

KARDEŞİNİ KISKANAN ÇOCUK NE YAPAR?

Tüm ailenin ilgi ve sevgi odağı olan çocuk, artık eskisi gibi sevilmediğini düşünerek aileden uzaklaşıp içe kapanabilir.

Sıklıkla anne-babasına “Beni seviyor musunuz?” ya da “ Hangimizi çok seviyorsunuz ” gibi sorular sorabilir.

Anneden uzaklaşabilir ya da daha önceden istemediği şeyleri talep edip anneye düşkünlük gösterebilir.

Yeme problemleri gösterebilir, kâbus gördüğünü, yalnız uyuyamadığını söyleyerek, çeşitli bahanelerle ilgiyi kendi üzerine çekmeye çalışabilir.

Alt ıslatma, parmak emme, bebeksi konuşma, ağlama gibi davranışlarla, önceki gelişim dönemlerine gerileme görülebilir.

Bazı çocuklar, kardeşlerine karşı kıskançlık duygularını açıkça ortaya koyabilir.

Kardeşine vurabilir, oyuncaklarını kırabilir, bağırabilir. Bazıları da kıskançlık duygularını bastırarak kardeşine karşı aşırı sevgi gösterilerinde bulunabilir. Bu davranışlarının temelinde genellikle anne-babanın sevgisini kaybetme ya da tepki alma korkusu vardır.

Evden, anneden ayrılmak istememe görülebilir. Mide bulantısı, baş ağrısı gibi psikosomatik şikâyetler olabilir. Okula gitmek ile ilgili sorun çıkarabilir.

Huzursuz, sıkıntılı ve sinirli olabilir. Çevresindeki kişilere, kendilerine ya da eşyalara yönelik öfke ile birlikte saldırgan davranışlarda bulunabilir.

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. Ancak duyguların yaşanma yoğunluğu, şekli çok önemlidir. Bu da önemli ölçüde çocuğun kişilik özelliklerinin yanı sıra, çevresindeki kişilerin tutum ve davranışlarına bağlıdır. Anne-baba olarak yapılması gereken, çocuğa kıskanç olmamayı öğretmek değil, kıskançlık hissettiği zaman bu duygusunu nasıl ifade edebileceğini öğretmektir. NELER YAPILABİLİR?

-Öncelikle kardeşi doğmadan önce çocuğu duygusal olarak hazırlamak gereklidir.

-Aile çocuğa kardeşi ile ilgili sorumluluklar verebilir. Böylece çocuğun kardeşine alışmasına, onu sahiplenme ve koruma duygularının gelişmesine, sorumluluk alabilmesine yardımcı olunur.

-Çocuğa, “sen artık abla ya da abi oldun” “sen büyüksün” gibi ifadelerle yaklaşmak, gelişiminin üzerinde bir olgunluk beklemek hatalı olacaktır. Onunda çocuk olduğu unutulmamalıdır.

-Kıskançlığı tetikleyen şakalar yapılmamalıdır.

-Anne-baba, çocuğun kardeşi hakkındaki olumsuz duygularını reddedip aşırı tepkiler göstermek yerine; Çocuğun neler hissettiğini öğrenmeli ve duygularını zarar vermeyecek şekilde ifade etmesini sağlamalıdır.

-Aileler çocuklarının bir kardeşi oldu diye suçlu olmadıklarını bunun yaşanması gereken doğal bir süreç olduğunu unutmamalıdır. Çocuğun her istediği yapılarak, hediyelere boğulursa, disiplin sıkıntısı yaşayan ve hiçbir şeyden mutlu olmayan, doyumsuz bir çocuk ortaya çıkabilir.

-Anne ve babalar çocuklarına ne kadar eşit davranırlarsa çatışmanın o kadar az olacağını zannederler. Oysa çocukların yaş dönemlerine uygun iletişim kurmak her birinin özelliklerine uygun davranmak gerekir. Kıskançlık yaşayan çocukla diğer kardeşin olmadığı baş başa geçirilen saatler planlamak işe yarayabilir. Çocuklar ebeveynlerin, dikkatini çekmek için rekabet etmek zorunda kalmazlarsa, kendilerini daha iyi

hissederler. Kiskanen çocukla mümkün olduğunca nitelikli zaman geçirilmeli yapmaktan hoşlandığı faaliyetleri yapmasına olanak verilmelidir.

-Aileler çocuklarının, her birinin yaşına uygun etkinlikler ve oyunlar bulmasına yardımcı olmalıdır. Kardeş kavgalarının çoğunluğu sıkıldıkları için çıkar. Çocuğun kabiliyetlerini sergileyeceği sosyal aktivitelere katılması sağlanırsa, ilgisi kardeşinin üzerinden farklı konulara yönelir ve sosyal yönden gelişmesi sağlanabilir.

-Her çocuk ayrı gelişim hızına, yetenek ve beceriye sahiptir. Bir çocuğunuz girişken ve konuşkan olabilirken diğer çocuğunuz daha sakin olabilir. Çocuklar arasında yapılan karşılaştırmalar kıskançlık duygularını artırır, çocuğun kendini yetersiz hissetmesine ve benlik saygısının zedelenmesine sebep olur. Bu nedenle aileler kardeşler arasında kıyaslama yapmamalıdır.

-Ebeveynler çocuklar arasındaki tartışmalarda hakem rolü oynamamalıdır. Zarar verici bir durum olmadıkça anne-baba kardeş ilişkilerinde araya girmemeli, kardeşler arasındaki anlaşmazlıklara karışmamalı, sorunu kendilerinin çözmesine fırsat vermelidir. Anne-babanın kardeşler arasındaki tartışmalara 'kim başlattı' ya da 'sen büyüksün, sen küçüksün' şeklindeki yaklaşımı, mevcut durumu daha da gergin hale getirebilir ve kardeşleri daha da birbirinden uzaklaştırabilir.

-Eğer tartışmalara müdahale edilmesi gerekiyorsa haklı ya da haksız olarak ayırım yapmamak gerekir. Tartışma konusunu her iki taraftan da dinledikten sonra çözüm içeren davranışı sunup birbirleri ile barışmaları sağlanabilir. Böylece anne ya da baba taraf olmaktan çıkacaktır. Yine anne ya da baba olumlu uyarılar kullanılmalı " Kavga etmeyin " yerine " İyi geçinin " demelidir. Ayrıca " İyi geçinin" derken de demek istenilen tam olarak tanımlanmalıdır. Kardeşler arasında öfke, kırgınlık duyguları oluşabilir. Önemli olan aile içindeki her üyenin birbirine sıkı bir sevgi bağı ile bağlanmasıdır. Her neye kızılmış olursa olunsun, sonunda o benim kardeşim diyebilmelidir. Mükemmel bir anne veya baba olmaya çalışmamak gerekir. Mükemmel insan olmadığı gibi, mükemmel anne baba da yoktur. Her şeyden önemlisi, anne ve babanın çocuklarıyla sağlıklı ve pozitif bir iletişim kurmalarıdır. Bu şekilde, hem anne-baba doğru bir model oluşturur, hem de çocuklarına kendilerini kabul edilir şekilde ifade etmesini öğretebilir. Bu süreçte anne - baba olarak yapılması gerekenler uygulanmalı ve çocuğa zaman verilmelidir. Böylece sıkıntılı olabilen bu dönem, anne babanın anlayışı ve sabrı ile kolayca atlatılabilir.