|  |
| --- |
| **KARDEŞ KISKANÇLIĞI**  **Kardeş kıskançlığı genelde anne babaların en sık yaşadığı problemlerin başında gelir*.***  Kıskançlık, sevilen birinin başkası ile paylaşılmasına katlanamamaktır. Kıskançlığın doğuştan gelen bir duygu olduğunu savunanlar vardır.. Yaşamın her döneminde görülebilir ancak çocuklukta biraz daha yoğun yaşanabilir. Bu duyguyla ilk tanışma iki yaş civarındadır. Doğal, evrensel ve insanı oldukça mutsuz eden bir duygudur. Önemli olan ne boyutta yaşandığıdır. Çocuk, herkesin kendisinden daha iyi olduğunu ve kendisinin herkesten daha az sevildiğini düşünmeye başlar. Özellikle küçük çocuklarda yeni doğan kardeşi kıskanma kimi zaman yaşamı etkileyecek ve davranış bozukluğuna neden olacak derecede yoğun yaşanabilen bir duygu olabilmekte ve yardım gerektiren bir hal alabilmektedir.  Kardeş kıskançlığı okul öncesi dönemde karşılaşılan en yaygın sorunlardan biridir. Bir sorun olarak algılanmakla birlikte aslında çocuklarınızın kardeşlerini kıskanması, onların anne babalarını çok sevmelerinden kaynaklanan normal bir duygudur. Bu durumda önemli olan çocuğun bu duyguyla nasıl başa çıktığı ve anne babanın onun bakış açısından olaya bakabilmesidir.  Kıskançlığın en büyük nedeni; büyük kardeşin en değerli varlığını, anne babasını, kardeşiyle paylaşamamasıdır. Fakat kıskançlık sadece büyük ya da ilk çocuklarda gözlemlenen bir durum değildir. Küçük kardeş de büyüdükçe, büyük kardeşin becerileri karşısında kendini yetersiz bulur ve ona tanınan ayrıcalıkların farkına vararak kıskançlık duymaya başlar.   **KARDEŞ KISKANÇLIĞININ NEDENLERİ**   * Kıskançlık sevilen kişinin bir başkasıyla paylaşılamamasından ve temelde güvensizlikten kaynaklanır. O ana kadar kendine yöneltilen ilgi ve dikkatin kardeşine yöneltilmesinden doğan rahatsızlık en temel nedendir. Kardeşin doğmasıyla birlikte ona ayrılan zamanın azalması çocukta, bebeğe karşı gibi görünen ama aslında ana babaya karşı olan kızgınlık, kırgınlık gibi duyguların gelişmesine neden olabilir. Çocuk kendini terk edilmiş, güvensiz ve desteksiz hissetmeye başlar. * Kardeşler arası kıskançlığın derecesi, yeni bir çocuğun doğumuyla anne babanın tutumunda olan değişikliklere, büyük çocukla ebeveyn arasında yerleşmiş olan ilişkiye ve çocuğun bebeğe olumsuz bir etkide bulunmasına göz yumma hoşgörüsüne bağlıdır. * Kıskançlık derecesinde rol oynayan bir başka etken de kardeşler arasındaki yaş farkıdır. Yaş farkı az olan kardeşlerde kıskançlığın görülme sıklığı, yaş farkı fazla olanlara oranla biraz daha yüksektir. * Cinsiyete göre de bazı farklılıklar yaşanabilir; çocuk kız ve doğan kardeş erkek ise, ana-babanın kendi cinsiyetinden hoşnut olmadığını düşünebilir. Ailelerin cinsiyete ilişkin tercihi varsa ve bunu yansıtıyorlarsa, cinsiyete göre kıskançlık yaşanması kaçınılmaz hale gelir. * Bazı çocuklar mizaçlarından dolayı daha kıskançtır. * Dışarıdan insanlarla akrabalarda bazı olumsuz düşüncelerin doğmasına neden olabilirler. Kendisinden büyük bir kız kardeşi olan çocuğa saçlarının neden ablası gibi kıvırcık olmadığını sormak, abla ya da kardeşinin boyunun onu yakaladığını ve yakında onu geçebileceğini söylemek (sanki bunlar kötü bir şeymiş gibi) hem gereksiz hem de olumsuz etkileri olan yaklaşımlardır. Çocukların birbirleriyle rekabete girmelerini, kızgınlık duymalarını sağlayabilir.   kardeş kıskançlığı ile ilgili görsel sonucu  **KARDEŞ KISKANÇLIĞININ BELİRTİLERİ ŞUNLARDIR**   * 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. * Sevilmediği düşüncesiyle anneden tamamen uzaklaşır, içe kapanır, yemek yememeye ve zayıflamaya başlayabilir. * Kâbus gördüklerini, çişlerinin bahane ederek ilgiyi kendi üzerlerine çekmeye çalışırlar. Altını ıslatma, parmak emme gibi davranışlarla önceki gelişim evresine gerileme görülebilir. * Hem gün içinde hem de geceleri aşırı sinirli olurlar. Huzursuz bir görünümleri vardır, sakinleşmekte zorlanır ve kimi zaman çevrelerindeki insanlara öfkeli davranabilirler. Kendine ya da eşyalara yönelik saldırgan davranışlarda bulunabilirler. * Evden ayrılmayı reddetmeyle birlikte (Ör: okula gitmek istememe) baş ağrısı, mide bulantısı gibi belirtiler, (emin olmak için muayene yaptırılmalıdır) huzursuzluk, isteksizlik ve diğer stres belirtileri gözlenebilir. * Yeni bir kardeşin doğumu çocukta ilgi ve koruyuculuk, sıkıntı ve kıskançlık gibi çelişkili duygular yaşanmasına neden olur. Artık eskisi kadar sevilmeyeceği korkusu daha anne hamileyken başlayabilir. Son aylarda annenin yorgun, isteksiz ve yeni gelecek kardeşin hazırlıkları ile uğraşıyor olması çocuğun huysuzlaşıp, anneden ayrılmak istememesine neden olabilir. * Bazı çocuklar kıskançlık duygularını açıkça ortaya koyarak kardeşine vurma, onun oyuncağını 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.   ***NOT: KARDEŞLER ARASINDA KIYASLAMA KISKANÇLIĞI ARTIRAN EN ÖNEMLİ NEDENDİR***.  **ANNE VE BABALAR KARDEŞ KISKANÇLIĞINI ENGELLEMEK İÇİN NASIL DAVRANMALI?**   * Çocuğu bu duygusundan ötürü suçlamak, yargılamak, cezalandırmak son derece yanlıştır. * Çocuğun kardeşini, büyük ve değişmez bir mutluluk içinde kabul etmesini beklemek doğru değildir. * Öncelikle aile doğumdan önce kardeşi olacağını çocukla paylaşmalı ve yeni düzen için bazı değişikliklerde bulunmalıdır. * Kardeşle beraber evdeki düzen farklılaşsa da, ebeveynlerinin ona olan duygularının hiçbir zaman değişmeyeceği anlatılmalıdır. * Bebek için seçilen isimde ve eşyalarda çocuğun fikri alınarak aile bütünlüğü vurgulanmalıdır. * Çocuğun alışık olduğu ev düzeni mümkün olduğunca korunmalıdır. * Anne hamilelik, doğum ve sonrada bebeğin bakımıyla daha fazla meşgul olacağından ailede başka bir kişi doğumdan önce çocuğun yaşamsal rutinlerini üstlenmelidir. * Çocuk bebeğe zarar veriyorsa, aşırı tepki göstermeden çocuğa net ama sert olmayan bir uyarıda bulunulmalıdır.. * Çocuğa bebeğin daha çok küçük olduğu ve henüz kendi gereksinimlerini karşılayamadığı anlatılmalıdır. * Büyük çocuğa “artık sen ablasın, abisin” gibi cümleler kurulmamalı onunda bir çocuk olduğu unutulmamalıdır. * Kardeşler arasında kıskançlık hissedildiğinde onları birbirinden uzaklaştıracak değil, yakınlaştıracak ortamlar yaratılması ve fiziksel şiddet olmadığı sürece kardeşlerin arasına anne ve babanın girmemesi daha uygun olacaktır.   .  **CUMHURİYET İLKOKULU**  **REHBERLİK SERVİSİ**11155714_IMG-20181211-WA000611155714_IMG-20181211-WA0006  11155714_IMG-20181211-WA0006  kardeş kıskançlığı ile ilgili görsel sonucu  **KARDEŞ KISKANÇLIĞI** |