



## E-Bülten

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

## KARDEŞ KISKANÇLIĞI



Kıskançlık... Tüm duygular gibi kıskançlık da normaldir. Çocuklarda kardeş kıskançlığı, küçük yaşlarda kardeş sahibi olmayla kendisini gösteren ve davranış bozukluğuna neden olabilecek bir duygudur. En çok görülen kıskançlık türü, büyük çocuğun kendisinden

sonra gelen kardeşini kıskanması durumunda ortaya çıkabilmektedir.

### KARDEŞ KISKANÇLIĞININ BELİRTİLERİ

- ❖ **Dikkat Çekme Davranışları:** Çocuklar ebeveynlerin dikkatini çekmek için olumsuz davranışlarda bulunabilir. Örneğin ağlama, öfke nöbetleri
- ❖ **Geriye Dönük Davranışlar:** Çocuk bebeksi davranışlarda bulunabilir. Alt ıslatma, konuşma becerilerinde gerileme, parmak emme gibi.



- ❖ **Kardeşe Yönelik Düşmanca Davranışlar:** Kıskançlık sebebiyle çocuk, kardeşine saldırgan tutumlar sergileyebilir. Kardeşine vurma, oyuncasını kırma gibi. Bazı çocuklarda duygularını bastırarak, kardeşlerine aşırı sevgi gösterebilirler. Genelde bu davranışın altında zaman zaman anne ve babanın sevgisini kaybetme ve tepki gösterme korkusu yatabilir.
- ❖ **İçe Kapanıklık:** Çocuklar ebeveynlerinden uzaklaşarak sessizleşebilirler. Kekemelik görülebilir.

### **KARDEŞ KISKANÇLIĞININ DİĞER BELİRTİLERİ:**

- ❖ Evden ayrılmak istemezler. Özellikle okula giderken mide bulantısı, karın ağrısı, isteksizlik belirtileri gösterebilirler.
- ❖ Evde bastırıldığı duyguları, arkadaşlık ilişkilerine yansıtabilirler. Arkadaşlarına karşı otorite kurma davranışları sergileyebilirler.
- ❖ Anneye aşırı bağımlık görülebilir. Özellikle hamilelik dönemiyle başlayan artık eskisi kadar sevmeyeceğim hissiyatı, huzursuzluğa sebebiyet verebilir.
- ❖ Doğmadan önce kardeşi olmasını çok isteyen çocuk, kardeşi olduktan sonra ikinci plana atıldığını hissettiğinden hem üzüntü hem de koruma gibi duyguları karışık yaşayabilir.
- ❖ Tek çocuk olarak büyüyen çocuklar, ailenin çok fazla ilgisini gördükten sonra, bu yoğun ilginin tamamen kardeşe döneceğini düşündükleri için olumsuz davranışlarda bulunabilirler.
- ❖ Gün boyu aşırı sinirli olup sakinleşmekte zorlanır. Çevresine ve sevdiklerine karşı saldırgan olabilirler.
- ❖ Çocuklarda kardeşiyle ilgili neler hissettiğini, çizdiği aile resimlerinde genellikle ifade edebilir.



## KARDEŞ KISKANÇLIĞI DURUMUNDA NELER YAPILMALIDIR?



- ❖ Aileler kardeş kıskançlığı yaşayan çocukla mutlaka konuşmalı ve duygularını öğrenmeye çalışmalıdırlar.
- ❖ Aile çocuğun yanında, bebeğe fazla sevgi gösterisinde bulunursa, devamlı ondan bahsederse, kıskançlığı pekiştirebilir. Bu davranışları olabildiğince yapmamak gerekir.
- ❖ Aile çocuğa doğumdan önceki sevgi ve alaka ile yaklaşmalıdır, geçirilen vakit sadece çocuğa özel olmalıdır.
- ❖ Kardeşler birbirleriyle kıyaslanmamalı ve aralarında rekabet oluşturulmamalıdır.
- ❖ Aile, kıskançlık sürecine giren çocuklarına beklentileri düşürmeli, ona karşı sabırlı olmalıdır. Akademik ya da sosyal gelişimin durması normaldir.
- ❖ Çocuk, regresyon davranışları göstererek aslında onun için zor olan bir durumla baş etmeye çalışmaktadır. Çocuğa baskı kurmayın. Sen bebek misin? Gibi ifadelerle karşısında durmayın.

- ❖ Çocukla ebeveyn arasındaki bağ kuvvetlendirilmelidir. Aile mutlaka çocuğuna zaman ayırabilmeli, kaliteli ve mutlu vakitler geçirebilmelidirler. Neşeli ve bol bol kahkaha atan, sürekli gülümseyen bir anne ve baba, çocukta strese neden olan hormonların azalmasına ve endişeli halinin ortadan kalkmasına yardımcı olacaktır.
- ❖ Anne ve baba bu aşamada çocuğa karşı sabırlı olmalıdır. Çocuklarla konuşmak ve kardeşinin kendi ihtiyaçlarını karşılamayacak kadar çok ihtiyaç duyduğunu belirtmek gerekir.
- ❖ Aile büyüklerinden destek alabilme olasılığı varsa, mutlaka alınmalıdır.
- ❖ Özgüven gelişimi ve sorumluluk duygusu arasında doğrudan bir etkileşim vardır. Çocuğun kendi ihtiyaçlarını tek başına karşılama becerisi arttıkça yani sorumluluk bilinci geliştikçe, anne- babaya ve diğer yetişkinlere bağımlılığı azalır, yani özgüveni artar.
- ❖ Gelişimlerine uygun sorumluluk verebilmek ve yeni davranış kazandırmak için yapılması gereken bir şeyi öğretmede, mutlaka nedenlerini anlatmalı ve bilgi vermeliyiz. Neden yapılması gerektiğini anlamayan çocuk, kuralları içselleştirmeyecek ve sorumluluklarını yerine getirmekte sorun yaşayacaktır.
- ❖ Sorumluluklarını yerine getiren ve olumlu davranışlarda bulunan çocuklar takdir edilmeli ve davranışları pekiştirilmelidir.

