırı

tepkiler göstermek yerine çocuğu anlamaya çalışmalı, çocuk ile neler hissettiği konusunda paylaşımda bulunmalı ve bu duygularının açığa çıkmasını sağlamalıdır.

- Her çocuğun güçlü ve zayıf yönleriyle kendine özgü birer birey oldukları unutulmamalıdır.
- Çocuklar arasındaki tartışmalarda araya girilmemelidir. Birbirlerine zarar verici bir durum olmadıkça ebeveynler kardeş ilişkilerinde araya girmemeli, kardeşler arasındaki anlaşmazlıklara karışmamalı ve anlaşmazlıkları kardeşlerin kendilerinin çözmelerine olanak sağlamalıdır.
- Çocuklar birbirleriyle kıyaslanmamalıdır. Çocuklar arasında yapılan karşılaştırmalar kardeşler arası rekabeti yoğunlaştırır, kıskançlık duygularını artırır ve kıyaslama yapılan herhangi bir konuda çocuğun kendini yetersiz hissetmesine neden olabilir ve benlik saygısını zedeleyebilir.