

# REHBERLİK SERVİSİ

KASIM 2021

ANKARA TİCARET ODASI İLKOKULU

Kıskançlığın temelinde 3 ilke vardır:

- Kıskançlığın kökeni "Kaybetme Korkusu"dur. Kişi sahiplendiği bir değeri kaybedeceği hissine kapıldığında davranışları anormalleşir.
- Kıskançlık "akıl" değil "duygunun" ürünüdür. Çözüm mantıkta değil duyguda gizlidir. Akıl ikna edildikçe değil, kişi kendini güvende hissettikçe kıskançlık azalır.
- Kıskançlık her insanda var olan "pasif duygudur", uyarıldığında aktifleşir.

## KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Çoğunlukla ikinci çocuğun doğumu ile cinsiyet fark etmeksizin çocuklarda kardeş kıskançlığı başlar. Ortalama 3 ila 8 yaş arasında daha yoğun yaşanır.

Çocuklar kardeş kıskançlığını çeşitli yollarla ifade eder. Bunu; kardeşine saldırgan davranışlar ya da tam tersi aşırı sevgi şeklinde gösterebilir. Bazı çocuklar kardeşlerini kıskandığını açıkça belli ederler. Kardeşini sevmediğini ve onu istemediğini ve evden gitmesini istediğini söylerler. Bazen kardeşe zarar vermeye veya anne kardeşle ilgilendiğinde aşırı tepkiler göstererek buna engel olmaya çalışabilirler. Bazı çocuklarsa kardeşe aşırı ilgi ve sevgi göstererek anne ve babasının kaybettiği ilgisi geri kazanmaya çalışırlar.

Yeni doğan kardeşini kıskanan bir çocuk eğer anne ve babanın dengeli ve olumlu tutumu devam ederse kısa süre içinde yeni duruma uyum sağlar. Pedagojik açıdan bakıldığında sorun; çatışmanın bizzat kendisi değil, bu çatışmada ebeveynlerin öfkelerini yönetememesidir. Oysaki kardeş olan evde çatışma olmamasını beklemek çocukluk gerçeğine aykırıdır.



# Kardeş Kıskançlığının Belirtileri



Çocuk, huysuzlaşır, inatlaşır, annenin peşinden ayrılmaz, anne-babaya ihtiyacı olmasa da sürekli bir şeyler istemeye başlar. Kıskançlık nedeniyle emekleme, bebek gibi konuşma, biberonla beslenmek isteme, alt ıslatma, parmak emme gibi gerileme belirtileri görülebilir. Bebeksi davranışlarının altında anne ve babadan kaybettiği ilgiyi geri kazanma çabası yatmaktadır. Evden ayrılmayı reddetme, okula gitmek istememe gibi davranışlar, baş ağrısı, mide bulantısı gibi psikosomatik belirtiler, huzursuzluk, isteksizlik gibi stres belirtileri sık sık gözlenebilir.

Bazı çocuklar kıskançlığı kardeşine vurma, onun oyuncaklarını kırma, ondan nefret ettiğini söyleme gibi saldırgan davranışlarla açıkça ortaya koyarken, bazı çocuklar da bu duygularını bastırır.



## KARDEŞ KISKANÇLIĞI İLE BAŞ ETMEDE NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Bilmeniz gereken en önemli şey kardeş kıskançlığının evrensel ve doğal bir duygu olduğudur. • Çocuklar arasında mutlaka kavga ve tartışmalar olacaktır. Bu durumda kesinlikle taraf tutmamanız gerekmektedir. Böylesi durumlarda ebeveynler genellikle, adaletli bir çözüm fırsatını kaybederler ve adaletsiz çözümlerdeki en büyük yanığı ile fedakarlığı büyük çocuktan beklerler.

• Anne doğum sonrasında bebeğin bakımıyla daha fazla meşgul olacağından ailede başka bir kişi mesela baba, büyük çocuğun rutinlerine devam etmelidir. Örneğin oyun, yemek saati gibi... Çocuğun hayatında fazla değişiklik yaratmayın. Yani anne baba ve ilk çocuk birlikte hafta sonu gezilerine devam etmeli, hayatında daha az değişiklik yaratılmalıdır.

• Çocuğa bebeğin daha çok küçük olduğu ve henüz kendi gereksinimlerini karşılayamadığını anlatın. Bunu çocuğa alınan çiçek ve çiçeğin bakımını üstlenmesi veya çocuğa alınacak balık ve balığın yemini verilmesi, suyunun değiştirilmesini gibi davranışların bebeğin bakımına benzetilmesi yoluyla somut olarak anlatabilirsiniz. Aynı zamanda kardeşinin bakımıyla ilgili sorumluluk almasını da sağlayabilirsiniz. Eğer verilen sorumluluğu istemiyor ise bir zorlama yapılmamalıdır.

Anne ve baba sık sık çocuklarla birlikte oyun oynamalıdır.

iki kardeşin birlikte sergilediği uyumlu davranışlar ödüllendirilmelidir.

• Çocuğun duyguları anlayışla karşılanmalı ancak kardeşine vurmasına izin verilmeyeceği kesin bir dille anlatılmalıdır.

Daha büyük yaş grubundaki kardeşlerin birbirlerine hediye almasını sağlamak da güzel bir yöntemdir.

Okul öncesi dönemdeki çocuğun kardeşi doğmadan kardeşliği anlaması zor olabilir çünkü bu yaşta çocukların soyut düşünme yetenekleri gelişmemiştir. Çocuklarınıza bu durumu hikaye anlatarak/okuyarak açıklayabilirsiniz. Hikayelerin içeriği: aile sevgisi, kardeş sevgisi, yeni bir kardeşin gelişi olabilir. Kendi anlatacağınız hikayelerde de yeni bir kardeşin gelişinin çok güzel bir şey olduğu mesajını verin ve hikayenin konusuna verdiği tepkiye göre sorular sorarak, hikayedeki çocukla empati kurmasını ve kardeşini sevmesini öğretin. Kardeşi olan çocuk hikayede bir kahraman olsun ve böylece o da kardeşi olacağı için kendini bir kahraman gibi hissedecektir.

• Çocuğunuzun durumu düşünüldüğünden daha kötüyse mutlaka bir uzman ile görüşün.